



# RA LIGA

Reumatoïde Artritis Patiëntenvereniging

## Jaarverslag 2025



High5!  
For RA

Reumatoïde Artritis Liga vzw – Krombaak 10, 2200 Herentals

BE 0897 146 268

RPR Antwerpen, afdeling Turnhout

Rek. IBAN: BE98 7340 2251 2493 – BIC: KREDBEBB

[www.raliga.be](http://www.raliga.be) – [info@raliga.be](mailto:info@raliga.be)

## Onze visie - Waarom een RA Liga vzw?

De Reumatoïde Artritis Liga vzw is een patiëntenvereniging, opgericht in 2007, die zich focust en bezighoudt met de noden van reumatoïde artritis patiënten.

Meer dan 120.000 Belgen lijden aan deze onderbelichte ziekte met meestal onzichtbare maar ingrijpende symptomen. Vaak leven ze moeizaam met hun klachten en wordt hun diagnose pas laattijdig gesteld. Nochtans kunnen een vroege herkenning en een passende behandeling hun ziekte afremmen en onherstelbare schade voorkomen.

Als PO en met sensibiliseringscampagnes (zoals de oRAnje knoop) brengen we RA onder de aandacht. Samen maken we reumatoïde artritis bespreekbaar.

## Onze missie - Wat willen we bereiken?

De RA Liga vzw wil reumatoïde artritis bespreekbaar maken en de belangen van RA patiënten verdedigen. Samen met zorgverleners en academici delen we informatie, kennis en ervaring waardoor patiënten makkelijker hun eigen zorgproces en leven in handen nemen. Wij verstrekken informatie over zowel het medische aspect rond de ziekte RA, als de sociale en psychologische impact voor de patiënt en zijn omgeving.

Dat houdt in dat wij als patiëntenorganisatie heel wat projecten opzetten of eraan deelnemen om de aandoening in de kijker te plaatsen.



Elk jaar opnieuw opteren wij als patiëntenorganisatie voor een jaarthema.

Dit logo werd ons jaarthema voor 2025. Veel uitleg moeten we hier niet bij verstrekken want dat is wat we gaan proberen te doen dit nieuwe jaar, namelijk een highfive te delen met een lotgeno(o)t(e), zorgverstrekker of een mantelzorger.

Wat wilden wij uitdragen met dit jaarthema?

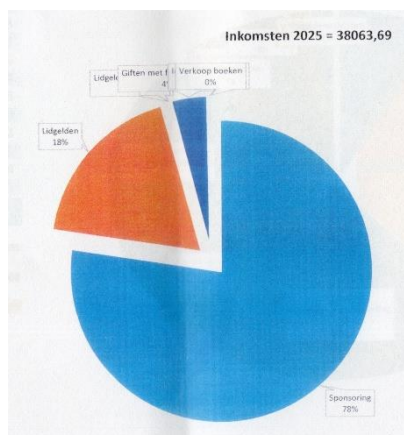
Wij gaan het stuur van ons leven terug in handen nemen, ons leven maar ook onze chronische aandoening regisseren. Wij, RA-patiënten, zullen nooit toelaten dat iemand anders ons leven stuurt of dat een reumatische aandoening de richting van ons leven uitschrijft. Wij zijn bewuste, veerkrachtige, creatieve, weliswaar zieke mensen, die de belangrijkheid van het regisseren van ons eigen leven heel goed vatten. Wij gaan leren leven en samenwerken met onze chronische aandoening en die inschrijven in ons levensverhaal.

Dus geen jeugdig en zuinig vuistje als we elkaar tegenkomen maar een krachtige highfive!

**Een High5 To RA.**

# Financiële toestand.

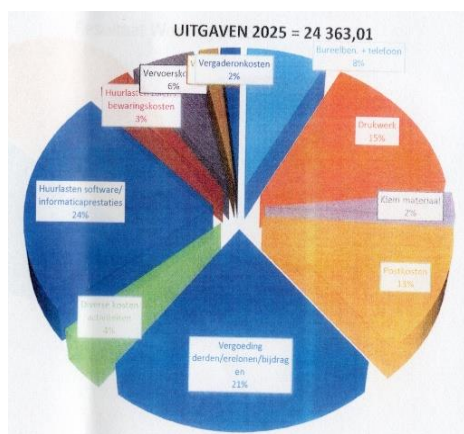
## Inkomsten van 2025.



De inkomsten van 2025 bedragen in totaal 38.063,69 € en bestaan uit: sponsoring, inkomsten activiteiten, lidgelden via Mollie, lidgelden, giften, giften met fiscaal attest, verkoop kunstwerken, inkomsten Trooper, verkoop boeken.

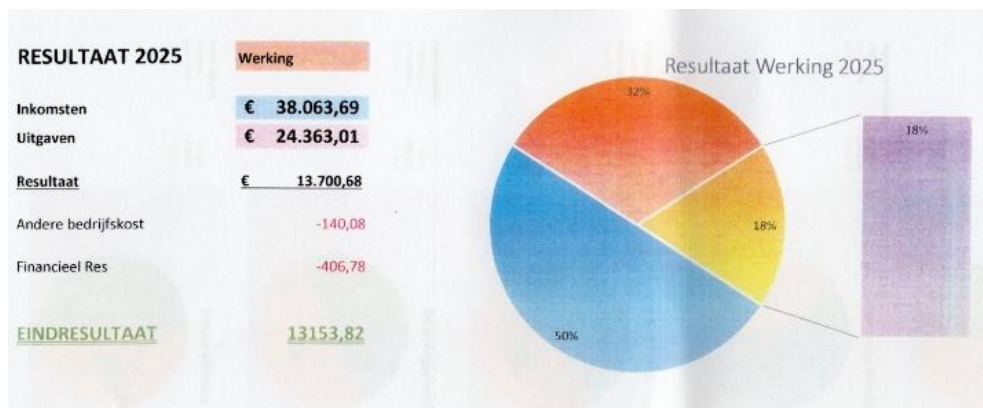
Inkomsten 2025 = 38.063,69 €

## Uitgaven van 2025.



De uitgaven van 2025 bedragen in totaal 24.363,01 € en bestaan uit aankopen boeken, bureelbenodigdheden & telefoon, drukwerk, klein materiaal, postkosten, vergoeding derden/erelonen, sponsoring/giften, diverse kosten activiteiten, publiciteit/aankondigingen, huurlasten software/informatieprestaties, vervoerskosten, verzekering, zalen/bewaringskosten, relatiegeschenken, vervoerskosten, verzekering, vergaderonkosten

## Het resultaat van het dienstjaar 2025



# RA Liga activiteiten 2025.

We doen er alles aan om Reumatoïde Artritis en bij uitbreiding alle reumatische aandoeningen uit de anonimiteit te halen. Dat kan vooral als je mensen sensibiliseert en informeert hoe ze de symptomen kunnen herkennen en voorkomen dat deze aandoening een destructieve impact op hun lichaam heeft.

## 1. Lotgenotencontacten & Webinars.

### Onze virtuele keuvelhoekjes.



Drie keer per jaar komen wij online samen met onze lotgenoten. Het onlinegebeuren wordt vooraf aangekondigd via al onze mediakanalen.

Een enige gelegenheid om ook die lotgenoten te bereiken die zich moeilijk kunnen verplaatsen naar onze infomomenten. En dat we succes hebben met deze formule blijkt uit de interessante opkomst van onze Belgische en Nederlandse deelnemers.

**1<sup>e</sup> lotgenotencontact 6.02.2025 om 19u.**

**2<sup>e</sup> lotgenotencontact 10.06.2025 om 19u.**

**3<sup>e</sup> lotgenotencontact 20.11.2025 om 19u.**

### Webinars / Podcast.



De RA Liga vzw nam deel op 2.10.2025 aan een Webinar georganiseerd door de Eerstelijnszone Noord Antwerpen met als onderwerp: 'Patiëntenvereniging in beweging'. Aan het woord de Vlaamse Parkinson Liga, ReumaNet vzw, RA Liga vzw.



De Webinar 'Sterke botten en soepele gewrichten' vond plaats op 9.10.2025.



De Webinar 'Vaccineren bij Reumatische Aandoeningen' vond plaats op 25.11.2025.



Podcast met ons bestuurslid RA Liga 'Neem de regie weer in handen'.

Hedy Creten  
Patient Expert  
REUMA  
NET

## 2. Eerstelijnsproject.

- \* **E-learning project voorstellen.**
- \* Infomappen voor Eerstelijns-zorgverleners.
- \* Voorjaar 2025: ELZ-Zuiderkempen infomoment Geel (Simon Godecharle).
- \* 16.04.2025: Voorstellen op Huisartsenbeurs in Lommel van onze PO (samenwerking met ReumaNet).
- \* 20.06.2025: ELZ Demerland infomoment en viering 5-jarig bestaan.
- \* 25.06.2025: Infomoment en bespreking samenwerking.
- \* 10.07.2025: Infosessie clusters bij ELZ-Zopp Antwerpen.
- \* 25.07.2025: Zopp Hasselt bespreking samenwerkingsmogelijkheden.
- \* 22.10.2025: Brainstorm over hoe ELZ bekend te maken- Zopp Antwerpen.
- \* 18.11.2025: RA Liga voorgesteld in NB- ELZ Demerland.
- \* 28.11.2025: ELZ Balen-Rauw-Wezel bekendmaking RA Liga vzw en ReumaNet vzw.

## 3. Lezingen, infonamiddagen, workshops e.a.

De RA Liga wil heel erg inzetten op sensibilisering omdat wij als geen ander beseffen hoe belangrijk het is om zo snel mogelijk de symptomen te herkennen, een diagnose te laten stellen en uiteindelijk een behandeling te kunnen starten.

### **Werkvergadering in Bonheiden (vrijdag 24.01.2025).**



De werking van onze PO in vraag stellen, herverdeling van de vele taken die een PO moet managen, je plaats en de invulling van iedere vrijwilliger zelf in vraag stellen. Ja, wij hadden daar nood aan. Dus kwamen we met enkele vrijwilligers samen in Bonheiden voor een pittige werkvergadering. Maar het is duidelijk gebleken dat we er allemaal nog veel goesting in hebben en de RA Liga vzw nog diep in ons hart zit.

## Samenwerkingscontract met AZ Oudenaarde op 11.03.2025).



Op 6.02.2025 werd het aftrapmoment gegeven voor de samenwerking tussen AZ Oudenaarde en de RA Liga vzw. Een belangrijk moment voor onze patiëntenorganisatie.



## Babbelcafé In Mol (Donderdag 27.03.2025).



Op donderdagavond vond ons eerste 'Babbelcafé' plaats in Mol met als thema 'Chronisch ziek en werken'. Deze lezing kwam tot stand in samenwerking met de VVSA en Solidaris Mol. Niettegenstaande de opkomst niet zo groot was, kunnen we toch spreken van een succes omdat dit onderwerp, in deze tijd, zeer actueel is.

## Lezing Landen 'Leven met reuma, kan dat?'(Donderdag 18.09.2025).

Onze patiëntenorganisatie RA Liga vzw kreeg een uitnodiging van de vzw Neos Landen om in de prachtige raadszaal van het stadhuis van Landen een lezing te verzorgen met als insteek:



‘Leven met reuma, kan dat?’

Wij kregen de kans om ons te tonen als PO en mensen te informeren over onze reumatische aandoening, het doel en de missie van de RA Liga en ReumaNet vzw en wat wij dag na dag invullen voor onze lotgenoten.

## Troostwandeling (Zondag 16 11 2025).



De 5<sup>e</sup> editie van de Troostwandeling bracht verschillende getuigenissen bij elkaar. Onze lotgenote Dorien werd gevraagd om een getuigenis af te leggen over 'Leven met een onzichtbare aandoening'.

## Kick-off te Mechelen (5.12.2025).



2026 wordt het Internationale Jaar van de Vrijwilligers (IVY2026) een initiatief van de Verenigde Naties en gesteund door 54 landen waaronder België. Een vrijwilligster van de RA Liga woonde de 'Kick-off bij in Mechelen.

## **4. Reumacafé's / ReumaMoov.**

### Reumacafé in Brugge (15 februari 2025).



Het 1<sup>e</sup> Praatcafé (Reumacafé) vond plaats in Brugge. Met een opkomst van 110 geïnteresseerden kunnen we zeker over een succes spreken.

### ReumaMoov Oudenaarde (Zondag 04 05 2025).



## **ReumaCafé in het ReumaHuis in Zaventem (21.06 2025).**



Na een succesvolle ontmoeting van onze reumalotgenoten in Brugge en in Oudenaarde konden we mekaar ontmoeten in het ReumaHuis in Zaventem.

Oude bekenden ontmoeten en kennismaken met nieuwe gezichten. Helende gesprekken voeren met mensen die als geen ander

begrijpen wat er in je lijf en leden speelt. Lotgenoten die weten welke psychische impact reuma op je heeft. Kortom een dag alleen voor jou, de reumapatiënt. Met goed gekozen activiteiten die alle aanwezigen zeker konden smaken, ook de lekkere wafels en pannenkoeken.



## **ReumaCafé in Geel (21.09 2025).**



Het ReumaCafé in Geel verliep vlot omdat we ondertussen al heel wat ervaring hadden opgebouwd tijdens de vorige edities.

We hebben er ook onze AVATAR voorgesteld en lotgenoten de kans gegeven om hun vragen te stellen aan onze AI tool.

## **Wereldreumadag (Zondag 12.10 2025).**



Op Wereldreumadag werd er door de verschillende patiëntenorganisaties deelgenomen aan 3 verschillende wandelingen georganiseerd door ReumaNet. Wandelingen in Diest, Mechelen en Anzegem.

Mooie wandelingen die heel wat volk op de been brachten. Een Reumadag om te koesteren.

## **Reuma Café in Hasselt (Zaterdag 29.11 2025).**

Na een succesvolle ontmoeting van onze reumalotgenoten in Brugge, Oudenaarde, Zaventem en Geel konden we mekaar ontmoeten in Hasselt. Het laatste ReumaCafé van 2025.



Oude bekenden ontmoeten en kennismaken met nieuwe gezichten. Helende gesprekken voeren met mensen die als geen ander begrijpen wat er in je lijf en leden speelt. Lotgenoten die weten welke psychische impact reuma op je heeft.



Kortom een namiddag alleen voor jou, de reumapatiënt.

## **5. Andere realisaties in 2025**

### **RA aan 'den lijve' ondervinden!**



In 2023 hebben wij voor het eerst uitgepakt met een 'RA beleving'.

We willen aan mensen, die er geen idee van hebben, even laten aanvoelen hoe het is om door het leven te moeten stappen met RA als een chronische aandoening. In 2024 en 2025 hebben we deze activiteit verder uitgebouwd en een paar ervaringen geïntegreerd

in onze infoavonden. Maar ook hebben wij op uitnodiging getuigenissen afgelegd aan instellingen die ons hierom verzochten (bvb richting Ergotherapie aan de verpleegsterschool in Hasselt).



Dit willen we zeker verder uitbouwen in 2026.

### **ALGEMENE STATUTAIRE VERGADERING.**

Op zondag 23.03.2025 om 10u30 hielden wij onze AV in Berlaar.

### **LEVEN MET REUMA, KAN DAT!**

Een lid van onze stuurgroep schreef in 2024 een boekje, met deze titel, voor alle reumapatiënten. Dit boekje werd in 2025 opnieuw gedrukt en verder gratis aan alle geïnteresseerden aangeboden. Met dit boekje hopen wij om de draagLAST van onze chronische aandoening te beïnvloeden zodat wij meer draagKRACHT gaan aangereikt krijgen. De RA Liga vzw probeert via alle mogelijke kanalen Reumatoïde Artritis in de aandacht te brengen.



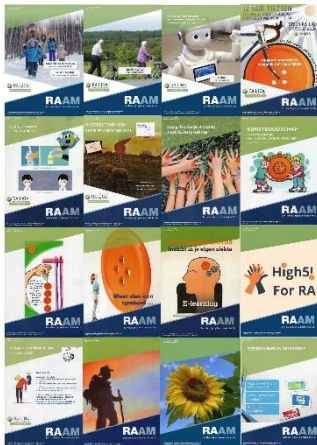
## INFOTAFELS

In onze sensibiliseringstocht door Vlaanderen vinden wij het belangrijk om overal waar we de kans krijgen infotafels op te zetten waar mensen gratis info kunnen sprokkelen die hen eventueel kunnen ondersteunen of de weg wijzen naar informatie.



## 6. Ledentijdschrift RAAM =15 jaar!

### 60 tijdschriften afgeleverd!



Ondertussen hebben we al 60 tijdschriften gepubliceerd.

Vier keer per jaar een pittig werkje om teksten te schrijven, het blad samen te stellen, verbeteren en nakijken op juistheid en taalgebruik.

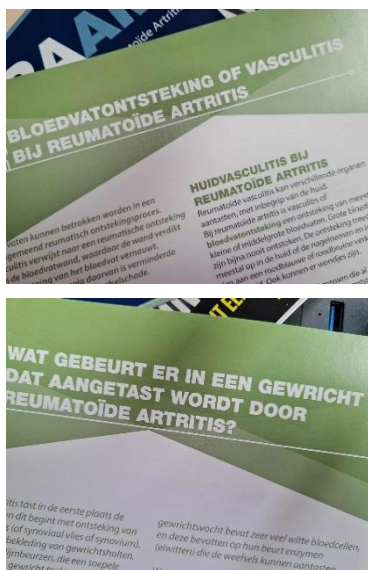
Dank aan de vrijwilligers van de redactieraad.

Daarna wordt het tijdschrift overgemaakt aan de drukkerij die zich inlaat met de gekende prachtige layout.

Het gedrukte tijdschrift wordt dan geleverd bij vrijwilligster Miet die voor de verspreiding zorgt.

Eind 2024 kwam er een nieuwe redactieploeg in actie die volop aan de slag ging in het 2025. RAAM moest een nieuwe creatieve insteek krijgen met meer eigen informatieve artikels

die op een bevattelijke manier de grote RA problematiek duiden. De vernieuwde en verfrissende versie van ons ledentijdschrift wordt door onze leden erg gesmaakt.



# **Toekomstige activiteiten voorjaar 2026:**

## **Online lotgenotencontacten in 2026.**

Donderdag 5 februari 2026 om 19u.

Dinsdag 9 juni 2026 om 19u.

Donderdag 12 november 2026 om 19u.

Om de link te ontvangen om gratis te kunnen deelnemen, stuur een berichtje naar [info@raliga.be](mailto:info@raliga.be).

## **Lezingen/ infomomenten in 2026.**

Voorlopig kunnen we jullie al enkele lezingen aanbieden

Dinsdag 17 maart 2026 om 19u30 in 3150 Haacht, zaal Familia, Kruineikestraat 2.

Donderdag 23 april 2026 om 17u in het AZ Oudenaarde: 'Grip op Reumapijn, wat kan helpen?'

Dinsdag 5 mei 2026 om 19u in Gingelom, stadhuis.

'Wat is reuma? Wat gebeurt er na een diagnose van een chronische ziekte?  
Leven met reuma, kan dat?'

Donderdag 29 oktober 2026 infomoment met AZORG Aalst.

## **Algemene statutaire vergadering.**

Onze jaarlijkse statutaire vergadering zal doorgaan op:

Zaterdag 14 maart 2026 te 2520 Broechem, Restaurant Den Moor, Moorstraat 8 vanaf 10u30.

Ne de algemene vergadering is er een lekkere lunch en zal er een vrijwilligersmoment worden georganiseerd.

## **ReumaCafé.**

Een eerste ReumaCafé zal doorgaan in Kortrijk, HoWest Campus Kortrijk Weide

Zaterdag 7 februari 2026 van 13u30 tot 17u.

Een tweede ReumaCafé is gepland op

Zaterdag 13 juni 2026 in Leuven

## **ReumaMoov.**

Zondag 10 mei 2026 zal ReumaMoov doorgaan in 3600 Genk, Kattevennen, Planetariumweg 18-19 van 13u30 tot 17u.

## **Avatar.**

- Avatar op [www.raliga.be](http://www.raliga.be) (beperkte versie)
- Avatar voor de leden (uitgebreide versie)

## 7.Overzicht Website RA Liga 2025.

*Statistieken van 1 januari 2025 tem 31 december 2025*

### Algemeen:

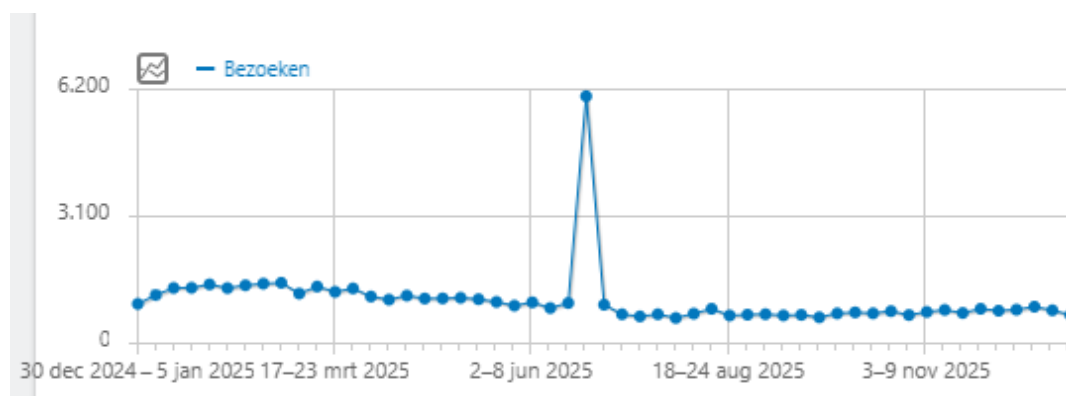
- **Totaal:** 54 181 bezoeken (19 633 uit Nederland, 26 423 uit België, maar ook meer dan 5000 uit Duitsland) (vgl 2024: 42 571, 2023: 32 533)
- **Paginaweergaves:** 90 521 (vgl 2024: 59 719, 2023: 48 596)
- **Downloads:** 547 (vgl 2024: 262, 2023: 317)
- **Gemiddelde duur bezoek:** 1min 12sec

### Details:

**Aantal bezoekers per week, jaaroverzicht:**

**Piek:** Week van 23-29 juni: 6010 bezoekers (vgl. Piek 2024: Week van 24 - 30 juni: 1590 bezoekers) (zie ook eerder verslag Januari-Augustus 2025: hier zit wellicht een Duitse bot achter. )

Bezoekersaantal zakt wat in tweede helft van het jaar.



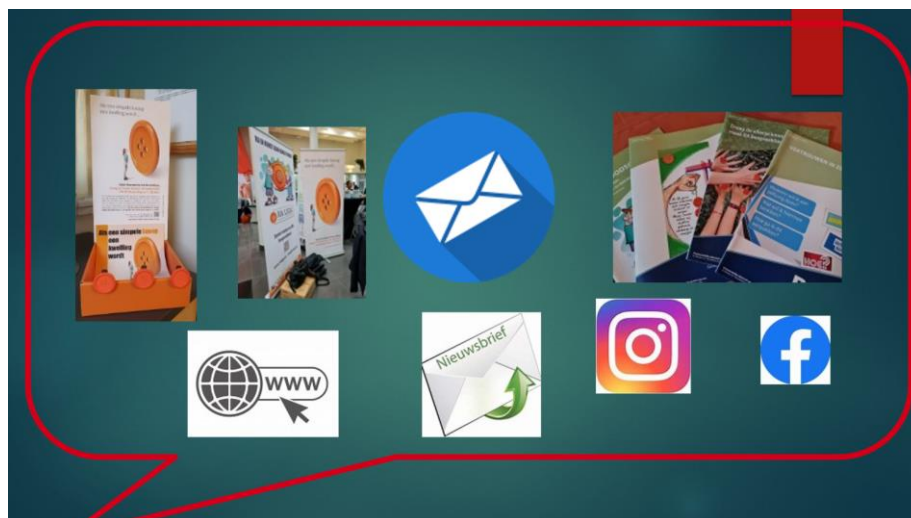
### **Populairste pagina's:**

Wat is RA	13 400
Wat zijn noduli	3 418
Behandeling van RA	2 700
E-pathologie voor kinesitherapie	2 279
Chronische pijn in de zomer	1 470
Zelfzorg bij een opstoot	1 482
Zijn ontstekingsremmers gevaarlijk?	1 440
Artrose	926
E-learning	827

## BELANGRIJKE NOOT:

Mensen die de cookies NIET toestaan, worden niet meegeteld in de statistieken. De werkelijke aantallen liggen dus nog hoger.

## 8. Andere Sociale Media.



- Onze leden ontvangen maandelijks een **e-nieuwsbrief** en per kwartaal ons gedrukt **ledenblad RAAM**.
- Via onze **Facebook-pagina RA Liga vzw**, onze **Instagram-pagina RA liga vzw** en **YouTube** pagina brengen wij onze publicaties en activiteiten onder de aandacht.
- **E-learning tool**
- **AVATAR**

## ONZE SAMENWERKINGEN

- De RA Liga vzw werkt actief samen met ReumaNet en de andere patiëntenverenigingen van dit platform
- De RA Liga vzw werkt actief samen met het Patient Expert Center
- De RA Liga vzw werkt actief samen met het Patient Partners Program
- De RA Liga vzw is lid van VOKA, Health Community
- De RA Liga vzw is lid van het Vlaams Patiëntenplatform
- De RA Liga vzw is lid van Vlaams Steunpunt Vrijwilligerswerk
- De RA Liga vzw is lid en werkt actief samen met Patient Empowerment
- De RA Liga vzw werkt samen met www.patientcentrics.com Esperity Helpt je om in je kracht te komen! Mitchell Silva.
- Samenwerking Global RA en Congres Wenen.

## **De RA Liga vzw werkt nauw samen met volgende ziekenhuizen en reumatologie:**

- Imelda Ziekenhuis Bonheiden - Reumatologie
- O.L.V. Aalst - Patiënten- en lotgenotenverenigingen OLV Ziekenhuis
- Stedelijk Academisch Ziekenhuis in Aalst
- UZ Leuven - Reumatoïde artritis (RA)
- AZ Sint Lucas Gent - Reumatologie
- Reuma Instituut Hasselt - Reuma Instituut
- Maria Middelaars Gent - Reumatologie
- AZ Oudenaarde - Reumatologie.

## **Doelstellingen voor de komende jaren.**

### **Reumatoïde artritis.**

Stel je eens voor wat het is te leven met chronische pijn. Stel je voor dat elke keer dat je een beweging maakt, je pijn voelt. Stel je eens voor dat je met moeite 's morgens je bed uit kan omdat heel je lichaam als een plank aanvoelt en elk spiertje, botje, gewrichtje ...met beweging moet versoepeld worden.

Stel je eens voor dat je na een douche en het klaarmaken van het ontbijt je doodmoe bent en geen ander alternatief vindt dan neer te ploffen in de zetel.

Stel je eens voor dat je reumatoïde artritis (RA) hebt.

### **‘Leven met reumatoïde artritis is een echte kunst’**

In 2025 bestond de RA Liga vzw 18 jaar. Dat houdt in dat wij als PO al 18 jaar bezig zijn om onze lotgenoten ondersteuning en informatie te verschaffen en zoveel mogelijk activiteiten te organiseren of eraan deel te nemen om uit de anonimiteit te geraken en in een volgende stap mensen te sensibiliseren om zo snel mogelijk de signalen te herkennen en een diagnose te laten stellen. Door heel snel te ageren kunnen we de destructieve impact van RA een stap voor zijn.

Als je al een tijdje cohabiteert met RA dan ga je allerlei uitwegen zoeken om het hoofd te bieden aan je chronische aandoening.

Laat dit nu verder de uitdaging zijn van de RA Liga vzw!

ALFASIGMA 

abbvie

 Rheuma.be



*Lilly*

 **nationale  
loterij**  
MEER DAN SPELEN

 **REUMA  
NET**

 *Pfizer*