

## Hersenletsel-café: Zelfzorg voor mantelzorgers (en begrip hiervoor vanuit de omgeving) (namiddag)

Type vorming	Hersenletsel-café
Code	274
Wanneer	03/10/2023
Uur	14:00 tot 16:30
Waar	De Lovie Poperinge
Prijs	€ 0,00 - € 0,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	03/10/2023
Aantal uren vorming	2,50 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?

Deze activiteit is bedoeld voor personen met NAH en hun familieleden.  
Studenten en professionals kunnen niet deelnemen aan deze activiteit.



Hersenletsel Liga  
Samen voor mensen met NAH



Inclusie  
Ambassade

**dynahmiek**



**HET  
HAVENHUIS**



**DE LOVIE**