

HERSENZ COMPACT

INFORMATIE OVER HET KORTE BEHANDELPROGRAMMA VOOR MENSEN MET HERSENLETSEL

VERDER MET HERSENLETSEL

Door hersenletsel kunt u allerlei problemen ervaren in het dagelijks leven. Hersenletsel gaat niet over, maar u kunt er wel mee leren omgaan. Hersenz biedt behandeling aan mensen met niet-aangeboren hersenletsel die willen leren omgaan met de vaak ingrijpende gevolgen van hun letsel. De behandeling bestaat uit gesprekken in een groep en individueel, opdrachten en oefeningen, conditieopbouw en andere vormen van beweging. Bij de behandeling betrekken we ook uw partner, gezin of andere naasten. U werkt aan uw eigen doelen.

DE OPZET VAN DE BEHANDELING

In Hersenz Compact staat u stil bij de veranderingen in uw leven. U doet oefeningen en deelt ervaringen met lotgenoten. Het gaat niet alleen om denken en praten, maar ook om ervaren en doen. We helpen u opnieuw te ontdekken wat uw sterke kanten zijn en hoe u deze kunt inzetten om beter te functioneren in het dagelijks leven, thuis, op het werk en in uw vrije tijd.

In de behandeling werkt u aan de volgende doelen:

- U heeft meer inzicht in en kennis over hersenletsel.
- U heeft meer inzicht in wat het hersenletsel betekent in uw leven.
- U kunt beter omgaan met de veranderingen in uw leven.
- U kunt stapsgewijs aan uw persoonlijke doelen werken.
- U heeft meer grip op uw eigen leven.
- U bent zelfredzamer.

HET PROGRAMMA

- 15 bijeenkomsten van 2 dagdelen met tussen de middag een pauze.
- De groepen worden geleid door twee ervaren behandelaren: een cognitief behandelaar en een psychomotorisch therapeut. Zij staan onder supervisie van een psycholoog.
- Tijdens het programma kunnen individuele gesprekken plaatsvinden met een psycholoog of maatschappelijk werker, fysiotherapeut of afasietherapeut, eventueel samen met uw partner of naasten.
- In het ochtendgedeelte ligt de focus op lichamelijk functioneren en fysiek welbevinden.
- In het middagedeelte ligt de focus op cognitief functioneren en psychisch welbevinden.
- Tussen de middag is er gelegenheid om te rusten.

VOOR WIE IS HERSENZ COMPACT GESCHIKT?

Hersenz Compact is speciaal ontwikkeld voor mensen

- die beter willen leren omgaan met de gevolgen van hun hersenletsel
- die gemotiveerd zijn op zichzelf te reflecteren en aan doelen te werken
- die door hun werk of andere verplichtingen minder tijd hebben voor het uitgebreide programma
- die informatie goed kunnen verwerken en daardoor genoeg hebben aan een korter programma
- die goed in staat zijn het geleerde zelfstandig thuis toe te passen
- die qua conditie en energie in staat zijn om een hele dag per week bezig te zijn met de behandeling (met een rustpauze tussendoor)

Mocht Hersenz Compact te veel van u vragen, dan kunt u ook het reguliere Hersenz programma volgen.



JEANNETTE

“Ik denk dat het reëel is te veronderstellen dat ik door Hersenz mijn eigenwaarde en het vermogen om te genieten heb teruggevonden. Daardoor zijn een totale burn-out en langdurige uitval op mijn werk voorkomen”



DIDERIK RORIJE (PSYCHOMOTORISCH THERAPEUT)

“Het reguliere behandelprogramma van Hersenz is voor sommige mensen met hersenletsel wat langzaam. Er zijn mensen die meer aankunnen. Ze volgen een opleiding, zijn aan het werk, of staan op een andere manier nog actief in de maatschappij. Toch hebben ze een hulpvraag, bijvoorbeeld in het verdelen van hun energie, het bewaken van grenzen, het omgaan met collega's en naasten, de opvoeding van de kinderen en de rol als ouder of partner of het omgaan met ontremde emoties en frustraties. Voor hen is Hersenz Compact ontwikkeld. Dit programma bevat alle belangrijke thema's, maar gaat hier vlot doorheen. Met deelnemers waarvoor dit passend is, kan je binnen een aantal maanden veel bereiken.”

MEER INFORMATIE EN AANMELDEN

Voor meer informatie of aanmelden kunt u terecht bij de organisatie die Hersenz biedt in uw regio. In 2017 wordt Hersenz Compact alleen aangeboden bij de Hersenz-organisaties InteraktContour en Heliomare. Huisartsen kunnen rechtstreeks doorverwijzen via ZorgDomein.

InteraktContour
behandeling@interaktcontour.nl
0341 455777

Heliomare
hersenz@heliomare.nl
088-9208999

Groningen, Friesland, Drenthe, Overijssel: **De Noorderbrug** 050-5973820
Overijssel, Gelderland, Flevoland, Utrecht: **InteraktContour** 0341-255777
Gelderland: **Zozijn** 088-5751054
Gelderland, Midden-Brabant: **Siza**: 088-3779199
Zuid-Gelderland, Noordoost-Brabant, Noord-Limburg: **Pluryn** 088-7795008
Noordoost- en Zuidoost-Brabant: **SWZ** 0499-471241
West-Brabant en Zeeland: **Pauwer** 088-6119933
Limburg: **SGL** 045-8000910
Midden-Nederland: **Boogh** 085-4014795
Noord-Holland: **Heliomare** 088-9208999
Zuid-Holland: **Middin** 070-3721234
Zuid-Holland: **Gemiva-SVG Groep** 088-2052400

