

Ervaringen

Ik kan met mensen praten die hetzelfde hebben meegemaakt.

Mijn man gaat altijd mee en thuis praten we verder over wat we hebben gehoord.

Het is vaak zo lastig om de onzichtbare gevolgen van NAH uit te leggen. Hier kan ik praten over mijn prikkelbaarheid en geheugenproblemen.

Ik leer heel veel van de andere deelnemers over hoe om te gaan met mijn beperkingen.

Deelname is gratis

Voor koffie en thee wordt een kleine vergoeding gevraagd.

Acquisitie naar aanleiding van deze folder wordt niet op prijs gesteld.

Meer informatie of aanmelden?

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Pastoriestraat 147

5612 EK Eindhoven

T : 040 - 211 83 28

E : info@zelfhulpnetwerk.nl

Stichting Zelfhulp Netwerk is werkzaam in onderstaande gemeenten:

Eindhoven

Helmond

Geldrop-Mierlo

Best

Deurne

Veldhoven

Laarbeek

Asten

Someren

In bovengenoemde gemeenten is een afspraak op locatie mogelijk.

www.zelfhulpnetwerk.nl

Niet-aangeboren hersenletsel

Algemene Folder



**Zelfhulpgroepen voor
mensen met
niet-aangeboren hersenletsel
en hun naasten**



Niet-aangeboren hersenletsel

Niet-aangeboren hersenletsel (NAH) kan ontstaan door een beroerte, een hersentumor, een ziekte of langdurig zuurstoftekort. Er is niet één hersenletsel gelijk aan het andere. Voor iedereen zijn de gevolgen verschillend.

Het krijgen van hersenletsel heeft grote impact op het leven van de betreffende persoon, en zeker ook van de naastbetrokkenen.

Hersenletsel heb je nooit alleen. Men heeft het ook wel over 'een breuk in de levenslijn'.

Veel in het leven verandert.

Interessante links

www.breinlijn.nl

www.nahzobrabant.nl

www.hersenletsel-uitleg.nl

NAH info algemeen 2024—05



De Zelfhulpgroepen

In zelfhulpgroepen kun je met mensen praten die hetzelfde hebben meegemaakt. Je herkent jezelf in de verhalen van anderen.

Je mag in een vertrouwde omgeving ervaringen delen met elkaar en zodoende steun en veiligheid ervaren.

Zo proberen we samen een veilige omgeving te creëren (met zo min mogelijk prikkels), waar ruimte is voor iedereen met NAH. En waar we aan het einde van de rit hopelijk allemaal met wat extra vertrouwen en kracht weer de deur uit stappen. Om zo de kwaliteit van je eigen (NAH)leven te verbeteren én te behouden.

Heb je belangstelling?

Neem voor meer informatie en aanmelding contact op met het Zelfhulp Netwerk (zie achterzijde).



Bijeenkomsten

Volwassenen en hun naasten kunnen terecht bij:

- Trefpunt NAH Best
- NAH Eindhoven
- NAH Trefpunt Helmond
- NAH Veldhoven
- NAH Son

Jongeren kunnen zich aansluiten bij:

- NAH Young (jongeren tussen 18 en 35 jaar)

Iedere maand is er een bijeenkomst bij:

- CVA/NAH Café in Gemert

Net iets anders

- Gezond verstand, Kookgroep NAH
- Praten en bewegen voor mensen met Parkinson – NAH – MS: gymclub en badmintonclub