

Aanbod voor mantelzorgers in het Hersenletsel- en Afasiecentrum te Capelle aan den IJssel (HLAC)

Thema-avonden op de laatste donderdagavond van de maand

...zijn bedoeld voor iedereen die geïnteresseerd is in het thema van deze avond. De onderwerpen verschillen per avond. Thema's kunt u van tevoren zelf aandragen. Het doel is, om informatie uit te wisselen over onderwerpen die te maken hebben met het leven met hersenletsel.

Elke avond start met een eenvoudige maar gezellige maaltijd.

- **Kosten** € 6,10 voor de maaltijd; thema-avond vrijwillige bijdrage
- **Tijd** **maaltijden** van 17.30 uur tot 19.00 uur
Thema-bespreking van 19.00 u tot 20.30 u
- **Data** 26 november 2020, 28 januari 2021, 25 februari 2021

Familiedagen

...zijn bedoeld voor alle naast betrokkenen zoals familieleden en vooral ook voor kinderen. Op deze zaterdag is er gelegenheid om iets samen te doen dat leerzaam én gezellig is. Er is een gevarieerd programma en afhankelijk van uw wensen kunt u kiezen voor één van de groepen. Voor kinderen vanaf 6 jaar is er altijd een speciaal programma.

- **Kosten** 7,50 per gezin
- **Tijd** zaterdag van 10.00 uur tot 14.00 uur in maart en oktober
- **Datum** 31 oktober 2020 en 27 maart 2021

Meelopen in het HLAC

...betekent dat u een ochtend of middag samen met uw naaste het programma kunt volgen. U verdiept uw kennis over onze werkwijze en mogelijke strategieën voor behandeling of begeleiding. Er is voldoende ruimte voor uw vragen. Wij vinden het erg belangrijk om samen te werken met de naasten. Wilt u wel van tevoren aangeven wanneer u wilt komen.

- **Kosten** geen
- **Tijd/Datum:** in overleg met de zorgcoördinator

Informatieavond NAH

.... Meer weten over Niet Aangeboren Hersenletsel? Na een korte theoretische inleiding kunt u onze Ervaringsdeskundigen met NAH vragen stellen. De avond wordt georganiseerd in samenwerking met de patiëntenvereniging Hersenletsel.nl

- **Kosten** geen
- **Tijd** 19.30 uur tot 21.30 uur
- **Datum** donderdagavond 11 maart 2021

Cursussen (alleen) voor mantelzorgers

Informatieve cursus

... bestaat uit twee bijeenkomsten voor mantelzorgers voor wie de gevolgen van NAH nieuw zijn. U kunt er terecht met uw vragen en krijgt informatie over de onzichtbare gevolgen, mogelijkheden om anders te communiceren en allerlei praktische zaken. U leert andere mantelzorgers kennen en kunt ervaringen uitwisselen. We starten met een eenvoudige maar gezellige maaltijd.

- **Kosten** € 6,10
- **Tijd** 17.30 uur tot 19.30 uur
- **Data** 21 januari en 4 februari 2021

Partnercursus "Stilstaan bij jezelf"

...is voor partners van mensen met hersenletsel in de chronische fase. Er is veel ruimte voor uitwisseling en lotgenotencontact. U gaat samen op zoek naar wegen om zelf in balans te blijven. U staat stil bij uw eigen situatie in uw rol als mantelzorger.

- **Kosten** € 15 voor de vijf bijeenkomsten
- **Tijd** maandagmiddag van 16.00 uur tot 17.30 uur
- **Data** 9, 16, 23 november, 14 december 2020 en 11 januari 2021

Cursussen voor stellen/mantelzorgers

Communicatiecursus voor tweetallen

... is voor mensen met afasie + een gesprekspartner. Dat kan de partner zijn, maar ook een familielid, vriend of hulpverlener. De cursus bestaat uit 3 bijeenkomsten. In elke bijeenkomst krijgt u informatie, oefeningen en adviezen.

- **Kosten** € 10 per tweetal *
- **Tijd** maandag van 13.00 uur - 14.30 uur
- **Data** 16, 23 november, 21 december 2020

Je partner in beeld (d.m.v. fotograferen)

...is bedoeld voor stellen die behoefte hebben aan een fijne, gezamenlijke activiteit waarbij de taal niet op de voorgrond staat. U krijgt elke week een foto opdracht waarbij u o.a. uw partner nog beter "in beeld" gaat zetten. Op de bijeenkomsten gaat u sommige foto's aan de hele groep laten zien.

- **Kosten:** € 10 euro per stel
- **Tijd:** start vanaf half april in 2021, tijd in overleg
- **Data:** nader te bepalen (4 keer)

*Capellenaren en mensen die zorg ontvangen van het Hersenletsel Afasiacentrum betalen minder. Voor meer informatie en aanmelding voor de bovenstaande activiteiten, **mail naar info@praatatelier.nl of bel ons op: 010-442.53.61.**

Handige websites

www.mantelzorg.nl

- aanbod van de gemeente voor mantelzorgers
- hulp bij het regelen, tips en adviezen

www.wehelpenhersenletsel.nl

- wat je moet doen als je familielid hersenletsel krijgt
- waar je hulp vindt, mantelzorg
- bemiddelen in het vinden van een buddy, vrijwilliger uit de buurt
- welke digitale hulpmiddelen kun je hiervoor inzetten
- eerste 3 weken gratis
- Kosten: 1,99 euro

www.weerhandig.nl

- eigenaar van de webwinkel heeft zelf beroerte gehad en is rechtszijdig verlamd
- verkoopt en ontwerpt zelf dingen b.v. voor huishouding en hobby
- veel goede hulpmiddelen en tips
- ook instructie filmpjes

www.hersenletselcentrum.com

- verzamelpunt van informatie en activiteiten per regio
- Van verschillende, samenwerkende organisaties

www.afasie.nl/praatatelier

- Informatie over de activiteiten van de Vrienden van het Afasiecentrum

www.watisertedoeningcapelle.nl

- Website van Stichting welzijn Capelle met alle activiteiten en evenementen ook voor mensen met NAH en hun mantelzorgers

www.nahcoördinatie.nl

- Het Coördinatiepunt NAH Zuid-Holland is er speciaal voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel en hun naasten, mantelzorgers en professionals die vragen hebben over niet aangeboren hersenletsel (NAH).