

## Hersenletsel-café: zelfzorg voor mantelzorgers (en begrip hiervoor vanuit de omgeving) (avond)

|                             |                                    |
|-----------------------------|------------------------------------|
| Type vorming                | Hersenletsel-café                  |
| Code                        | 249                                |
| Wanneer                     | 03/10/2023                         |
| Uur                         | 18:00 tot 20:30                    |
| Waar                        | De Lovie Poperinge                 |
| Prijs                       | € 0,00 - € 0,00 voor participanten |
| Uiterste inschrijvingsdatum | 03/10/2023                         |
| Aantal uren vorming         | 2,00 uur                           |

### Extra info

#### Wat is een hersenletsel café?

Het opzet van de hersenletsel-café's is laagdrempelig. Een hersenletsel-café is een ideale gelegenheid waar mensen met een hersenletsel en hun netwerk, anderen kunnen ontmoeten in een rustige omgeving. Gezelligheid, gesprek en ontmoeting staan voorop.

Elk hersenletsel-café legt eigen accenten: het uitnodigen van een spreker, een workshop, een uitstap of gewoon gezellig samenzijn.

#### Inhoud

Mantelzorgers worden vaak "zomaar", vaak krijg je het op de bord gepresenteerd. Mantelzorgers vragen veel tijd en energie vaak naast het professionele leven! In de realiteit staat de persoon met een hersenletsel centraal en worden de naasten 'een beetje vergeten'. In deze sessie staan we stil hoe je goed voor jezelf kunt zorgen. Wat je hiervoor kan doen en hoe begrip van de omgeving kunt verhogen.

#### Door wie

Heidi Tanghe  
Maatschappelijk assistent

#### Voor wie

Voor iedereen die interesse heeft in het thema NAH (niet-aangeboren hersenletsel). We richten ons in eerste instantie naar personen met NAH en hun omgeving.

In samenwerking met



HET  
HAVENHUIS



DE LOVIE



DE LOVIE



WEEK van

**Niet-Aangeboren  
Hersenletsels**



Hersenletsel Liga  
Samen voor mensen met NAL