

# Groeps cursus Op koers

Deze folder geeft u informatie over de groeps cursus Op koers. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

## Waarom?

'Op Koers' is speciaal voor kinderen/jongeren met een chronische ziekte. Onder een chronisch ziekte verstaan we een blijvende, lichamelijke aandoening zoals astma, diabetes, CF, reuma, darmziekten, hartziekten, stofwisselingsziekten en bloedstollingsziekte. Als je een chronische ziekte hebt, kun je te maken krijgen met dingen die gezonde leeftijdsgenoten niet meemaken, zoals:

- Doktersbezoek & ziekenhuisopnames
- Medicijnen, medische ingrepen & leefregels
- Afwezigheid van school
- Niet mee kunnen doen met sociale/sportieve activiteiten

## Wie?

In de groepen kom je kinderen en jongeren tegen van jouw leeftijd die net als jij een chronische ziekte hebben. Er zijn groepen voor:

- Kinderen in het basisonderwijs (leeftijd 8 tot 12 jaar)
- Jongeren in het voorgezet onderwijs (leeftijd 12 tot 18 jaar)

## Hoe?

De cursus bestaat uit 6 bijeenkomsten van 1 uur en wordt begeleid door één of twee cursusleiders. In de cursus bekijken we video's, doen we opdrachten en praten we met elkaar over verschillende onderwerpen die te maken hebben met ziekte en de gevolgen ervan, bijvoorbeeld:

- Hoe kom je aan de juiste informatie?
- Hoe stel je vragen aan een dokter?
- Hoe komt het dat je je soms rot voelt? Wat kun je hieraan doen?

## Waar?

De cursus vindt plaats in Adrz, locatie Goes. 's Gravenpolderseweg 114, 4462 RA, Goes.

## Meedoen?

Als je geïnteresseerd bent in de cursus kun je jezelf opgeven door een e-mail te sturen naar: [medischepsychologie.secretariaat@adrz.nl](mailto:medischepsychologie.secretariaat@adrz.nl) met als onderwerp: Aanmelding cursus 'Op Koers'.

Graag onderstaande gegevens meesturen in de e-mail:

- Naam
- Geboortedatum
- Telefoonnummer
- In welke groep/klas je zit

Er zal vervolgens zo spoedig mogelijk contact worden opgenomen.

## Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met mw. J. Smits via telefoonnummer 0113 23 46 61 (op maandag en dinsdag) of contact opnemen met het secretariaat Medische Psychologie via telefoonnummer 088 125 00 00.

