
Reuma Uitgedaagd

1 bericht

Rien Anthonissen <secretaris.rpvdebaronie@gmail.com>
Bcc: post@johanvanmeel.nl

15 oktober 2018 om 19:30

Aan alle leden,

Zie onderstaand bericht.

Met vriendelijke groeten,
Rien Anthonissen,
secretaris RPV "De Baronie"

Volg de training ReumaUitgedaagd!

Heb je een vorm van reuma en wil je beter leren omgaan met pijn- of vermoeidheidsklachten, met onbegrip van familie of collega's of ben je benieuwd naar ervaringen van andere mensen met reuma? Volg dan de zelfmanagementtraining ReumaUitgedaagd!

Onderwerpen die aan bod komen tijdens de training zijn bijvoorbeeld:

- Hoe ga ik met mijn vermoeidheid om?
- Hoe stel ik grenzen op mijn werk?
- Hoe ga ik met onbegrip om?
- Hoe leg ik uit dat ik een vorm van reuma heb?
- Hoe blijf ik verantwoord in beweging?

Deelnemer Tineke: "Ik voel me sterker, heb meer handvatten om goed voor mezelf te zorgen en voor mezelf op te komen."

De training is altijd afgestemd op jouw persoonlijke situatie. Je gaat tijdens de training met je eigen doelen aan de slag. Speciaal opgeleide trainers die zelf ook een vorm van reuma hebben, begeleiden de training. Deze zelfmanagementtraining is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek.

Deelnemer Robert: "De cursus geeft mij, ondanks dat ik al 13 jaar Bechterew heb, toch weer nieuwe en andere middelen om beter om te gaan met reuma."

ReumaUitgedaagd! is er voor iedereen met een vorm van reuma. Het maakt daarbij niet uit in welke fase van het ziekteproces je zit, of hoeveel of weinig last je van je aandoening hebt.

De training is beschikbaar:

- Voor zowel jongeren als volwassenen;
- Zowel live op verschillende locaties in Nederland als online vanuit huis.

Wil je meer informatie? Kijk dan op: www.reumautgedaagd.nl

Vriendelijke groet,

Christa Grootveld
Coördinator Ervaringsdeskundigheid

Vanaf 1 juli 2018 is onze nieuwe naam

 www.reumanederland.nl

Wil je weten waarom? Klik hier

Dr. Jan van Breemenstraat 4 | 1056 AB Amsterdam
Postbus 59091 | 1040 KB Amsterdam

T: 020 5896406 | 06 31771592 | **E:** C.Grootveld@reumanederland.nl | **W:** www.reumanederland.nl

