

• Wie zijn wij?

Sport en Spel Vereniging De Meerbloem biedt de gelegenheid om op eigen niveau te zaalsporten en/of te zwemmen. De Meerbloem is opgericht voor(ex-) hartpatiënten, zowel patiënten die een infarct hebben gehad, als voor hen die zijn geopereerd of gedotterd of die last hebben van angina pectoris, hartritmestoornissen en dergelijke, of die een ICD hebben gekregen.

Sinds 2012 kunnen ook longpatiënten (bijv. COPD) meedoen aan onze activiteiten. Het sporten of zwemmen geschiedt onder leiding van ervaren sportinstructeurs. Het gezamenlijk sporten en zwemmen is een grote stimulans, evenals de gezelligheid, de kameraadschap en de onderlinge uitwisseling van ervaringen. Sinds januari 2011 heeft "de Meerbloem" het bijzondere lidmaatschap van de landelijke organisatie "De Hart & Vaatgroep" verkregen.

Voor de veiligheid van de leden zijn ambulanceverpleegkundigen en/of huisartsen aanwezig tijdens het sporten.

De persoonlijke conditie / prestatie speelt binnen de vereniging geen grote rol. Wel verwachten we van een deelnemer, indien mogelijk, een wekelijkse inzet om in conditie te blijven.

• Wat doen wij?

Hartfalen is een ingrijpende gebeurtenis. Eerst was alles vanzelfsprekend, het lichaam deed wat er van werd verlangd. Werk, sport, plezier maken en zonder erbij na te denken, ging alles vanzelf. Na het krijgen van een hartprobleem is het opeens anders. De motor van het lichaam vertoonde een defect. Wat kan nog wel en wat kan niet meer? Er is vaak onzekerheid en soms angst. Voor mensen die geconfronteerd worden met een longaandoening geldt vaak hetzelfde.

Tijdens de revalidatie en na ontslag uit het ziekenhuis, moet het zelfvertrouwen stapje voor stapje worden teruggewonnen. Men ziet de eigen prestaties, men bekijkt met de revalidatiearts het inspanningscardiogram, maar men blijft ondanks dit alles toch angstig om na revalidatie weer te gaan sporten.

SSV De Meerbloem biedt de mogelijkheid deze angst te overwinnen door onder vakkundige en medische begeleiding en met lotgenoten te sporten, zwemmen en zaalsport. Veel van onze sporters willen daarom, na alles wat ze hebben meegemaakt, hun wekelijkse sportavond(en) bij De Meerbloem niet meer missen.

• Geïnteresseerd?

Meer informatie over onze sportavonden kunt u verkrijgen bij de aan ommezijde vermelde voorzitter of bij een bestuurslid tijdens de sporturen op dinsdag- of donderdagavond van 18.00 tot 21.00 uur in de kleine sportzaal van "de Driesprong", van Stolberglaan 1, 2712 RB Zoetermeer

• Waar en Wanneer?

Zwemmen

op dinsdag van 18.45 uur tot 19.45 uur
op donderdag van 18.00 uur tot 19.00 uur.

Zaalsport

op dinsdag van 18.00 uur tot 22.00 uur
op donderdag van 18.00 uur tot 22.00 uur.

Allen in sportcentrum "de Driesprong",
van Stolberglaan 1, 2712 RB Zoetermeer

Betaalrekening ING :
385 53 54 t.n.v. S.S.V. De Meerbloem te Zoetermeer.,
De betaling van de contributie moet per maand,
bij vooruitbetaling, plaatsvinden.
Sommige ziektekostenverzekeraars vergoeden de
contributie geheel of gedeeltelijk. Informeer daarnaar
bij uw verzekeraar.



• Zaalsport



• Zwemmen



• Fietsen

• Adressen

Correspondentie-adres

alle (papieren) correspondentie gelieve u uitsluitend te richten aan:

S.S.V. De Meerbloem

Postbus 225

2700 AE Zoetermeer

Het e-mailadres van de vereniging is

info@demeerbloem.nl

Tel. 079-3165425

Sportlocatie

(zwemmen en zaalsport)

Sportcentrum De Driesprong,

van Stolberglaan 1, 2712 RB te Zoetermeer

Sport en Spel vereniging
de Meerbloem 

www.demeerbloem.nl

• Sponsors en Partners



Fysiotherapie Corpus Activum
Baron de Coubertinlaan 31 B
2719 EN Zoetermeer tel:
079 3616246
info@corpusactivum.nl
www.corpusactivum.nl



PARTHENON
Grieks Specialiteiten Restaurant

Dorpsstraat 17 • 2712 AB Zoetermeer
Tel. 079 3163636 • www.parthenon-restaurant.nl



Houtlijn.nl

Kleihoogt 34 2651 KV Berkel en Rodenrijs

Hout - Plaatmateriaal - Laminaat - Houten vloeren
Tuinhout - Blokhutten - Kozijnen

tel. 010 - 511 56 03 • fax 010 - 512 00 46
Email info@houtlijn.nl • www.houtlijn.nl



ST. REGIDOEL

Stichting Regiodoel
Kledinginzameling & Recycling



PELGRIMSHOEVE
ZOETERMEER

Stichting Pelgrimshoeve
Wattstraat 21
2723 RA Zoetermeer
tel. 079-3610933
pelgrimshoeve@planet.nl
www.pelgrimshoeve.nl



MULTICOPY
| THE COMMUNICATION COMPANY

MultiCopy Zoetermeer Tel. 079-343 50 30
Engelandlaan 270 zoetermeer@multicopy.nl
2711 DZ Zoetermeer multicopy.nl/zoetermeer

Hartproblemen? Gerevalideerd?
Wat nu..?

Sport en Spel vereniging
de Meerbloem

Voor (ex-) hartpatiënten en longpatiënten
te Zoetermeer en omgeving

Zaalsport, Volleybal
Aquafitness, Banentrekken
Vrij zwemmen, AED-Cursus
Fietsen (juli/aug)

prijzen vanaf maar
€14,- per maand

Alle sporten met huisartsen
of ambulancepersoneel, o.l.v. trainers
en/of fysiotherapeuten

Wij zijn aangesloten bij de landelijke
patiëntenvereniging De Hart&Vaatgroep!



www.demeerbloem.nl