



patiëntenvereniging
hersenletsel.nl

VOORWOORD

Regio-ondersteuner Lies Bonsang

Beste lezer,

Hierbij de tweede nieuwsbrief van de regio Zeeland. Zoals u ziet is deze in een geheel nieuwe huisstijl! Door omstandigheden was het niet mogelijk om deze eind juni, zoals was gepland, te publiceren.

Begin juli hebben 7 ambassadeurs de ambassadeurstraining afgerond en het certificaat in ontvangst genomen. Enkele NAH-ambassadeurs zijn inmiddels actief. Ook kunnen we weer activiteiten organiseren nu de 1,5 meter afstand niet meer nodig is.

Twee ambassadeurs gaan op 20 oktober a.s. bij Revant een presentatie geven over de patiëntenvereniging Hersenletsel.nl en hun eigen ervaringsverhaal vertellen. In de volgende nieuwsbrief leest u hier meer over.

De NAH-inloopochtend in Biggekerke is op 23 september weer gestart. Helaas kunnen we niet starten in Terneuzen. Zodra de situatie het wel toelaat, maken we dat via onze website bekend.

Voor de regio Zeeland zijn we op zoek naar een bestuurslid voor PR- en communicatie. Ook hebben we een vacature voor een vrijwilliger die het leuk vindt om nieuwe leden te verwelkomen en de registratie van onze vrijwilligers te verzorgen.

Ik ben begonnen met de voorbereiding voor het jaarwerkplan 2022 van de regio Zeeland. Het thema van de patiëntenvereniging Hersenletsel.nl voor alle regio's voor 2022 is: Versterking van de regio's en dit willen we gaan realiseren door:



- PR- en communicatie in te gaan zetten;
- Uitbreiding van onze lotgenotenbijeenkomsten in Zeeland;
- Opleiden, bijscholen, coachen en inzetten van onze ambassadeurs.

We zijn weer gestart en de ontwikkelingen kunt u volgen door regelmatig een kijkje te nemen op onze website. U kunt zich ook aanmelden voor onze nieuwsbrief.

Ik wens u veel leesplezier!

Lies Bonsang

IN DEZE NIEUWSBRIEF

- VOORWOORD DOOR DE REGIO-ONDERSTEUNER
- AGENDA
- REISKOSTENVERGOEDING VOOR MANTELZORGERS
- TWEEDE NAH-INLOOPOCHTEND BIGGEKERKE
- NAH-AMBASSADEURS ZEELAND
- HET BREINMUSEUM
- DE PUZZLE VAN NAH
- RELATIES & HERSENLETSEL
- BEWEEGGROEP VOOR MENSEN MET NAH
- VACATURES
- INLEVEREN KOPIJ
- CONTACTGEGEVENS
- INSCHRIJVEN NIEUWSBRIEF

AGENDA

- 07-10 ZEEUWSE ZORGSCAKELDAG
- 20-10 PRESENTATIE REVANT
- 21-10 INLOOPOCHTEND NAH-GETROFFENEN BIGGEKERKE
- 04-11 ZZS SCHAKELTAFEL
- 09-11 OVERLEG EXPERTGROEP NETWERK HERSENLETSEL
- 18-11 INLOOPOCHTEND NAH-GETROFFENEN BIGGEKERKE

MEER DATA VINDT U OP:
WWW.HERSENLETSEL.NL/ZEELAND

RELATIES & HERSENLETSEL

Hersenletsel zet relaties onder druk. Vanuit de zorg is er veel aandacht voor de zichtbare gevolgen, maar eenmaal thuis lopen getroffen en hun naasten echter vaak tegen veel onbegrip en onkunde op. Onzichtbare gevolgen worden vaak niet direct herkend als hersenletsel.

Een getroffene kan vaker boos zijn, somber of snel moe zijn, vergeetachtig zijn of heeft een slecht korte termijn geheugen en moeite met communiceren (afasie).

Met name deze gedragsveranderingen zetten de relatie onder druk. Partners meenemen in de behandeling, thuis en in groepsverband werkt aan twee kanten positief: partners krijgen zelf weer handvatten om verder te kunnen. Ze begrijpen beter wat er aan de hand is, waardoor ze ook beter met elkaar kunnen communiceren. Ze leren hun verwachtingen bij te stellen. De kans is zo ook groter dat een stel het samen gaat redden.

Hersenletsel.nl organiseert daarvoor ook mantelzorgbijeenkomsten.. Je vindt bij ons begrip, (h)erkenning, een luisterend oor en gelijkgestemden die in dezelfde situatie zitten. De gastvrouwen zijn zelf mantelzorgers en weten uit eigen ervaring waar je het over hebt.



REISKOSTENVERGOEDING VOOR MANTELZORGERS

Veel mantelzorgers hebben te maken met reiskosten. Soms betaalt de gemeente een deel van de kosten. Ook kun je de kosten soms aftrekken bij je belastingaangifte. Ook kun je je naaste vragen of hij je reiskosten wil betalen.

Zes tips waarmee je op je reiskosten kunt besparen:

1. Parkeervergunning

Zorg je voor iemand die woont in een gebied waar je betaalt moet parkeren? Dan krijgt je misschien een parkeervergunning. Informeer bij de gemeente van je zorgvrager

2. Ov-begeleiderskaart

Als degene voor wie je zorgt niet zelfstandig kan reizen met het openbaar vervoer, kan hij of zij een Ov-begeleiderskaart aanvragen. Meer informatie www.ov-begeleiderskaart.nl.

3. Passagierskaart

Als je iemand vervoert die niet meer zelf kan rijden, kun je misschien een gehandicaptenparkeerkaart (passagierskaart) gebruiken. Deze staat op de naam van de zorgvrager. ij/zij kan deze aanvragen bij de gemeente.

4. Reiskostenvergoeding en bijstandsuitkering

Sommige gemeenten vergoeden reiskosten voor mantelzorgers met een bijstandsuitkering. Informeer hierover bij je gemeente.

5. Valys

Als degene voor wie je zorgt gebruik maakt van Valys, mag hij of zij gratis een begeleider meenemen. Meer informatie op www.valys.nl.

6. Reiskosten aftrekbaar?

Woon je samen met degene die je verzorgd? Is deze persoon voor langere tijd opgenomen in een instelling? Dan kun je de reiskosten voor het ziekenbezoek mogelijk aftrekken als specifieke zorgkosten. Lees de voorwaarden op www.belastingdienst.nl

© nieuwsbrief nr.2 Centrum Mantelzorg Land van Cuijk

TWEEDE NAH-INLOOPOCHTEND BIGGEKERKE

Hersenletsel regio Zeeland organiseerde onlangs hun 2e NAH lotgenotenbijeenkomst.

De allereerste bijeenkomst moest door de coronamaatregelen uitwijken naar een alternatieve locatie. Deze locatie beviel zo goed, dat ook de tweede bijeenkomst Kookboerderij Krommenhoeke in Biggekerke de "place to be" was. Zowel binnen als buiten een prachtige accommodatie. Rustig, prikkelarm en toegankelijk voor rolstoelen. Het uitzicht op het Walcherse platteland en de Lange Jan van Middelburg maakt dit een rustgevend en idyllisch plekje.

Rond 10.00 uur was iedereen gearriveerd en onder het genot van verse koffie en thee met zelfgebakken boterkoek van vrijwilligster Jolanda, heette NAH-ambassadeur van Hersenletsel.nl Patricia Nieuwenhuis ons allemaal welkom. Ze informeerde over de plannen van regio Zeeland, over de patiëntenvereniging én het doel van deze ochtend.



Naast het informeel treffen van lotgenoten, is het namelijk ook mogelijk om in de toekomst gastsprekers uit te nodigen. We willen graag in een behoefte voorzien: wat wordt er gemist en wat zou beter kunnen in de nazorg van mensen met niet aangeboren hersenletsel (NAH)?

Ook was er tijd en ruimte om elkaar te leren kennen, te luisteren naar elkaars verhalen en daarin herkenning te vinden. Maar ook advies, zowel vragen als krijgen, van de lotgenoten. Acht zéér verschillende verhalen, sommige recent en anderen al wat langer geleden maar met veel overeenkomsten. En wat is het fijn als je aan één woord genoeg hebt om elkaar te begrijpen.

Wat ik altijd weer zo bijzonder vind, is dat de mensen zoveel veerkracht hebben om op te krabbelen en door te gaan. Ondanks het verdriet achter deze verhalen, hun verlies en (on)zichtbare beperkingen.

Om 12.00 uur sloten we de bijeenkomst af en konden we tevreden terugkijken op wederom een geslaagde ochtend!

Anette de Meij,
NAH-ambassadeur en gastvrouw

VOLGENDE NIEUWSBRIEF

De volgende nieuwsbrief verschijnt in de eerste week van november.

Deadline aanleveren kopij uiterlijk maandag
25 oktober via: zeeland@herenletsel.nl

NAH-AMBASSADEURS REGIO ZEELAND

Sinds juli 2021 heeft de regio Zeeland zeven gecertificeerde NAH-ambassadeurs.

Hersenletsel.nl leidt sinds 2019 NAH-Ambassadeurs op. Deze ambassadeurs zijn mensen die zelf NAH (niet-aangeboren hersenletsel) hebben, of naasten zijn van iemand met NAH. Ambassadeurs zijn door de vereniging geschoolde ervaringsdeskundigen. Ambassadeurs kunnen onder andere worden uitgenodigd voor:

- Het geven van voorlichting, het ondersteunen van (digitaal) lotgenotencontact. Zowel in groepen als één op één
- Het meedenken in en/of meewerken aan projecten en wetenschappelijke onderzoeken
- Het deelnemen aan panels
- Het participeren in diverse forums en platforms
- Adviseren bij de ontwikkeling van een tool.



WILT U EEN AMBASSADEUR UITNODIGEN?

Altijd al eens van een ervaringsdeskundige willen horen waar ze tegenaan zijn gelopen en hoe ze met hun hersenletsel zijn omgegaan? Dan kunt u nu een ambassadeur uitnodigen! Vanuit hun ervaring vertellen zij over wat zij hebben meegemaakt. Wat obstakels maar juist ook mogelijkheden zijn geweest. Dit kan verhelderend werken en inzicht bieden. Voor zowel zorgverleners als mensen die het zelf is overkomen. Wilt u een lezing of een presentatie op maat aanvragen, een ambassadeur voor iets anders inzetten of hebt u andere vragen?

Neem dan contact op met de regio-ondersteuner Lies Bonsang door een e-mail te sturen naar regioondersteuner@hersenletsel.nl. We kijken dan samen met u wat de mogelijkheden zijn.

Wilt u meer weten over het ambassadeurschap kijk dan op [onze website](#)

BEWEEGGROEP VOOR MENSEN MET NAH

WVO Zorg in Vlissingen is in augustus gestart met een kleine beweeggroep speciaal voor mensen met NAH. Het gaat hierbij om een doorlopend programma, dus de deelnemers kunnen op elk gewenst moment instromen. Het streven is om kleine groepen te handhaven, met maximaal 8 leden. Mocht de groep groter worden, wordt gekeken voor alternatieve dagen en of tijden.

De kosten voor het deelnemen aan de beweeggroep zijn €5,- per les. Meer informatie over deze nieuwe beweeggroep voor mensen met NAH, zoals data, locatie en om u aan te melden, leest u op [onze website](#).

HET BREINMUSEUM! EEN 3D AUDIOTOUR DOOR DE HERSENEN

Leer in het Brein Museum in een vogelvlucht alles over ons wonderlijke orgaan dat bestaat uit 86 miljard zenuwcellen. Het brein! Radio-DJ Frank van der Lende neemt je mee op een 3D-audiotour door je hersenen. Het is het eerste museum tussen je oren. De tour begint in de grote hersenen en eindigt bij de hersenstam. Voor de allerbeste beleving luister je de tour via een koptelefoon of oortjes. Maar let op: deze tour is niet geschikt voor mensen die last hebben van overprikkeling. Wil je de tour liever lezen? Klik dan hier. Lees het op de website van de Hersenstichting. Of beluister de tour door het Brein Museum via Spotify, handig tijdens bijvoorbeeld je ommetje.

Credits: <https://www.hersenstichting.nl/>



DE PUZZEL VAN NAH

Leerlingen met niet aangeboren hersenletsel begrijpen en begeleiden.

In 2019 kwam Alice Overweg, vanuit haar opleiding Pedagogiek bij Hogeschool Windesheim, onderzoek doen bij Onderwijscentrum de Twijn. Het onderzoek ging over NAH in de klas. Hiervoor heeft ze vele betrokkenen en leerlingen gesproken en een heel uitgebreid literatuuronderzoek gedaan.

“Wat fijn om alle adviezen eens op een rij te hebben!”

“Zonde om het verslag in een la te laten verstoffen”.

Zo werd het idee voor een boek geboren, zodat leerkrachten niet al die boeken en artikelen zelf hoeven te lezen. Met hulp van Marjan Vervat (de Twijn), Manon de Koning (illustrator) en het expertiseteam Kinderen en NAH van HersenletselNet Overijssel is hier het geweldige resultaat. Zij zijn er trots op, en hopen dat het leerkrachten met een leerling met NAH in de klas op weg helpt. En natuurlijk vele anderen die dagelijks met en voor kinderen met NAH werken.

Het boekje is in pdf en via de website van HersenletselNet Overijssel (gratis) te downloaden, of via deze link: [Download](#).



NIEUWSBRIEF ONTVANGEN?

Meld u zich dan aan via de website bij 'Inschrijven Nieuwsbrief'. Geef hier uw e-mailadres in en u krijgt een overzicht van alle nieuwsbrieven van Hersenletsel.nl waar u voor kunt aanmelden.

VACATURES

VACATURE VRIJWILLIGER

LEDEN-ADMINISTRATEUR

- Mutaties (nieuwe):
 - Leden
 - Vrijwilligers
 - Ambassadeurs
- AVG-registratie
- Communicatie naar leden

✉ zeeland@hersenletsel.nl



Hersenletsel.nl, regio Zeeland heeft een vacature voor een ledenadministrateur. Dit is een ondersteunende functie voor het regiobestuur.

Op onze website vind je hierover alle informatie. Ben jij geïnteresseerd en wil jij ons ondersteunen als vrijwilliger? Neem dan contact op met Lies Bonsang, regio-ondersteuner. Te bereiken via 06-15091924 of stuur een e-mail naar zeeland@hersenletsel.nl

De patiëntenvereniging Hersenletsel.nl regio Zeeland is op zoek naar uitbreiding van haar team vrijwilligers voor haar NAH-inloopochtenden.

Heeft u Niet Aangeboren Hersenletsel of bent u mantelzorger van een getroffen persoon of heeft u affiniteit met NAH? Lijkt het u leuk om een paar uurtjes per maand samen met anderen gastvrouw of gastheer te zijn voor bezoekers van onze NAH-inloopochtend? Dan is deze functie wellicht iets voor u!

Voor meer informatie zie onze website.

VACATURE VRIJWILLIGERS

GASTVROUW/GASTHEER

- Paar uur per maand
- NAH-inloopochtend
- Middelburg, Terneuzen en Goes

✉ zeeland@hersenletsel.nl



Het regiobestuur van Hersenletsel.nl Zeeland is op zoek naar een bestuurslid die thuis is in PR en communicatie én actief is op Social Media.

Wil jij je steentje bijdragen om onze regio in Zeeland op de kaart te zetten en om meer bekendheid en aandacht te krijgen voor de inwoners met Niet Aangeboren Hersenletsel? Dan is deze functie misschien wel iets voor jou? Kijk op onze website voor meer informatie en profielschets. Neem gerust vrijblijvend contact met ons op voor meer informatie over wie wij zijn en wat wij doen. We kijken naar je uit om kennis met je te maken.

VACATURE

BESTUURSLID PR & COMMUNICATIE

CONTACTGEGEVENS

HERSENLETSEL.NL – REGIO ZEELAND

E-mail: zeeland@hersenletsel.nl

Rekeningnummer: NL72INGB0006652342

T.n.v. Stichting Hersenletsel.nl regio Zeeland

Regio-ondersteuner: Lies Bonsang

Telefoon: 06-15091924

