

Café Brein mei 2024

Thema: **Onzichtbare gevolgen van hersenletsel**

Gast sprekers: Theatergroep NAH-ja [NAH-ja - Home](#)

Marielle, Petra, Marieke en Dik

Aanwezig bezoekers: 62.



Welkomstwoord door Nicole (Zorgboog). Nicole geeft aan dat de werkgroep zich er bewust van is dat de ruimte erg vol is. De werkgroep is op zoek naar mogelijkheden om de drukte te reguleren.

Documentaire 'een ander hoofd' wordt getoond. Er zijn 3 gasten aanwezig die meespelen in de documentaire (Mariëlle, Petra & Marieke). Zij stellen zich voor. De documentaire is een theaterstuk dat is ontstaan doordat Mariëlle na haar herseninfarct op zoek ging naar lotgenoten. De documentaire laat de kracht zien van theater binnen een verwerkingsproces, met creativiteit en humor, wat we vaak missen in de NAH-revalidatiewereld.

Na het tonen van de documentaire is er tijd voor vragenronde.

Vragen die gesteld werden:

- **Hoe krijg je onzichtbare gevolgen toch zichtbaar?**
Als je open bent over het hersenletsel, over wat je hebt, dan krijg je vaak meer begrip. Dit is ook doordat andere mensen zien dat je je kwetsbaar durft op te stellen.
- **Buitenstaanders vragen vaak aan partner/mantelzorgers van iemand met hersenletsel hoe het gaat in plaats van aan die persoon zelf.**
Dit is voor vele herkenbaar en wordt vaak gedaan. Vaak werkt het dan om terug te verwijzen naar de gene waar het om gaat, hij/zij kan hier zelf ook antwoord op geven.
- **Is nog iemand verder in de zaal die hersenletsel heeft door long covid?**
Bovenstaande wordt gevraagd door iemand, die opzoek is naar lotgenoten. Er is verder niemand in de zaal die zich hierin herkent. Erkenning/herkenning is belangrijk! De klachten zijn vaak vergelijkbaar/hetzelfde als bij NAH.
- **Bij LEVgroep zijn er groepen voor mantelzorgers van mensen met NAH.**
- **Er moet een goed sociaal netwerk gebouwd worden, is dit bij NAH moeilijker?**
Dit kan mogelijk zo zijn omdat bijvoorbeeld sociale activiteiten niet meer altijd passen. Mogelijk verlies je ook vrienden doordat zij niet altijd met het hersenletsel om kunnen gaan. Het is goed om open en eerlijk te zijn over het hersenletsel zodat je begrip krijgt.

Dik Bakker komt vertellen. Hij heeft een fietsongeluk gehad, is daarna in coma beland en heeft vanuit daar hersenletsel. Dick heeft lotgenoten gezocht omdat zij weten waar je over praat, je hoeft het niet uit te leggen. Lotgenoten merken dat ze vaak veel steun aan elkaar hebben en hebben ook tips voor elkaar. Een luisterend oor is ook vaak helpend. De lotgenoten groep is in Best opgericht door Dick, maar is flink uitgebreid. Bij de bijeenkomsten zijn partners ook welkom zodat zij elkaar op kunnen zoeken. Er is ook een lotgenotengroep die gaat starten in Helmond:

Lotgenotengroep- Trefpunt NAH Helmond

Vanaf 20 juni start er een lotgenotengroep van 10:00-12:00, elke 3^e donderdag van de maand.

Locatie Prins Karelstraat 123, Helmond (Wijkhuis de Fonkel).

Op de site www.NAH-ja.nl zijn blogs geschreven die mensen met NAH mogelijk kunnen helpen of waar ze tips uit kunnen halen.

Het toneel wordt weer doorgezet. Vraag is of er nog mensen in de zaal zijn die mee willen doen, het gaat over eigen levensverhalen dus theater ervaring is geen must!

Aanmelden kan via www.NAH-ja.nl