



HJERNEN I FOKUS

KURSUS

FOR PÅRØRENDE TIL ET MENNESKE, DER HAR FÅET EN HJERNESKADE



HJERNEN
I FOKUS

INFORMATION OM PÅRØRENDEKURSET

Målgruppe

Pårørende, som dagligt er i kontakt med et menneske, der har fået en hjerneskade, f.eks. ægtefælle, voksne børn, naboer og venner. Du skal bo i Vejle Kommune.

Tidspunkter

Fem torsdage – 20. februar, 27. februar, 5. marts, 12. marts og 19. marts 2020.
Alle dage kl. 16-18.

Sted

CSV Vejle (kursuskantinen)
Solsikkevej 8B
7100 Vejle

Sidste kursusgang holdes i Foreningernes Hus, Vissingsgade 31, 1. sal, 7100 Vejle.

Undervisere

Kursusforløbet er arrangeret i et samarbejde mellem hjerneskadekoordinatorerne Henriette Lund Kristensen og Heidi Schrøder, Sundhedscenter Vejle samt konsulenterne Bettina Schmidt Olesen og Jenni Denise Hansen, Center for Specialundervisning for Voksne i Vejle (CSV).

Tilmelding

Maksimum 30 deltagere.

Tilmelding sker efter først-til-mølle-princippet og senest torsdag 13. februar 2020 til Henriette Lund Kristensen eller Heidi Schrøder.

Tilmeldingen er bindende. Giv besked, hvis du bliver forhindret, så en anden kan få pladsen.



HJERNEN I FOKUS

PROGRAM

Hjerneskadetræthed og energiforvaltning

Torsdag 20. februar kl. 16-18

Hvorfor opstår hjernetræthed? Hvad er tegnene? Og hvad kan man gøre?

Trætheden forsvinder sjældent helt, men den kan blive nemmere at leve med, når både ramte og pårørende forstår den. Kun ved at arbejde MED trætheden, kan man arbejde MOD den.

Oplægsholder: Konsulent Bettina Schmidt Olesen, erhvervet hjerneskade

Hjerneskadens følger og konsekvenser for de pårørende

Torsdag 27. februar kl. 16-18

Hvilke vanskeligheder er særligt udfordrende for pårørende?

Hvad er de „letteste“ og „tungeste“ vanskeligheder?

Hvilke psykologiske temaer er centrale for pårørende?

Oplægsholder: Neuropsykolog Grethe Pedersen. *Læs mere på www.grethep.dk*

Livets trumfkort

Torsdag 5. marts kl. 16-18

Livet efter din pårørende er blevet ramt – udfordringer og muligheder.

„Typiske“ faser som en pårørende gennemgår.

Livskvalitet og prioritering af livsværdier.

Måder at klare sig på – livets trumfkort.

Oplægsholder: Neuropsykolog Grethe Pedersen – for nærmere oplysninger se www.grethep.dk

Brug hinanden

Torsdag 12. marts kl. 16-18

Hvilke trumfkort har kurset givet, og hvordan hjælper vi hinanden med at se de trumfkort vi allerede har? Diskussion i mindre grupper med udgangspunkt i Grethe Pedersens oplæg og med støtte fra dialogspillet.

Hvordan kommer vi videre?

Torsdag 19. marts kl. 16-18

Sidste kursus gang – hvad nu? Vi har fået en masse information, hørt meget, diskuteret og måske også lært noget af hinanden. Det kan godt fortsætte. Derfor foregår sidste kursusgang i Foreningernes Hus, Vejle, hvor forskellige tilbud bliver præsenteret, blandt andet muligheden for at danne netværksgrupper.

Adresse:

Foreningernes Hus

Vissingsgade 31, 1. sal

7100 Vejle

Der er en rød tråd i emnerne på kursusforløbet. Derfor er det vigtigt at deltage alle dage.

Mere information

Henriette Lund Kristensen
Hjerneskadekoordinator
Sundhedscenter Vejle – Genoptræning
Tlf. 29 36 30 42
Mail: henlk@vejle.dk

Heidi Schrøder
Hjerneskadekoordinator
Sundhedscenter Vejle – Genoptræning
Tlf. 24 92 84 62
Mail: heisc@vejle.dk

Bettina Schmidt Olesen
Konsulent – Erhvervet hjerneskade
CSV Vejle
Tlf. 51 71 68 32
Mail: besco@vejle.dk

Jenni Denise Hansen
Konsulent – Erhvervet hjerneskade, CSV Vejle
Tlf. 20 21 49 83
Mail: jedha@vejle.dk



HJERNEN | FOKUS

