



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

## Ik heb NAH, hoe ga ik om met stress?

Type vorming	Ontmoeting
Code	285
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

#### Inhoud

Een niet-aangeboren hersenletsel (NAH) kan leiden tot verschillende problemen, o.a. op fysiek, cognitief -gedragmatig en emotioneel vlak. Als een hersenletsel zich voordoet, zorgt dit (samen met alle gevolgen en veranderingen van dien) 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 201 plaats: [Mijn familielid met NAH heeft veel stress, hoe gaan we hiermee om?](#) (voor familieleden van personen met NAH)

#### Door wie?

Camille De Schaepmeester is klinisch neuropsycholoog en is verbonden aan de Hersenletselpraktijk ([www.hersenletselpraktijk.be](http://www.hersenletselpraktijk.be)) en het Centrum voor Neuropsychologie ([www.cvnv.be](http://www.cvnv.be)).

#### Voor wie?

Deze sessie is voor personen met NAH. Studenten en professionelen kunnen niet deelnemen aan deze sessie.