

# **Persbericht**

20 mei 2019

## **“Lotgenotencontact...doe het zelf, maar niet alleen”**

**Maandag 3 juni 2019 organiseert Café Brein de ontmoetings- en informatieavond voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH).**

**Het onderwerp is: ‘Lotgenotencontact...doe het zelf, maar niet alleen’.**

*Waar:* SWZ Activiteiten Centrum, Palladiostraat 27, 5624AB in Eindhoven.

*Datum en tijd:* 3 juni van 19.30 tot 21.30 uur. Toegang vanaf 19.00 uur.

*Wie:* Mensen met NAH, hun familie, mantelzorgers en andere betrokkenen.

Aanmelden is niet nodig.

Gast van deze avond is Malou van de Rijt, ondersteuner bij Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant. Deze stichting brengt lotgenoten, jong en oud, bij elkaar. Mensen die hetzelfde hebben meegemaakt, want zij begrijpen vaak beter waar je mee worstelt dan mensen die niet dezelfde ervaring hebben.

### **Zelfhulp is voor iedereen**

Heb jij wel eens het gevoel dat je er alleen voor staat? Of dat niemand jou begrijpt? Misschien denk je wel eens dat je de enige bent met een bepaald probleem of ervaring. Door met lotgenoten te praten over je ervaringen weet je dat je niet alleen staat, maar kun je ook praten over alle mogelijkheden die er wel zijn en hoe je krachtiger in het leven kunt staan. Ook voor mensen die plots niet-aangeboren hersenletsel oplopen én hun naasten kan zelfhulp baat hebben. Hersenletsel overkomt je en verandert veel in jouw

#### **Postadres**

Postbus 8684  
5605 KR Eindhoven  
Telefoon 088 0031 100  
Fax 088 0031 199

#### **Bezoekadres**

Clausplein 10  
5611 XP Eindhoven

info@ggdbzo.nl  
www.ggdbzo.nl

KvK nr. 50451154



eigen leven en dat van je naaste omgeving. Dat is ingrijpend en veelomvattend. Logisch dat je hierover wilt praten met lotgenoten.

### **In de praktijk**

Malou van de Rijt komt onder andere vertellen over wat de term "zelfhulp" betekent, wat is de meerwaarde van deze vorm van ondersteuning, hoe komen zelfhulpgroepen tot stand en op welke manier gaat een groep inhoudelijk te werk. Natuurlijk wordt er extra ingezoomd op de NAH-problematiek; welke groepen zijn er voor deze doelgroep momenteel in welke gemeente(n) actief? En in hoeverre is er ook aandacht voor de naaste omgeving, de mantelzorgers?

Je bent weer van harte welkom op deze bijeenkomst van Café Brein op **3 juni** (let op: niet op 10 juni in verband met Tweede Pinksterdag).

### **Café Brein**

Café Brein is de tweemaandelijks ontmoetingsavond voor mensen met NAH, mantelzorgers en andere betrokkenen waarbij informatie en gezelligheid samen gaan. Deelnemers praten over de gevolgen van NAH en hoe ze daarmee omgaan. Deze gevolgen hebben namelijk grote invloed op het welzijn van de persoon met NAH en zijn omgeving.

Belangstellenden die aankondigingen en/of samenvattingen van de bijeenkomsten willen ontvangen, kunnen zich aanmelden voor de Café Brein emailverzendinglijst via

[info@mantelzorgverlicht.nl](mailto:info@mantelzorgverlicht.nl)

---

### **Noot voor de redactie:**

Voor meer informatie over dit bericht kunt u contact opnemen met:

Naam : Steunpunt Mantelzorg Verlicht, D. Dubbeldeman

Telefoonnummer : 088 0031 288 / 088 0031 362

Bereikbaar : di do vrij

