

Informatie en ondersteuning

Spreekuur NAH (niet-aangeboren hersenletsel)

Dinsdag, 13.00 – 16.00 uur

Niet-aangeboren hersenletsel (NAH) is schade aan de hersenen die is ontstaan na de geboorte. Kenmerkend is de onomkeerbare breuk in de levenslijn; er is een situatie voor en na het hersenletsel. Na de revalidatie ervaren veel mensen met NAH dat alles wat voorheen was, nu anders is. Heb of ken je iemand die hersenletsel heeft opgelopen door bijvoorbeeld een ongeluk of beroerte, dan kun je voor vragen omtrent dit onderwerp iedere dinsdagmiddag terecht tijdens het inloopsprek uur NAH.

Dit spreekuur wordt verzorgd door NAH deskundigen van Boogh en/of ervaringsdeskundigen. Je kunt je laten informeren en adviseren: wat is NAH, wat zijn de gevolgen, welke invloed heeft het op de persoon en zijn/haar omgeving. Hierbij kun je denken aan vragen over de mogelijkheden voor zorg, het afasiecentrum, begeleiding naar (vrijwilligers)werk, begeleiding thuis, behandeling en daginvulling.

Mantelzorg gespreksgroep

Op aankondiging

Twee keer per jaar organiseert Boogh Utrecht een gespreksgroep voor mantelzorgers van mensen met NAH. Vaak zijn partners de belangrijkste mantelzorger, maar je kan ook de mantelzorger zijn van familieleden, vrienden of kennissen.

Wanneer je zorgt voor iemand met niet-aangeboren hersenletsel komt er heel wat op je af. Door deel te nemen aan een gespreksgroep ontmoet je mensen die in dezelfde situatie zitten en krijg je veel waardevolle informatie en advies. Vanzelfsprekend is er ruimschoots gelegenheid om elkaar beter te leren kennen, ervaringen uit te wisselen, vragen te bespreken en samen te zoeken naar oplossingen voor problemen waar je in de praktijk van alledag tegenaan loopt.

Deelnemers van voorgaande gespreksgroepen hebben veel steun ervaren van elkaar. Letterlijk wordt er gezegd dat men zich minder alleen voelt staan. Adviezen en tips die in de gespreksgroep zijn uitgewisseld, blijken thuis direct van meerwaarde te zijn. Ook is er meer begrip ontstaan voor degene met letsel waardoor er in de relatie minder spanning wordt ervaren. Niet zelden krijgt de gespreksgroep een informeel vervolg.

Gespreksgroep in de wijk

Op aankondiging

Boogh Utrecht organiseert een gespreks- en ontmoetingsgroep in de wijk voor mensen met NAH. Iedereen met vragen over NAH mag er binnenlopen. Er worden themabijeenkomsten opgezet waar dieper wordt ingegaan op door de deelnemers gekozen onderwerpen. Deze thema's worden gestructureerd uitgewerkt waardoor er werkelijk stappen gezet kunnen worden. Thema's kunnen zijn: Omgaan met verandering, Aandacht & Geheugen, Plannen & Organiseren, Je energie in balans, Onbegrip over NAH in uw omgeving. Aan de bijeenkomsten zijn geen kosten verbonden; er is geen indicatie nodig.

Ontmoeten

Diversas

Donderdag, iedere week 17.30 - 20.00 uur

Onder leiding van Mirella van Diversas kookt u samen en eet u samen een heerlijke maaltijd van 3-gangen. Ook afwassen en opruimen doen we samen! Donderdag in de even weken vindt het "Koningsmaal" plaats, een bijzonder diner. Meer informatie: Mirella Huijs (mirella@diversas.nl)
Kosten: € 5

Zonnie Noordkaap Avondsoos

Donderdag in de oneven weken, 19.00 – 22.00 uur

Voor mensen met een visuele beperking. Sinds de oprichting van de voormalige Paraplu is er Zonnie Noordkaap Avondsoos. Het is een groep lotgenoten die samen een fijne avond samen beleven. De deelnemers kiezen zelf in september en januari hoe het programma eruit zal zien. Jaarlijks gaat de groep een dag op stap ter afsluiting van het seizoen. De avonden worden begeleid door vrijwilligers en een begeleider van Boogh.

Klaverjasclub en Klaverjasmarathon

Dinsdag, 10.00 – 15.00 uur

Vrijdag, 10.00 – 15.00 uur

Klaverjasmarathon op aankondiging

Voor iedereen die graag een kaartje legt!
Bijzonderheden: op verzoek wordt tussen de middag de lekkerste vis gehaald (natuurlijk wel zelf afrekenen!)
De Klaverjasmarathon is een geheel verzorgde dag met lunch en diner, incl. 2 consumptiebonnen en kost € 17,=
Georganiseerd door de kaarters zelf!

Bingo in De Paraplu

Zaterdag op aankondiging

19.30 – 22.00 uur

Voor alle Bingo-fans...
Een boekje kost € 10,-: 6 rondes incl. Superronde met....
Prachtige prijzen!