



Sport- en leefstijlloket

Op zoek naar een persoonlijk advies om te sporten en te bewegen? Weten hoe je een actieve leefstijl realiseert? Informatie over passende sportmogelijkheden bij jou in de buurt? Maak een afspraak met de sport- en beweegconsulenten van het Sportloket.

Regelmatig bewegen heeft een positieve invloed op je gezondheid en kwaliteit van leven. Zeker voor mensen met een fysieke beperking en chronische aandoening. Sporten verbetert je conditie, helpt verergering van klachten voorkomen en heeft bovendien een belangrijke sociale functie. Ook na het behandeltraject bij Reade vinden wij het daarom belangrijk dat je kunt blijven sporten en bewegen.

Passende sportactiviteit in jouw buurt

Wij staan in verbinding met verschillende aanbieders van aangepast sporten in de regio Amsterdam. Ons Sport- en Leefstijlloket helpt bij het vinden van een passende sportactiviteit in jouw eigen woonomgeving en bij het behouden van een actieve leefstijl. Op basis van je wensen en mogelijkheden krijg je advies op maat en waar nodig begeleiding.

Ter voorbereiding op een afspraak met het Sportloket kun je voor jezelf op een rij zetten welke sportieve ervaringen je hebt en waar je interesses liggen. Tijdens een

afpraak kun je gericht advies over een specifieke sport krijgen, maar je kunt ook samen kijken welke sporten na je revalidatie of het ontstaan van chronische aandoening goed bij je zouden passen. De medewerkers van het Sportloket beschikken over veel kennis om je goed te kunnen helpen.

Tijdens het gesprek komen ook zaken als vervoer, motivatie en mogelijke obstakels aan bod. Na je eerste afspraak is het mogelijk om vervolgssessies in te plannen voor ondersteuning en je verder op weg te helpen.

Samen zorgen we ervoor dat je in beweging komt en in beweging blijft!

Laat je inspireren

Lees het [interview met Eline Duk](#) en neem contact op met het Sport- en Leefstijlloket om ook in beweging te komen en te blijven.

Openingstijden Sportloketten

Sportloket Volwassenen – locatie Overtoom (OVT)

- Maandag t/m donderdag

Sportloket Volwassenen – locatie Jan van Breemen (JvB)

- Even week: maandag en vrijdag
- Oneven week: maandag, woensdag en vrijdag

Sportloket Kind en Jeugd – locatie Jan van Breemen (JvB)

- Even week: woensdag en donderdag
- Oneven week: woensdag, donderdag en vrijdag

Heb je vragen?

Neem voor vragen contact op. Stuur een mail naar sportloket@reade.nl voor volwassenen en naar sportloketkind@reade.nl voor kinderen en jeugd.

✉ sportloket@reade.nl

✉ sportloketkind@reade.nl

Of bel de afdeling Service & Planning en we helpen je graag verder.

 Bel (020) - 24 21 000

“Ze laten je niet los totdat je zelf de motivatie hebt gevonden om het vol te houden.”

Astrid (64)

Locatie Sport- en leefstijlloket



Jan van Breemen
Amsterdam

[Info & Route](#)



Overtoom
Amsterdam

[Info & Route](#)

[Al onze locaties](#) →

Meer over deze ondersteunende zorg

Sportloket Reade leert jezelf te helpen

Sport zoeken



Heb je een vraag over Reade? Onze klantenservice helpt je verder.

T (020) - 242 10 00 | klantenservice@reade.nl