



In startfase voor Phemia de Boer (sportdocente).

Een sportdocente die al jaren bekendheid heeft in stimuleren van nieuwe invalshoeken bij sportieve zaken. Zowel bij jongeren als senioren.

Dit in en buiten Alphen aan den Rijn.

Zo ook is zij betrokken bij meerdere maatschappelijke initiatieven zoals bijvoorbeeld *"Make a Wish"*.

Phemia is al meer dan 10 jaar Wishwalker maar ook op andere wijze bij Make a Wish betrokken.

Dit jaar 2022, was Wishwalker Phemia weer in Nijmegen te vinden. Helaas heeft zij door heupblessure niet alle afstanden kunnen wandelen voor Make a Wish. Wel heeft zij voor dit goede doel haar beste beentjes voor gezet. Aanmoedigen van de overige maatjes was onderdeel en nieuwe ondersteuning vinden voor Make a Wish zeker van belang.

Mede naar aanleiding van bijzondere wijze van deelname als Wishwalker voor Make a Wish is bij Phemia een project in groei en bloei. Dit om hele jonge mensen in de nabije toekomst als Wishwalker voor Make a Wish "klaar te stomen".

Het idee vond tijdens de alternatieve vierdaagse in Zoetermeer in 2020/2021 al bodem.

Het algemene beweegproject "Even Bewegen" van Phemia was toen al geboren. Verbindingen leggen in stimulans tot bewegen op laagdrempelige wijze.

Phemia maakte in de corona periode het boekje voor zorg, welke inmiddels in veel huisgezinnen, zorg omgeving en elders benut. Een boekje die in meerdere talen met medewerking van sponsors en het sportakkoord van Zoetermeer ook naar NIET Nederlands sprekende omgeving gekomen is. Zelfs in het buitenland veel benut wordt.

Altijd gratis voor iedereen te downloaden via www.phemia.nl.

Het wandelen van Vierdaagse in eigen omgeving en tegelijkertijd mensen mee laten wandelen was mede deel van Phemia's beweeg-stimulans. Alles aangepast aan de toenmalige pandemie maatregelen.

De sportdocente maakte herfst 2021 voor Stichting Help Anders een opzet voor afstand wandelen voor jongeren in Alphen aan den Rijn. Leeftijd tussen ongeveer 11 en 14 jaar. Het starttijdstip van is mede door de pandemie maatregelen even uitgesteld.

In juli 2021 wandelde de 9 jarige Zoë (oud- leerlinge van Phemia) met de alternatieve wandeltocht met haar juf mee. Zij verklaarde toen al in de toekomst ook haar “liefste wens” vierdaagse te mogen wandelen ooit waar te maken. Dit als sponsor voor Make a Wish in Nijmegen bij de Vierdaagse in Nijmegen. .

Groot groeien kost evenwel tijd.

Zoë is nu nog te jong en zal nog zeker 2 jaar trainen alvorens zij gerechtigd is in Nijmegen te mogen deelnemen. Maar er zijn best wegen te bewandelen om haar doel te kunnen bereiken. Eerst binnen haar eigen omgeving. Over langere tijd ook met wandeltochten en daarna richting Nijmeegse Vierdaagse.

Dat laatste kan zij dan (als deelnemer tussen 12 en 16 jaar) alleen wandelen met een begeleider.

Tips en tricks via Phemia zijn intussen zeer handig, zo is in korte tijd al gebleken.

Voorlopig is ambassadrice Zoë een pracht voorbeeld voor het nieuwe project van docente Phemia.

“Wishwalk kinderen voor kinderen”.

Als gediplomeerd sportdocente en zelf lange afstandswandelaar is Phemia in staat te helpen. Daarom is nu een project in wording voor jeugd.

Contact voor informatie kan via Phemia:

emailadres info@phemia.nl.

Phemia heeft inmiddels met andere Wishwalkers 2022 contact, in hoeverre opzet ook landelijk kan worden. Uiteraard met ruggensteun vanuit Make a Wish.