

PERSBERICHT

H-Yoga docenten gecertificeerd aan de slag

Amsterdam - juni 2010.

Afgelopen weekend is in Amsterdam het certificaat Yoga bij Kanker uitgereikt aan de eerste Nederlandse groep H-yogadocenten.

H-yoga is een speciaal aangepast programma voor (ex-)kankerpatiënten. Yogadocenten uit heel Nederland hebben een jaar lang scholing gevolgd over alle ins en outs rondom yoga bij kanker.

Ook Wilma Heukels uit Lelystad behoorde tot deze eerste groep en mag dus vanaf heden als gecertificeerd H-Yogadocent professioneel en kundig les geven aan groepen (ex-) kankerpatiënten

Het H-yoga logo is een keurmerk dat garantie biedt voor de kwaliteit en kunde van het lesgeven. De specialisatie Yoga bij Kanker is erkend als bijscholing door de Vereniging Yogadocenten Nederland. Het certificaat H-yoga geeft aan dat de betrokken yogadocent beschikt over voldoende competenties, kennis en communicatieve vaardigheden om de kwetsbare en vaak met lichamelijke beperkingen belaste groep zo goed mogelijk tegemoet te komen.

Steeds vaker wordt, ook in medische kringen, onderkend dat yoga een heilzame werking heeft op de gemoedstoestand van (ex)kankerpatiënten. Lichamelijke ongemakken en de zware geestelijke belasting die ziekte en (de bijwerkingen van) de vaak langdurige behandeltrajecten veroorzaken kunnen in veel gevallen verlicht worden door het volgen van speciale aangepaste yogaprogramma's.

Het H-yogaprogramma heeft als uitgangspunt dat het geen claims tot medisch herstel opeist en juist een aanvulling op de reguliere oncologische, medische en sociaal-medische (na)zorg is.

H-yoga is ontwikkeld door yogadocente en (ex)kankerpatiënte Josette van Leeuwen (yogapraktijk JYO te Amsterdam). Haar methode werd mede gebaseerd op uitgebreide ervaringen met programma's voor (ex)kankerpatiënten in o.a. de Verenigde Staten. Initiatiefnemer tot de specialisatie H-Yoga is Stichting Sara Nederland. Deze zet zich in voor de kwaliteit van leven en het welzijn van (ex-)kankerpatiënten. Een van de doelstellingen is het ontwikkelen van ontspanning- en yogaprogramma's voor deze doelgroep.

Meer informatie: www.stichtingsaranederland.nl