

Mantelzorgers van mensen met NAH

Jaarlijks krijgen naar schatting 130.000 mensen per jaar te maken met niet aangeboren hersenletsel. Voor de getroffenene is het een breuk in zijn/haar leven en voor de betrokkenen (naaste / gezin) zijn de gevolgen net zo ingrijpend.

Heb jij de zorg voor iemand met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)?

Mantelzorgers van mensen met niet-aangeboren hersenletsel kunnen naast het directe zorgen en regelen tegen veel onduidelijkheid en onbegrip op lopen. Naast het onbegrip en de onduidelijkheden kunnen er bij de mantelzorgers ook morele en ethische dilemma's mee spelen. Zoals vragen over de eigen zingeving aan het leven; dit komt op mijn pad maar kies ik er ook voor? Hoe trouw wil ik zijn aan mijn partner? Of de uitvoeringskant van mantelzorgen, zoals; kan ik het aan? Sta ik sterk genoeg in mijn schoenen? Hoe regel ik het met mijn werk en hoe groot is mijn netwerk en op wie kan ik bouwen? Deze dilemma's spelen niet alleen in het begin een rol maar keren steeds terug.

Misschien weet je niet precies hoe jij je naasten kunt helpen of hoe je daar mee om kunt gaan? Het kan helpen om over uw gevoelens te praten en steun te zoeken bij andere lotgenoten/betrokkenen. Stichting Welzijn Lelystad organiseert cursussen, bijeenkomsten en gespreksgroepen voor de mantelzorgers, in samenwerking met Interakt Contour, MEE en Hersenletselteam Flevoland.

Je kunt aan de volgende groepsondersteuning deelnemen:

- N.A.H café. Het café heeft tot doel dat zowel mantelzorgers als getroffenenen met elkaar kunnen praten, luisteren en ervaringen uitwisselen.
- Gespreksgroep voor de mantelzorgers. De onderwerpen en invulling van de gesprekken worden in overleg bepaald. Centraal staat de uitwisseling van ervaringen onder mantelzorgers en er wordt handvaten aangereikt in het leren omgaan met de veranderde situatie.
- Bijeenkomst Jongeren met NAH.
- Cursus voor mantelzorgers van mensen met NAH, bij voldoende aanmelding wordt het cursus twee keer in het jaar georganiseerd.

Meer informatie hierover vind je op de volgende pagina's [trainingen-cursussen](#) & in de [agenda](#) .

Links:

www.hersenstichting.nl

www.hersenletsel.nl

www.nah-info.nl

www.respijtwijzer.nl