

# Breingrepen

Voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel



Bij een herseninfarct, hersenbloeding (CVA), hartstilstand, hersentumor of bij hoofdletsel door een ongeval kan schade aan de hersenen ontstaan. Dit wordt niet-aangeboren hersenletsel (NAH) genoemd. De gevolgen kunnen verschillend zijn en variëren van licht tot zeer ernstig. Minder zichtbare gevolgen zijn de veranderingen in het cognitief functioneren, zoals het geheugen, het reactietempo en de concentratie. Deze problemen vallen vaak pas op wanneer u uw oude leven weer wilt oppakken. Dan blijkt ineens dat het in het gezin, in de opleiding, op het werk of in de sociale contacten niet meer wil lukken.

# Wat kunnen wij voor u betekenen?

In het behandelprogramma BreinGrepn werkt u aan de volgende doelen:

1. Tijdens de cognitieve training leert u uw mogelijkheden en grenzen kennen op het gebied van cognitieve functies, zoals aandacht, concentratie, geheugen en het oplossen van problemen. Ook leert u uw mogelijkheden met strategieën en hulpmiddelen beter te benutten.
2. Tijdens de sociale vaardigheidstraining (assertiviteits-training) leert u voor uzelf op te komen en uw grenzen te bewaken in het contact met andere mensen.
3. U krijgt meer inzicht in de gevolgen van het hersenletsel en leert deze gevolgen beter te accepteren. Tijdens de trainingen is in de groep dan ook veel ruimte voor het uitwisselen van ervaringen.

BreinGrepn is heel nadrukkelijk géén training waarmee de gevolgen van hersenletsel herstellen. Deze zijn meestal blijvend. Tijdens BreinGrepn leert u grip te krijgen op het hersenletsel, door anders om te gaan met de gevolgen ervan en een nieuw evenwicht in uw leven te vinden.

## Wat houdt het programma in?

Het programma van BreinGrepn bestaat uit vijftien wekelijkse bijeenkomsten van 2½ uur, inclusief een pauze van een half uur. Tijdens de bijeenkomsten komen afwisselend een cognitieve training en een sociale vaardigheidstraining aan bod. Daarnaast maken ook huiswerkopdrachten deel uit van de behandeling. Uiteindelijk gaat het er immers om dat u hetgeen u tijdens de behandeling leert, toepast: thuis, op school, op uw werk of elders! Halverwege het programma is er bovendien een bijeenkomst voor de partners van de deelnemers. Tijdens deze bijeenkomst staat centraal hoe zij de veranderingen ervaren en ermee omgaan. Zes weken na de laatste bijeenkomst is er een terugkombijeenkomst.



# Wie gaan dit samen met u doen?

Een paar keer per jaar start een nieuwe groep BreinGrepn met maximaal zeven deelnemers. Elke groep wordt begeleid door twee cognitief revalidatietherapeuten.

# Voor wie is BreinGrepn bedoeld?

BreinGrepn is bedoeld voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel door bijvoorbeeld een ongeval (traumatisch hersenletsel), infarct of bloeding (CVA), hersentumor of als gevolg van zuurstofgebrek bij reanimatie na een hartstilstand. Van de deelnemer wordt daarbij verwacht dat hij of zij in staat is om - thuis of op het werk - toe te passen wat in het programma geleerd wordt. U moet voldoende kunnen praten, lezen en schrijven, en ook in een groep willen en kunnen functioneren. BreinGrepn kan worden gevolgd naast een individueel revalidatieprogramma voor lichamelijke en/of communicatieve gevolgen van hersenletsel. BreinGrepn biedt informatie en ook begeleiding bij het leren omgaan met een aanpassen aan de cognitieve gevolgen van het hersenletsel. Niet in aanmerking voor deelname komen mensen met een dementie, whiplash of voornamelijk psychologische of psychiatrische problematiek. Voor mensen met een progressief neurologische aandoening is deelname afhankelijk van het ziektestadium en het te verwachten verloop.



# Welke kosten zijn er aan verbonden?

De deelname aan het behandelprogramma wordt volledig vergoed door de zorgverzekeraar. U dient zelf te zorgen voor vervoer naar het revalidatiecentrum; verzekeraars geven hier in het algemeen géén vergoeding voor.

# Hoe kunt u zich aanmelden?

Uw huisarts, neuroloog, revalidatiearts, specialist in ouderengeneeskunde en ook andere hulpverleners kunnen u doorverwijzen naar BreinGrepn. Na de verwijzing vindt er bij Adelante een intake plaats door een revalidatiearts en psycholoog. Uw gegevens worden vastgelegd in een medisch dossier op basis waarvan besloten wordt of deelname aan BreinGrepn geïndiceerd is. Mocht dit niet het geval zijn, vindt terugverwijzing plaats waarbij zo mogelijk adviezen voor andere behandelmogelijkheden worden gegeven.

# Meer informatie/contact

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het patiëntenservicebureau van Adelante via tel. 045-5282222 of stuur een e-mail naar [helpdesk@adelante-zorggroep.nl](mailto:helpdesk@adelante-zorggroep.nl). Meer algemene informatie over Adelante treft u aan op onze website: [www.adelante-zorggroep.nl](http://www.adelante-zorggroep.nl)

## OVER ADELANTE

Adelante is een organisatie die ondersteuning biedt aan volwassenen en kinderen die te maken hebben met de gevolgen van een ziekte, aangeboren aandoening of ongeval. Ruim 1250 professionals, medewerkers en vrijwilligers verlenen die zorg vanuit diverse locaties verspreid over heel Limburg, inclusief de poliklinieken van een aantal ziekenhuizen.

Cliënten kunnen terecht voor medisch specialistische revalidatie, gehoor-, taal- en spraakproblemen, speciaal onderwijs, medische kindzorg, sport en arbeidsrevalidatie.

Adelante richt zich niet op de beperking maar op de mogelijkheden om door te kunnen gaan. Ons motto: haal het beste uit jezelf!

[www.adelante-zorggroep.nl](http://www.adelante-zorggroep.nl)



# adelante

haal het beste uit jezelf

Zandbergsweg 111

6432 CC Hoensbroek

t 045 - 528 28 28

[www.adelante-zorggroep.nl](http://www.adelante-zorggroep.nl)