

**Mede door de "vrienden van de Beweging" zijn we gestart met VET.**

**Wat is VET? VET betekent Virtueel Educatief Trainen.**

Vet is een manier waarbij patiënten, die in de fysiotherapiepraktijk moeten trainen op b.v. een loopband, fiets, roeier of crosstrainer begeleid worden met een computerscherm waarop programma's staan die de omgeving of de natuur weergeven. Zo lijkt het alsof de patiënt door het zuiderpark fietst of dat de patiënt door de wijk loopt, iets wat deze patiënt in werkelijkheid niet kan doen vanwege slechte gezondheid. Dit stimuleert de patiënt enorm om de training vol te houden. Een patiënt vertelt: normaal kan ik maar 5 minuten lopen op de loopband en loop ik maar naar de klok te kijken wanneer ik kan stoppen, maar door de afleiding van het filmpje loop ik zomaar zonder benauwd te worden 10 minuten. Een enorme vooruitgang!

Vooraf voor patiënten met een chronische aandoening, zoals COPD, Claudicatio, Diabetes Mellitus, Hart- en Vaat problematiek en Obesitas is dit een effectieve manier om patiënten te motiveren.