



NAH

PRATEN HELPT

Niet Aangeboren Hersenletsel
Trefpunt Voorne-Putten
VOOR EN DOOR LOTGENOTEN

Uitgave van NAH Trefpunt Voorne-Putten • Nummer 9 • september 2018

TREFPUNT NIEUWS

Vrije inloop 8 augustus

Tijdens de vrije inloop die dag heeft Het Trefpunt in samenwerking met "You Can Be" een mindfulness workshop georganiseerd. Mindfulness is het vinden van een goed persoonlijke balans tussen belasting en belastbaarheid. Uit studies en praktijkervaring is gebleken dat NAH-lotgenoten en NAH-mantelzorgers veel baat hebben bij mindfulness. Het Trefpunt wil hier samen met "You Can Be" meer aandacht aan geven door, bij voldoende deelnemers, proeftrainingen te gaan aanbieden. Er zijn op dit ogenblik 6 aanmeldingen voor een proeftraining. Voor meer informatie hierover kun je terecht bij Jan Groeneveld.

Thema avond 13 augustus

De laatste avond dat er vanwege het zomerprogramma in de Serreburgh geen thema was. Er was wel een vrije inloop. En wederom was er een goede opkomst. Het werd een bijzonder vruchtbare avond, met eneroverende gesprekken en vele ervaringen die gedeeld werden. De eerstvolgende thema- avond is 10 september met als thema structuur en energie. Ook zullen we stil staan bij ons 2 jarig jubileum, hierover meer verder in deze nieuwsbrief.

Excursie 22 augustus

Als afsluiting van het zomer programma organiseerde het trefpunt een excursie naar FutureLand op de Maasvlakte.

Zonder de fantastische medewerking van touringcar onderneming De Snelle Vliet, Futureland, de kleine bijdrage van de deelnemers zelf (36) en wijkcentrum De Hoek, was deze excursie niet mogelijk geweest. Heel veel dank daarvoor.



Na de koffie en thee zijn we om 09:45u met de touringcar vertrokken naar Futureland. Daar is geluncht met een fantastisch uitzicht over de haven en de zee. Waarna we weer met de touringcar terug zijn gebracht naar Spijkenisse. Daar is nog genoten van een kop koffie/thee of iets anders.



Het motto van Het Trefpunt: "Voor en door lotgenoten" kwam zeer zeker naar voren deze dag. Iedereen hielp elkaar de bus in en uit maar ook tijdens de lunch. Prachtig! Het was een mooie dag en goede afsluiting van het zomerprogramma. Een uitgebreider reisverslag vind je verderop in deze nieuwsbrief geschreven door een van de deelnemers.



Wat zou het najaars - winterprogramma ons gaan brengen?

Thema avond 27 augustus Brielle - CBS Het Anker

Het was de eerste keer in Brielle (Voorne) en een onverwacht goede opkomst van lotgenoten en mantelzorgers. Dit gaf duidelijk aan dat ook daar een aanzienlijke behoefte is aan dit soort bijeenkomsten. Ondanks dat alle deelnemers elkaar deze avond voor het eerst ontmoetten waren er openhartige gesprekken en werden er mooie maar ook minder mooie ervaringen gedeeld. Al met al een prachtige avond om mee van start te gaan.

Gezien de opkomst hebben we er voor gekozen op het zelfde (adres) voor de volgende thema-avond gebruik te maken van een grotere ruimte. Deze avond staat ingepland op 24 september. Inloop vanaf 19.00 uur, aanvang 19.30 uur. Thema voor deze avond is structuur.

Trefpuntjes

Medisch Centrum Spijkenisse

Vanaf september gaat het Trefpunt starten met de NAH informatie-inloopdagen in het Medisch Centrum Spijkenisse. Deze zullen iedere 4^e donderdag van de maand plaatsvinden van 11.00-16.00 uur. De eerste inloopdag is op donderdag 27 september 2018. Uitzondering is oktober. Dan zal deze dag op maandag de 29^e plaatsvinden. Het is dan de internationale dag van de beroerte.

Je kan ons vinden in de ontvangsthall tegenover de receptie van het Medisch Centrum.

Jubileum NAH Trefpunt Voorne-Putten

12 september bestaat Het Trefpunt exact 2 jaar. Een reden voor een feestje is het zeker niet... het is al erg genoeg dat we er moeten zijn. Maar we willen er wel even bij stilstaan. Op 10 september, tijdens de thema-avond, onder het genot van een heerlijke versnapering bij de koffie en/of thee.

12 september 2016 begonnen we met de eerste thema avond in De Serreburgh te Spijkenisse. Slechts met 4 deelnemers. Het aantal deelnemers groeide gestaag en dat gaf en geeft een goed gevoel. Er is duidelijk een behoefte, de afgelopen 2 jaar is er veel gebeurd, eigenlijk te veel om op te noemen. Maar er moet nog veel meer gebeuren om NAH lotgenoten en hun mantelzorgers te bereiken. Ook is er nog veel te doen m.b.t. bewustwording en erkenning van NAH bij de diverse instanties en bewoners van Voorne-putten.

We hopen je te mogen begroeten tijdens deze avond en we kijken zeker ook uit naar deelnemers van het eerste uur om te horen hoe het hun is vergaan de laatste jaren. Iedereen is welkom. Tot dan!

Najaars -winter programma

Daar wordt nog hard aan gewerkt. Maar je hoort het snel genoeg. Mochten er nog ideeën zijn horen we die uiteraard graag, om tot een compleet programma te komen.

Ingezonden stukken

Dit is een nieuw item in onze nieuwsbrief. Iedereen is welkom om in te sturen.

Reis verslag van Arjo Breur – Futureland Maasvlakte

Op woensdag 22 augustus werden we om 9.30 uur ontvangen in wijkcentrum De Hoek.

Onder het genot van een bakje koffie werd er even kennis gemaakt en een ieder voorzien van een naamsticker.

Vervolgens werd iedereen om 9.45 uur begeleid en in de bus geholpen. Dit was een bus van de firma Snelle Vliet die deze dag kosteloos beschikbaar was gesteld, inclusief de chauffeur.

Daarna zijn we richting Futureland vertrokken en zijn daar om 10.45 aangekomen. Na een korte uitleg van Bert en een groepsfoto is iedereen zijn eigen weg gegaan. Er was genoeg te zien vanaf de periode dat alles nog zee was tot hetgeen wat er nu staat. Heel indrukwekkend.

Vervolgens werden we om 11.45 verwacht op de VIP etage waar we gezamenlijk hebben genoten van een heerlijke lunch.

Om 12.45 uur weer met zijn allen in de bus om aan terugreis te beginnen. Moe maar voldaan kwamen we rond 13.30 weer aan in het wijkcentrum De Hoek.

Daar kon een ieder nog even onder het genot van een drankje de dag doornemen. Ik wil bij deze een ieder die deze dag mogelijk heeft gemaakt (dus eigenlijk een ieder die op deze dag aanwezig was) heel hartelijk danken voor weer een mooie herinnering.

Oproep collectanten door de Hersenstichting

Collecteer mee voor de Hersenstichting en een gedeelte van de opbrengst komt ten goede aan het NAH Trefpunt Voorne-Putten

Van 28 januari tot en met 2 februari 2019 wordt de Hersenstichtingcollecte gehouden. Voor deze collecte is de Hersenstichting op zoek naar collectanten.



Eén op de vier Nederlanders heeft een hersenaandoening. Deze aandoeningen hebben een enorme impact op de patiënt zelf én de omgeving. Ook al is de aandoening niet altijd zichtbaar, iedereen kent dus wel een iemand die hier aan lijdt. Een hersenaandoening zet je leven op z'n kop. Lopen, praten en denken, alles wat zo vanzelfsprekend lijkt, kan zomaar voorbij zijn. Zowel lichamelijk als geestelijk kunnen grote problemen ontstaan. Ook voor de betrokkenen verandert het leven vaak ingrijpend. Met uw bijdrage kunnen we beter begrijpen hoe de hersenen werken. Alleen dan kunnen we de hersenen gezond houden, hersenaandoeningen genezen en de patiëntenzorg verbeteren. Om dit te bereiken laten we onderzoek doen, geven we voorlichting en voeren we vernieuwende projecten uit.

Daarom vragen wij uw hulp tijdens de collecteweek in **Voorne-Putten**. U kunt zelf aangeven in welke straat en hoeveel uur u wilt lopen.

U kunt u opgeven bij de regiovertegenwoordiger Gina Hindriks tel. 06 5513 35 39 of uw persoonlijke gegevens via ghindriks@hersenstichting.nl. Geef wel even duidelijk aan dat u zich opgeeft via NAH trefpunt Voorne-Putten, vanwege de verrekening.

Opzeggen nieuwsbrief

Indien u geen interesse meer heeft onze nieuwsbrief maandelijks te ontvangen, kunt u deze opzeggen door deze e-mail te beantwoorden (info@nahtrefpuntvoorneputten.nl).



NAH
PRATEN HELPT

Niet Aangeboren Hersenletsel
Trefpunt Voorne-Putten
VOOR EN DOOR LOTGENOTEN

AGENDA SEPTEMBER

Woensdag 5 september: Vrije inloop met activiteiten in "De Hoek".

Klaverjassen, puzzelen, emotietekenen en -schilderen.

De vrije inloop is vanaf 10:00 uur tot 15:00 uur.

Maandag 10 september: Thema- en ontmoetingsavond in "De Serreburgh".

Thema deze avond is structuur en energie. Vrije inloop is vanaf 19:00 uur. Aanvang om

19:30 uur. Afsluiting omstreeks 21:00 uur.

Woensdag 19 september: Vrije inloop met activiteiten in "De Hoek".

Klaverjassen, puzzelen, emotietekenen en -schilderen.

De vrije inloop is vanaf 10:00 uur tot 15:00 uur.

Maandag 24 september: Thema- en ontmoetingsavond in "CBS Het Anker".

Thema deze avond is structuur aanbrengen. Vrije inloop is vanaf 19:00 uur. Aanvang om

19:30 uur. Afsluiting omstreeks 21:00 uur.

Donderdag 27 september: Informatiestand Spijkensise Medisch Centrum.

Van 11:00 uur tot 16:00 uur staat NAH Het Trefpunt in de ontvangsthal van het S.M.C., voor alle informatie wat wij voor u kunnen betekenen.

Locatie S.M.C., Ruwaard van Puttenweg 500, Spijkensise.

Adressen:

Locatie "De Hoek", Zwanenhoek 86-A, Spijkensise

Locatie "Serreburgh, Eikenlaan 37, Spijkensise

Locatie "CBS Het Anker", Gootplein 4, Brielle

WILT U MEER INFORMATIE?

Jan Groeneveld – tel. 06-14 10 21 21

info@nahtrefpuntvoorneputten.nl

Facebook: NAH Niet aangeboren Hersenletsel Trefpunt-Voorneputten

www.nahtrefpuntvoorneputten.nl