

Bewegen belangrijk voor mensen met reuma

ReumaNederland en Koninklijke Wandel Bond Nederland brengen mensen met reuma in beweging. Bewegen is voor de meer dan 2 miljoen Nederlanders met reuma niet altijd even makkelijk, maar wel heel belangrijk.



Photo by Shaojie on Unsplash

ReumaNederland en Koninklijke Wandel Bond Nederland (KWBN) geloven in de kracht van wandelen voor mensen met reuma. Om zoveel mogelijk van hen de voordelen van wandelen te laten ervaren, slaan ReumaNederland en KWBN de handen ineen met een vijfjarig samenwerkingsconvenant.

Jan-Willem Förch (algemeen directeur ReumaNederland): “Juist als je een vorm van reuma hebt, is het belangrijk om regelmatig te bewegen. Het maakt spieren sterk en gewrichten soepel. Wandelen is voor mensen met reuma bij uitstek een activiteit die we willen aanmoedigen. Het kan in je eigen tempo en vorm. Door de samenwerking met KWBN hopen we mensen met reuma in beweging te brengen en een gezonde leefstijl te

stimuleren. Om dit doel te bereiken gaan KWBN en ReumaNederland wandelen in al haar verschijningsvormen bij mensen met reuma onder de aandacht brengen.”

(Bron en volledig artikel [Zorgkrant](#))