



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

Hersenletsel-café: hoe omgaan met vermoeidheid na NAH

Type vorming	Hersenletsel-café
Code	219
Wanneer	19/03/2024
Uur	13:30 tot 16:30
Waar	De Sleedoorn Hooglede
Prijs	€ 0,00 - € 0,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	19/03/2024
Aantal uren vorming	3,00 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

Na hersenletsel is omgaan met vermoeidheid een grote uitdaging. Je word sneller geconfronteerd met vermoeidheid en ze blijft veel langer in je lichaam hangen. De energie die je voor één dag hebt, kan al na een paar uur zijn opgebruikt. Hoe hou ik best rekening met rust en hersteltijd die ik nodig heb?

Lieve Borremans, coördinator bij het volwassenenteam van 't spoor staat stil bij oorzaken, legt linken en deelt tips en aandachtspunten. Zoals steeds is het delen van ervaringen en tips onder elkaar minstens even belangrijk.

Door wie?

Lieve Borremans
Orthopedagoog

Voor wie?

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



Hersenletsel Liga
Samen voor mensen met NAH



Inclusie
Ambassade



'T SPOOR
DE KRACHT VAN NABIJHEID