



In 't kort

Over ReumaRegie

ReumaRegie is een vierdaagse training verspreid over vier (zater)dagen. De focus ligt op zelfmanagement voor mensen met een reumatische of autoimmune inflammatoire aandoening. De training werd opgesteld en wordt gegeven door patiëntexperten met expertise in de hulpverlening.

Meer info en inschrijven

ReumaNet vzw

info@reumanet.be

www.reumanet.be

Contact:

Pak je reuma in handen



2025

Iets voor jou?

Kunnen we je overtuigen?

Heb je reuma*? Heb je al wat zaken uitgeprobeerd en ben je nog op zoek naar extra handvaten om het beheer van je chronische ziekte in handen te nemen op fysiek en mentaal vlak? Ben je benieuwd naar hoe anderen het aanpakken? Dan is deze zelfmanagementtraining, gegeven door en voor patiënten, zeker iets voor jou!

Gedurende vier dagen gaan we samen actief aan de slag. Thema's zoals omgaan met pijn en vermoeidheid, onbegrip en verlies, maar ook seksualiteit, je weg kennen binnen de hulpverlening,... komen aan bod.

ReumaRegie vertrekt vanuit de mens zelf. Je leert je krachten (her)ontdekken. Met lotgenoten creëren we een veilige omgeving waar je je kan uitspreken en je emotioneel goed kan voelen.

Zin om aan de slag te gaan? Schrijf je dan zeker in!

* ReumaNet volgt de Europese richtlijnen waarbij zowel de ontstekingsreuma's (bijvoorbeeld reumatoïde artritis, spondyloartritis, lupus, systeemsclerose,...) als de niet-ontstekingsreuma's (bijvoorbeeld osteoporose, artrose) en ook fibromyalgie als reuma worden gedefinieerd. Er bestaan meer dan tweehonderd reumatische aandoeningen.



Praktisch

Wat moet je weten?

VOORJAAR 2025:

Bonheiden, Imeldaziekenhuis, zaal Magnolia:

Data: 22 februari, 15, 22 en 29 maart 2025,
telkens van 9 tot 14u

Prijs: 200 euro, inclusief materiaal en lunch

NAJAAR 2025:

Aalst, OLV Ziekenhuis:

Data: Worden later bekendgemaakt

Prijs: 200 euro, inclusief materiaal en lunch

Schrijf je in

Inschrijven kan via info@reumanet.be tot uiterlijk 25 jan. '25 voor de module Bonheiden en 10 sept '25 voor de module in Aalst.

Na inschrijving contacteren de trainers je voor een kennismakingsgesprek. Op basis van dit gesprek wordt bepaald of je kan deelnemen aan de cursus.

Daarna ontvang je een bevestigingsmail, de betaalgegevens en verdere praktische informatie.

... Let op: omwille van de groepsdynamiek worden maar twaalf mensen toegelaten. Schrijf dus tijdig in.