



Visite de la Commandante des Écoles à l'ERSO

15 janvier 2026

Le 15 janvier, la Commandante des Écoles (CDS), la Générale-major An-Roos De Potter, a rendu visite à l'ERSO. Cette visite de travail lui a permis de découvrir de près le fonctionnement quotidien de l'École, la formation et les candidats.

Après un accueil chaleureux sur le Campus, la Générale a assisté à un briefing sur la phase Skills en cours du Département de Formation Militaire (DFM). Ensuite, tout le monde s'est rendu au domaine militaire de Brustem. Plusieurs pelotons de la Compagnie Bravo néerlandophone y bivouaquaient à ce moment-là.

Un déjeuner était d'abord prévu au programme. Dans une ambiance informelle, il y avait de la place pour la discussion, notamment avec les candidats de la Compagnie Bravo, qui étaient chargés de servir le repas. Ce moment a été l'occasion d'un échange direct entre la Commandante des Écoles et les candidats.

Après le déjeuner, place à l'action. Un exercice « Réaction sous le feu » a eu lieu sur le domaine. Pour les candidats du peloton B10, ce fut un honneur particulier de pouvoir donner cet exercice en présence de la CDS. Leur engagement, leur discipline et leur professionnalisme n'ont pas passé inaperçus : à l'issue de l'exercice, la Générale-major De Potter et le Dir Educ ont tous deux exprimé leur satisfaction.

Le groupe est ensuite retourné sur le campus pour la suite du programme. Dans la salle de sport, deux pelotons de la Compagnie Alpha francophone ont reçu des explications sur les étirements, un élément essentiel de la formation physique et de la prévention des blessures des candidats. Depuis janvier 2026, tous les candidats participent en outre au module HPBS, proposé par les PTI de l'ERSO et soutenu par les kinésithérapeutes et diététiciens de La Défense.

Ce module sensibilise les participants aux quatre domaines clés de la performance : activité physique, alimentation, bien-être mental et récupération. Les cours leur fournissent les compétences nécessaires pour encadrer eux-mêmes une section lors d'activités d'entraînement spécifiques, tout en mettant l'accent sur les techniques permettant d'améliorer leurs propres performances, leur endurance et leur force.

Ensuite, le PTI a animé une session intitulée « Mobilité, étirement et relâchement des tissus ». Pour les groupes musculaires les plus sollicités pendant l'entraînement de base, les candidats ont expérimenté des exercices de renforcement musculaire ciblés, des étirements statiques et des techniques de souplesse musculaire, notamment avec des rouleaux en mousse. Ils ont ainsi pu rafraîchir leurs connaissances en anatomie et physiologie du sport et mieux comprendre les avantages de ce type de séance.

Visite de la Commandante des Écoles à l'ERSO

Lors de la visite de la CDS, les candidats du DFM ont travaillé avec Wooclap et Wooflash. Wooclap rend les cours plus interactifs et permet de sonder les opinions et les connaissances. Wooflash aide à réviser la matière grâce à des exercices qui s'adaptent automatiquement au niveau du candidat. Les candidats devaient répondre à huit questions dans les deux outils sur une matière obligatoire de la PIM.

Sur BelADL, chaque peloton a disposé d'un espace séparé avec toutes les missions, présentations et tutoriels. Au préalable, les candidats ont suivi deux heures d'explications sur l'utilisation de BelADL. Grâce à cette introduction, ils peuvent non seulement suivre les cours d'anglais, mais aussi effectuer tous les exercices nécessaires dans le cadre de la formation TOOLS.

1SM Vanormelingen, 1SM Desplanque, Gwen Cools (CIV)





Bezoek van de Commandant der Scholen aan de KSOO

15 januari 2026

Op 15 januari bracht de Commandant der Scholen (CDS), Generaal-majoor An-Roos De Potter, een bezoek aan de KSOO. Dit werkbezoek bood haar een nieuwe gelegenheid om van dichtbij kennis te maken met de dagelijkse werking van de school, de opleiding en de kandidaten.

Na een warm onthaal op de campus kreeg de Generaal een briefing over de lopende Skills-fase van het Departement Militaire Vorming (DMV). Aansluitend vertrok men naar het militaire domein van Brustem. Enkele pelotons van de Nederlandstalige Bravo Compagnie waren op dat moment daar op bivak.

Daar stond eerst een lunch op het programma. In een informele sfeer was er ruimte voor gesprek, onder meer met de kandidaten van de Bravo Compagnie, die instonden voor het uitscheppen van het eten. Dit moment bood een mooie gelegenheid voor directe uitwisseling tussen de Commandant der Scholen en de kandidaten.

Na de lunch was het tijd voor actie. Op het domein vond een oefening "Reactie onder Vuur" plaats. Voor de kandidaten van peloton B10 was het een bijzondere eer om deze oefening te mogen geven in aanwezigheid van de CDS. Hun inzet, discipline en professionalisme bleven niet onopgemerkt: na afloop spraken zowel Generaal-majoor De Potter als de Dir Vmg hun waardering uit.

Nadien keerde het gezelschap terug naar de campus voor het vervolg van het programma. In de sportzaal kregen twee pelotons van de Franstalige Alpha Compagnie een toelichting rond stretchen, een essentieel onderdeel binnen de fysieke vorming en blessurepreventie van de kandidaten. Sinds januari 2026 nemen alle kandidaten bovendien deel aan de HPBS-module, aangeboden door de PTI's van de KSOO en ondersteund door de fysiotherapeuten en diëtisten van Defensie.

Deze module vergroot hun bewustzijn rond de vier kerngebieden van prestaties: fysieke activiteit, voeding, mentaal welzijn en herstel. De cursussen reiken hen de nodige vaardigheden aan om later zelf een sectie te begeleiden tijdens specifieke trainingsactiviteiten, en leggen tegelijk de nadruk op technieken om hun eigen prestaties, uithoudingsvermogen en kracht te verbeteren.

Daarna gaf de PTI een sessie "Mobiliteit, Rekweefsel en Release Tissue". Voor de spiergroepen die het meest belast worden tijdens de basistraining experimenteerden de kandidaten met gerichte spierversterking, statische rek oefeningen en technieken voor spierflexibiliteit, onder andere met foamrollers. Zo kregen ze ook een opfrissing van de anatomie en fysiologie van sport en begrepen ze beter de voordelen van dit type sessie.

Bezoek van de Commandant der Scholen aan de KSOO

Tijdens het bezoek van de CDS werkten de kandidaten van DMV met Wooclap en Wooflash. Wooclap brengt meer interactie in de les en laat toe om meningen en kennis te peilen. Wooflash helpt bij het herhalen van de leerstof via oefeningen die zich automatisch aanpassen aan het niveau van de kandidaat. De kandidaten moesten in beide tools acht vragen beantwoorden rond een verplicht MIF-vak.

Op BelADL kreeg elk peloton een aparte ruimte met alle opdrachten, presentaties en tutorials. Vooraf volgden de kandidaten twee uur uitleg over het gebruik van BelADL. Dankzij deze introductie kunnen ze niet alleen de Engelse cursussen volgen, maar ook alle oefeningen uitvoeren die nodig zijn binnen de TOOLS-opleiding.

ISM Vanormelingen, ISM Desplanque, Gwen Cools (CIV)

