



11 december 2023

Thema: “De kracht van theater”

Namens de werkgroep van Café Brein Eindhoven opent Renee Wessels deze bijeenkomst van Café Brein. De hele werkgroep is aanwezig en de leden worden voorgesteld. Renee geeft een korte inleiding op de inhoud en het verloop van deze sfeervolle laatste bijeenkomst van 2023.

Samenvatting op hoofdlijn van de avond:

Hoofdgast is Mariëlle van der Aa, initiatiefnemer van de theatergroep NAH-ja! uit Eindhoven. Zij is zelf ervaringsdeskundige NAH en begeleider van de zelfhulpgroep NAH regio Son & Breugel. Een aantal mede-acteurs/ervaringsdeskundigen die hebben meegespeeld in het toneelstuk “Een ander hoofd (dan jij ziet)” zijn ook aanwezig.

We beginnen de avond met het kijken naar de documentaire die gaat over het repetitieproces van theatergroep NAH-ja! voor de gelijknamige voorstelling. Filmmaker Edith van Zalinge volgde alle spelers gedurende twee jaar, tot en met de theatervoorstellingen begin 2023. Zij filmde hun kwetsbaarheden, maar ook hun veerkracht en doorzettingsvermogen. De documentaire laat de kracht zien van theater binnen een verwerkingsproces.

Na de pauze vervolgen we de avond door in gesprek te gaan met Mariëlle, de overige acteurs/ervaringsdeskundigen en de bijna 30 gasten.

Mariëlle vertelt dat zij in 2015 een herseninfarct heeft gehad. Het advies om het rustig aan te doen was voor de destijds 41-jarige Mariëlle geen optie. Ze wilde vooruit, hoe maak ik mijn leven leuker? De passie voor toneel was altijd al aanwezig en via een lotgenotencontactgroep (Stichting Zelfhulp Netwerk ZOB, [Zelfhulp Netwerk – Brengt lotgenoten bij elkaar](#)) kwam het idee om door middel van toneelspel en -groep de wereld te vertellen over NAH. Gedurende één jaar hebben ze elkaar verhalen verteld aan en gedeeld met elkaar, waarna regisseur Liesbeth Reeser zich bij hen aansloot. Deze samenwerking heeft uiteindelijk geleid tot het toneelstuk dat in 2023 twee is opgevoerd voor 700 mensen, in Son en in Eindhoven. Een groot succes.

Reacties

Een aanwezige gast merkt op dat hij binnen de huidige theatergroep iemand mist met afasie. Hij vertelt over de weg die zijn vrouw met ernstige afasie heeft gevolgd. Mevrouw is ook aanwezig en vult haar man zo nu en dan aan; met soms de nodige humor. Zingen/stemtherapie heeft mevrouw enorm geholpen. Mariëlle nodigt haar uit om zich aan te melden mocht ze belangstelling hebben. Jezelf kwetsbaar opstellen op toneel, voor vele mensen, is geen makkelijke opgave. Een andere acteur/ervaringsdeskundige vertelt dat ze aanvankelijk niks had met toneel; ze vond het maar eng allemaal. En toch heeft ze doorgezet en nu? Ze gaat lekker door met theater NAH-ja!

Wat heeft het spelen in dit toneelstuk de spelers opgeleverd? enkele reacties...

- Ik heb mijn grens verlegd; gedurfd en gedaan.
- We zijn ‘familie’ geworden.
- Het spelen werkte voor mij helend.
- Het luisteren naar elkaars’ verhalen zorgde voor herkenning.
- Ik ben milder geworden naar mezelf.

- Het heeft mijn relatie gered; ben minder boos op mijn man (reactie mantelzorgers).
- Het belang van humor; niet alleen huilen maar ook kunnen lachen.
- Beter met je eigen beperkingen leren omgaan.
- Ik voelde me geaccepteerd zoals ik ben.
- Ik ben wie ik ben en ben goed genoeg.

Toekomst?

- Voorlichting geven, meer kennis over NAH blijft nodig. Laatst heeft er een voorstelling (losse sketches) plaatsgevonden voor huisartsen. NAH blijkt vaak laat te worden gesignaleerd of serieus genomen.
- De website van NAH-ja! wordt in 2024 vernieuwd; neem nu alvast een kijkje op [Theater NAH-ja! Niet Aangeboren Hersenletsel](#)
- De theatergroep heeft subsidie aangevraagd om nog 2 jaar verder te kunnen spelen, nieuwe toneelstukken te ontwikkelen en nog meer mensen te kunnen vertellen over "wat is NAH?". We duimen met z'n allen dat dit gaat lukken, want de kracht van theater (maar ook een muziekinstrument bespelen of zingen in een koor) is erg groot en belangrijk!

"JE BLIJFT MENS, JE BENT DEZELFDE MENS, OOK AL HEB JE NAH"

"HET LEVEN IS NIET ALLEEN MINEUR MAAR OOK MAJEUR"

"DURF TE DOEN"

Afsluiting:

Renee bedankt iedereen voor hun komst. Hoofdgast Marielle ontvangt het huisgemaakte vogelhuis van SWZ. Het was een mooie, inspirerende bijeenkomst waarin we hopelijk iedereen hebben aangespoord tot nadenken over goede voornemens voor 2024.

Op de tafels ligt de nieuwe flyer van Café Brein 2024 met alle data. Ook op de informatietafel liggen weer verschillende interessante boekjes en ander materiaal.

Extra aandacht is er voor de nieuwe NAH-ondersteuningsgroep voor mantelzorgers die start op 27 februari 2024 via Steunpunt Mantelzorg Verlicht.

Meer informatie hierover of aanmelden? Bel naar 088 0031 288 of mail naar info@mantelzorgverlicht.nl (vraag naar: Diana Dubbeldeman, mantelzorgconsulent)

Tenslotte krijgen alle aanwezigen bij vertrek een lekkere Kersttentie mee (gemaakt door onze vrijwilliger Yenthe Pronk). FIJNE FEESTDAGEN ALLEMAAL!

Datum volgende bijeenkomst:

De volgende Café Brein staat gepland voor **19 februari 2024 (ivm Carnaval week later)**. De aankondiging met thema volgt zoals gewoonlijk twee weken van tevoren via de mail en/of de krant.