

Hoe omgaan met stress bij mijn familielid met een hersenletsel?

Type vorming	Ontmoeting
Code	284
Wanneer	11/12/2023
Uur	19:00 tot 21:15
Waar	UZ Gent Revalidatiecentrum K7 Gent
Prijs	€ 5,00 - € 0,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	11/12/2023
Aantal uren vorming	2,50 uur

Extra info

Een niet-aangeboren hersenletsel (NAH) kan leiden tot verschillende problemen, o.a. op fysiek, cognitief -gedragsmatig en emotioneel vlak. Als een hersenletsel zich voordoet, zorgt dit (samen met alle gevolgen en veranderingen vandien) vaak voor stress, en dit zowel voor de persoon met NAH als voor zijn/haar omgeving.

Tijdens deze infosessie bespreken we een aantal kenmerken en oorzaken van stress, hoe stress net werkt, en wat we eraan kunnen doen. Er wordt eveneens ruimte gemaakt voor het uitwisselen van moeilijkheden, mogelijkheden, ervaringen en eventueel eigen manieren om met stress om te gaan.

Tegelijk vindt in een ander lokaal op de gang de infosessie code 285 plaats: [Ik heb NAH en ik heb veel stress, hoe ga ik ermee om?](#) (voor personen met NAH)

Door wie?

An Cornelis
klinisch psycholoog

Voor wie?

Deze activiteit is uitsluitend voor familieleden van personen met NAH, er is een parallel sessie voor personen met NAH. Professionelen en studenten kunnen niet deelnemen aan deze activiteit.

In samenwerking met:



Inclusie
Ambassade



Hersenletsel Liga
Samen voor mensen met NAH

dy**na**hmiek



Liga, Inca, dyNAHmiek en uz Gent