



Doet
u ook
mee?

BEWEGEN OP MAAT

Bent u nierpatiënt en wilt u zich ook fitter voelen, een betere conditie opbouwen en lekkerder in uw vel zitten? Met het project Bewegen op Maat komt u onder deskundige begeleiding weer in beweging.

Veel nierpatiënten hebben last van weinig energie, waardoor ze ook minder gaan bewegen. Maar juist in de pre-dialyse fase, de dialyseperiode óf na een niertransplantatie is het belangrijk om actief te blijven.

Door meer te bewegen voelt u zich fitter, krijgt u een betere conditie en kunt u weer makkelijker deelnemen aan de samenleving.



“Juist in de pre-dialyse fase is het belangrijk dat je gaat bewegen. Hierdoor kun je dialyse namelijk langer uitstellen.”

*Dhr. Sillekens,
nierpatiënt*

Wat houdt Bewegen op Maat in?

Vertrouwde en veilige omgeving

Het project Bewegen op Maat vindt plaats in Zorghotel Roermond (gelegen naast het Laurentius Ziekenhuis) of bij een fysio-/fitness centrum in uw eigen regio. Hier kunt u gebruik maken van alle faciliteiten.

Als het voor u een extra stimulans is, kan uw partner ook gratis deelnemen.

Deskundige begeleiding

U wordt bijgestaan door enthousiaste fysiotherapeuten van De Zorggroep die ervaring hebben met het begeleiden van nierpatiënten.

Speciaal voor u op maat

U krijgt een persoonlijk beweegadvies op maat, waarbij rekening gehouden wordt met wat u wél en wat u niet kunt.

Meedoen aan het project Bewegen op Maat is geheel kosteloos, dankzij een bijdrage van de Nierstichting

Vragen? Uw behandelend arts of één van de dialyseverpleegkundigen helpen u graag verder. Alle patiënten dienen een medische goedkeuring te hebben van de behandelend arts.