

gedichten
en
gewrichten

Kevin Vansteenkiste, bewegings-ergonoom Hallojj Izegem

Mike Van Acoleyen, verzenmaker

ISBN: 9789464800937

© mike van acoleyen

Kevin Vansteenkiste is een bijzonder bewegings-ergonoom. Een scherp observator die snel ziet en begrijpt hoe je lichaam beweegt, waar de remmingen zitten en hoe daar iets aan kan gedaan worden. Kevin biedt met zijn bedrijf 'Hallojij, beweeg pijnvrij' programma's op maat, voor individuele klanten en voor bedrijven. In zijn gezellige beweegruijnte geen fitnesstoestellen en patsers, wel een groep bewegers van allerlei pluimage, fysiek en leeftijd, die Kevin tot een groep vrienden samenkneedt. Maar aan conditie en beweeglijkheid werken doet hij nog het liefst buiten, in de open natuur. Collega's in bedrijven biedt hij onder meer een gezonde beweegpauze, het ontbrekende stukje in de puzzel van de ergonomie .

Mike Van Acoleyen houdt van taal. Een ingenieur en afvaldeskundige die zich omschoolde tot expert communicatie en participatie. Mike heeft al een reeks publicaties op zijn naam, enkele romans en nouvelles, een essaybundel en via dit boekje zijn tweede poëziebundel. Met zijn essays won hij al meerdere prijzen. In zijn gedichten kruipt heel wat zorg voor het juiste woord, het juiste metrum en het juiste rijm; poëzie moet je kunnen zingen.

Tekeningen: Marie-Hélène Venus

Kevin en Mike slaan de handen in elkaar voor dit opmerkelijk initiatief.

Iets totaal nieuw, dat nergens bestaat. Daarom is het zo moeilijk het met iets te vergelijken. Food pairing komt nog het meeste in de buurt. Gerechten en goede wijnen combineren zodat ze beide beter worden. Maar wij doen dat met lichaams oefeningen en poëzie.'

Het gedicht is onderdeel van de oefening. Het illustreert ze niet, maar geeft ze een meerwaarde. De oefening krijgt er diepgang door, goed voor botten en ziel.

Kevin en Mike bieden groepen een sessie waar lichaam en geest samenkomen. Liefst in de open lucht, in de natuur. Het lijf aan het werk zetten en de hersenen verfrissen.

Dit bundeltje nemen de deelnemers mee naar huis als een mooie herinnering aan een fijne activiteit. De gedichten staan er samen met QR codes waarachter een filmpje van de oefeningen schuil gaat.

De oefeningen zijn geschikt voor elk gestel, en de poëzie voor elk oor. Mike vertelt: 'Het zijn échte gedichten, sonnetten en rijmdichten en zo, maar helder, vol grapjes en ironie, en schijnbaar licht.'

Heel het opzet van gedichten en gewrichten moet prettig zijn, een fijne smaak in de mond achterlaten'.

Meer info en boekingen: www.hallojij.be