

Training: 'Mijn ervaringsverhaal NAH'

Zorgbelang Brabant verzorgt een training waarin mensen met een Niet-aangeboren Hersenletsel (NAH) leren om hun ervaringsverhaal aan elkaar te vertellen en presenteren. Een verhaal waaruit blijkt hoe mensen na het krijgen van hersenletsel weer opnieuw zin en betekenis aan hun leven hebben gegeven. In dit artikel lees je de aanleiding van deze training en vind je informatie over de inhoud van de training en voor wie deze is bedoeld. De training gaat in maart van start!

Aanleiding

In 2015 is in de regio Zuidoost Brabant gestart met het oprichten van een Hersenletselcentrum. Een informatie- en adviespunt voor mensen met NAH. Het idee is dat mensen met een hersenletsel als vrijwilliger actief zijn in dit Hersenletselcentrum. Om op deze manier lotgenoten verder te helpen in hun herstel en ontwikkeling. Hierbij kun je denken aan de volgende mogelijkheden:

- Maatjes- of buddyprojecten.
- Voorlichting geven over hersenletsel.
- Het organiseren van lotgenotencontact.
- Ontmoetingen organiseren.

Deze training helpt mensen met NAH om met meer zelfvertrouwen te praten over hun leven met hersenletsel. Een belangrijke vaardigheid om als vrijwilliger actief te kunnen zijn.

Inhoud

Tijdens de training gaan deelnemers hun ervaringsverhaal schrijven en ook presenteren aan elkaar. Ze werken aan hun eigen verhaal. In de verschillende verhalen zullen overeenkomsten en verschillen zitten. Die bespreken we.

In de opbouw van de training is het volgende leidend:

- Wie was je?
- Wat is er gebeurd waardoor je een hersenletsel kreeg?
- Hoe was de revalidatie en hoe verliep je herstel?
- Wie ben je nu?

Daarnaast leren deelnemers presentatievaardigheden zoals: houding, oogcontact, omgaan met vragen uit het publiek, voorbereiding op je presentatie enzovoort.

Persoonlijk proces

Gebleken is dat het volgen van deze training waardevol is voor het persoonlijk proces van de deelnemers. Dit in de betekenis van herstel, verwerking en aanvaarding. Ook noemen deelnemers dat het rust geeft om het eigen verhaal te kunnen overzien en een periode te hebben om daar over na te denken. Samen met lotgenoten en onder deskundige leiding. Zichtbaar is het groeiend zelfvertrouwen van deelnemers gedurende de training. Met dit zelfvertrouwen kunnen zij andere mensen, lotgenoten en hun familie of naasten, behulpzaam zijn in hun ontwikkeling en herstelproces.

Praktische informatie

- Doelgroep: mensen met Niet-aangeboren Hersenletsel.
- Start: 7 maart 2016.
- Locatie: Dommelhoef, Parklaan 97, 5613 BC te Eindhoven.
- Duur: 9 bijeenkomsten.
- Frequentie: 1 keer per 2 weken.
- Aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 8.
- Trainers: Renske Mol en Lèneke van der Velde (ervaringsdeskundige).
- Kosten: De gemeente Eindhoven financiert deze training. Van deelnemers wordt een kleine bijdrage van € 15,- voor de hele training gevraagd, dat is inclusief koffie en thee.

De cursusdata zijn:

- Dag 1 - 7 maart
- Dag 2 - 21 maart
- Dag 3 - 4 april
- Dag 4 - 18 april
- Dag 5 - 25 april
- Dag 6 - 23 mei
- Dag 7 - 6 juni
- Dag 8 - 20 juni

Tijdstip: 10.00 tot 12.00 uur

Feestelijke afsluiting: 4 juli

Criteria

Niet iedereen kan deelnemen aan de training. De volgende criteria gelden:

- Minimaal 7 keer aanwezig zijn bij de training.
- 2 uur (met tussendoor een pauze) in een training kunnen zitten.
- Feedback kunnen ontvangen en geven.
- Bereid en gemotiveerd zijn om thuis wat voor te bereiden.
- Voor of in een groep je verhaal willen vertellen.
- Aantekeningen kunnen maken en minimaal 1 A4-tje aan tekst kunnen lezen.
- Gemotiveerd zijn om na afloop iets met je ervaring te willen doen. Bijvoorkeur binnen het Hersenletselcentrum.

Voorafgaand aan de training is met alle deelnemers een kennismakingsgesprek. Deze gesprekken vinden plaats op 18, 25 of 29 februari. Op basis van dit gesprek kijken we of deze training inderdaad geschikt is.

Aanmelden

Als je je wilt aanmelden voor deze training, stuur dan een e-mail naar info@zorgbelang-brabant.nl

Meer informatie:

Voor vragen of meer informatie kun je contact opnemen met:

Renske Mol: 06-40942136; rmol@zorgbelang-brabant.nl

Lèneke van der Velde: 0499-572421; Lenekevandervelde@hotmail.com