

Skiën op één been

DOOR CATHERINE BILLIAU

EEN KEER PER MAAND glijden op de kunstskipiste in Peer (Limburg) bijzondere skiërs van de helling. Zittend op een monoski of met een speciale kruiski laveren ze – al dan niet met een begeleider – behendig naar beneden. Nooit hadden deze mensen gedacht dat ze zouden kunnen skiën. Sommigen ondergingen een voet- of beenamputatie, anderen zijn gedeeltelijk verlamd. Trots kijkt Patrick Van de Vaerd (51) toe en helpt waar hij kan. Het is dankzij deze zelfstandig kinesitherapeut uit Melle (bij Gent) dat andersvaliden plezier kunnen beleven aan de skisport. Dit jaar bestaat Anvasport, de vzw die hij oprichtte, 20 jaar. In die tijd hebben honderden mensen met een fysieke handicap via de vereniging leren skiën, doller pret gemaakt op de skireizen en vele vrienden leren kennen. Jarenlang



Patrick Van de Vaerd combineerde een hobby met het helpen van anderen.

was Patrick verbonden aan het Centrum voor Technische Orthopedie in Wetteren en het UZ in Gent. Daar leerde hij voornamelijk mensen met een beenamputatie opnieuw lopen met een prothese. In die periode besloot hij om zijn passie voor het skiën met zijn patiënten te gaan delen. 'Ik vond dat ik hen na de revalidatie nog iets

meer moest kunnen bieden,' zegt Patrick. 'De beste manier om mensen met een handicap in beweging te houden, is sport. Bovendien vergemakkelijkt het de integratie. Een amputatie is een hele opdoffer. Heel wat mensen sluiten zich in eerste instantie op. Wij willen laten zien dat ze nog heel wat kunnen. Een helling afskiën geeft hun bergen zelfver-

'Een amputatie is een hele opdoffer. Een helling afskiën geeft hun bergen zelfvertrouwen.'

trouwen.' Hij ging op zoek naar informatie in het buitenland en ontdekte dat je met aangepast materiaal heel wat kunt bereiken. In het begin fabriceerde Patrick, die ook prothesemaker is, de ski's zelf op maat van de handicap. Nu de vereniging meer geld heeft, kan ze dure skispullen kopen. Tegenwoordig kunnen niet alleen geamputeerden, maar alle mensen met een fysieke handicap bij Anvasport terecht voor skiplezier. Mensen die gedeeltelijk verlamd zijn door polio, MS of een hersenbloeding bijvoorbeeld, of jongeren met spasticiteit door vroeggeboorte, nemen deel aan de activiteiten.

Regelmatig organiseert de vereniging initiatie-avonden, afwisselend op de kunstskipistes van Peer

en van Komen. Er komen ook mensen op af die vroeger (voor hun amputatie, ongeval of ziekte) al geskied hadden als beginners. 'Na een drietal lessen kan een beginner gewoonlijk zelfstandig van de beginnerspiste skiën,' zegt Patrick. Die initiatielessen zijn een voorwaarde om mee te mogen op skikamp. Drie keer per jaar organiseert Anvasport een skivakantie in Les Gets (Frankrijk), waarvan het eerste eind deze maand doorgaat. Aansluitend is er een speciaal zit-skikamp voor rolstoelpatiënten. En tijdens de paasvakantie kunnen ook de familieleden van mindervalide personen mee.

Telkens wordt er voor de groep van een vijftigtal personen, waaronder 20 begeleiders, een heel hotel afgehuurd dat eigendom is van de gemeente Audergem. 'We vinden het belangrijk om een mix te hebben van valide en mindervalide personen,' legt Patrick uit. 'Integratie is ons basisprincipe. We willen niet alleen een groep zijn van personen met een handicap.' De begeleiders zijn allemaal vrijwilligers die hun reis grotendeels zelf betalen.

Les Gets, nabij Morzine in de Haute Savoie, is een gebied dat bijzonder geschikt is voor personen met een handicap. De liften, bijvoorbeeld, zijn vooral zetel-liften; er zijn weinig sleepliften of gondels. Een zit-ski heeft een sys-

teem waarbij je deze kunt omhoogpompen zodat de skiër op de zetlift kan gaan zitten. Je kunt de zitski besturen door je gewicht van de ene kant naar de andere te verplaatsen. Een ervaren zitskiër kan gerust een zwarte- of een hobelpiste af, net als een valide persoon. Wie niet zelf kan skiën, bijvoorbeeld omdat hij zijn armen niet kan gebruiken, spastisch is of gewoon nog te onwennig is, krijgt een begeleider mee die achter hem aan skiet en naar beneden loodst. Patrick, die twee keer per jaar mee op kamp gaat, bewaart prachtige herinneringen aan de skivakanties. 'Vorig jaar begeleidde ik Raoul, een jongen die bijna helemaal verlamd is door een spierziekte. Ik skiede naast hem en moedigde hem aan: "Komaan Raoul!" Toen het hem voor het eerst lukte om zichzelf op ski's voort te bewegen, straalde hij en ging zingend van "Wij zijn goed bezig" naar beneden. Ik was even blij als de jongen.'

HET SKIËN geeft fysiek gehandicapten een enorme mentale opkikker,' zegt Patrick. 'Ze voelen zich sterk op ski's. Voor het eerst worden ze geconfronteerd met hun mogelijkheden in plaats van met hun beperkingen. Bovendien worden sociale contacten een stuk eenvoudiger als mensen opnieuw vlot kunnen bewegen.' Veel patiënten vonden het bijvoorbeeld

heel erg dat ze niet meer met hun familie of vrienden op skivakantie konden. Nu kunnen ze op een aangepaste manier weer leren skiën en samen de piste op. Neem Lionel Demeulenaere, een van de oudste leden van Anvasport. Hij heeft een verlamd been door polio. Vroeger ging hij elk jaar met zijn familie mee op skivakantie, maar moest hij aan de kant zitten toekijken. Hij was toen al bijna vijftig toen hij Anvasport contacteerde en hij had nog nooit geskied. Nu gaat hij regelmatig op skivakantie en begeleidt voor Anvasport de jongeren met een motorische handicap. Wanneer je de goedlachse man over de skipiste in Peer ziet laveren, wijst niks, behalve een touwtje dat zijn ski's bijeenhoudt, erop dat hij een handicap heeft.

Via Anvasport kan men ook kennismaken met heel wat andere sporten. Zo organiseert de vzw elke week een zweminitiatie. Ook deze activiteit is bedoeld om het zelfvertrouwen van mensen met een handicap te vergroten. 'Iemand die een amputatie heeft ondergaan, voelt zich bekeken en onwennig in het zwembad,' legt Patrick uit. 'Onder lotgenoten kun je die schroom veel gemakkelijker overwinnen.' In de zomer is er ook een watersportweekend op het Veerse meer, verschillende waterski-initiaties, kajak- en duikinitiaties, fietstochten en een aangepast overlevingskamp in Durbuy. Daar-

naast wordt er geschaakt, gebowld en gewandeld. De 500 leden van Anvasport maken samen veel plezier en verleggen hun grenzen. 'Ik vind het geweldig om te zien dat mensen die vroeger nooit sportten, ineens enthousiast worden en alles willen proberen, zelfs sporten waar ze nooit aan zouden gedacht hebben,' besluit Patrick.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Patrick Van de Vaerd, Caritasstraat 2A, 9090 Melle. Tel. 09/252 21 28, gsm: 0495/24 99 63. E-mail: info@anvasport.com. Website: www.anvasport.com. Een bijdrage aan de vzw kunt u overmaken op rekeningnummer 737-4170042-55. Anvasport is ook steeds op zoek

naar begeleiders. Voor de skivakanties zijn goede skivaardigheden en voldoende fysieke kracht (om personen met een handicap te kunnen tillen) vereisten.

■ *Kent u iemand of hebt u in een krant of tijdschrift gelezen over een persoon die beloond mag worden vanwege zijn of haar inzet voor een bijzonder doel, die iets speciaals gerealiseerd heeft of een heldendaad heeft verricht? Schrijf dan naar: Reader's Digest, t.a.v. Catherine Billiau, Paapsemelaan 20, 1070 Brussel; of e-mail redactiebe@readersdigest.com. Wordt uw kandidaat verkozen tot Bijzondere Belg, dan ontvangt u 100 euro.*