



## Ben jij de Sponsor-manager die Stuurkracht mogelijk maakt?

**Van ziek naar zin** Leven met een chronische aandoening of beperking kan je volledig in beslag nemen. Pijn en ongemak, onderzoeken en behandelingen, training om spierkracht en conditie op peil te houden, enzovoort. Er is dan soms weinig ruimte om nieuwe uitdagingen aan te gaan: de dag doorkomen is vaak al een klus en het leven is overleven geworden.

Een nieuwe uitdaging kan alles in een ander perspectief zetten; één die kracht en nieuwe energie geeft. Stuurkracht brengt je terug naar de persoon die je van nature bent; je bent immers méér dan je chronische klachten!

Fietsen is goed voor lichaam en geest. De beweging zorgt voor een goede doorbloeding, het bevordert je conditie en je maakt zelf endorfine aan; de natuurlijke pijnstillers én het gelukshormoon. Iedereen kan fietsen -met of zonder ondersteuning-, je hoeft er niet voor naar de sportschool en je kunt fietsen op elk gewenst moment.

### Stuurkracht

Mijn eigen en andere ervaringen hebben geleid tot het ontwikkelen van Stuurkracht: het fietsproject waarbij het niet om de race, maar om de reis gaat. Stuurkracht biedt een jaarprogramma aan met, van maart tot oktober, fietsactiviteiten op elk niveau. Deelnemers kunnen meefietsen met dagtochten, een fietsweekend of een fiets-trektocht van een week in Europa. Tijdens de Stuurkracht-ritten verkennen de deelnemers hun mogelijkheden, ontmoeten gemotiveerde medefietsers en verleggen als vanzelf grenzen. Door in groepsverband te fietsen is er de mogelijkheid tot onderlinge uitwisseling van ervaringen.

Stuurkracht draagt bij aan het herwinnen van vertrouwen in eigen lijf en aan de mentale veerkracht van deelnemers. Doordat de focus van ziekte naar welzijn & zingeving wordt verlegd, ontwikkelen deelnemers de kracht om -weer- regie over eigen leven te nemen.

We zoeken een man of vrouw die – als Sponsor-manager - samen met het bestuur en de andere teamleden Stuurkracht mogelijk maakt. Je zet je, samen met hen, een seizoen in voor Stuurkracht.

### Dit zijn je taken:

- Optimaliseren en vaststellen van sponsor-mogelijkheden Stuurkracht
- Actief aanzoeken van sponsors van Stuurkracht
- Afspraken met sponsors maken en vastleggen

Ikzelf en de Stuurkracht-vrijwilligers kunnen je vertellen dat het samenwerken binnen Stuurkracht veel voldoening geeft. Stuurkracht betekent écht iets voor de deelnemers!

Vind je het interessant om wat meer te horen over Stuurkracht en het team die dit initiatief realiseert? Bel of mail mij dan even; ik vertel je er graag alles over! Kijk in ieder geval even op [www.stuurkracht.org](http://www.stuurkracht.org)

met vriendelijke fiets-groet,

**Mary Hogenkamp**  
T 06 42 33 03 58  
[mary@stuurkracht.org](mailto:mary@stuurkracht.org)