

## HERSENZ

<p><b>THEMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Emoties</li> <li>- Energie</li> <li>- Denken en doen</li> <li>- Beweging</li> <li>- Thuis</li> <li>- Communicatie</li> </ul>	<p><b>VOOR WIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Voor mensen met Niet aangeboren Hersenletsel (NAH in de chronische fase</li> <li>- Voor mensen met afasie in de chronische fase</li> </ul>
<p><b>SOORT BEHANDELING</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuele behandeling</li> <li>- Groepsbehandeling</li> </ul>	<p><b>TIJDSDUUR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Half jaar tot maximaal 2 jaar, gemiddelde is ander half jaar</li> </ul>
<p><b>BESCHRIJVING</b></p> <p>Het behandelprogramma Hersenz is een combinatie van bewegen, cognitieve behandeling en behandeling bij jou thuis. Je werkt zowel in groepsverband als individueel. Wat het behandelprogramma verder onderscheidt is het interdisciplinaire karakter. Dit houdt in dat alle betrokken specialisten vanuit een team werken om samen met jou je doelen te bereiken.</p> <p>Voordat we van start gaan kijken we waar je behoefte aan hebt, wat de mogelijkheden zijn en aan welke persoonlijke doelen je wilt werken. We zorgen ervoor dat het behandelprogramma daar goed op aansluit.</p>	
<p><b>UITVOERING</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Emoties In een vaste groep bespreken we wat er voor je is veranderd door het hersenletsel. Door meer inzicht in de gevolgen van het hersenletsel leer je er beter mee omgaan. Met persoonlijke doelen krijg je meer grip en perspectief in je leven.</li> <li>- Energie Je leert omgaan met jouw vermoeidheid. Je ontdekt wat energie geeft en wat energie kost. Je leert werken met de energiemeter en gaan we in op het belang van goed plannen.</li> <li>- Denken en doen Heb je moeite met aandacht vasthouden, vergeet je veel, vind je het lastig je te concentreren en heb je moeite met plannen en organiseren? Bij 'Denken en doen' leer je manieren om hiermee om te gaan, zodat deze problemen minder beperkend voor je zijn.</li> <li>- Beweging Samen met de fysiotherapeut vergroot je je mobiliteit en raak je weer vertrouwd met je lichaam. Dit geeft je meer zelfvertrouwen en helpt je om minder afhankelijk te zijn, omdat je meer zelf kan.</li> </ul>	

Met de psychomotorisch therapeut doe je ervaringsoefeningen die je bewust maken van hoe je in bepaalde situaties reageert. Vanuit de inzichten die je opdoet, kun je wellicht andere keuzes maken.

- Thuis  
Wat je bij Hersenz leert, doe je thuis zelfstandig, samen met je naasten. Dat is niet altijd makkelijk. Een behandelaar komt daarom ter ondersteuning bij je thuis, bijvoorbeeld voor het werken met een planner of zelfstandig de trap opgaan.
- Communicatie  
Voor mensen met afasie is er een apart programma dat gericht is op het aanleren van nieuwe manieren van communiceren. De behandeling bestaat uit gesprekken in een groep en bij je thuis, met opdrachten, oefeningen en beweging. Het tempo is aangepast en de werkvormen zijn afasievriendelijk.

### BEHANDELTEAM

Wat het behandelprogramma Hersenz uniek maakt is het interdisciplinaire karakter. Alle betrokken behandelaren werken vanuit één team intensief met jou samen om je doelen te bereiken. Deze ervaren specialisten zijn allemaal gespecialiseerd in niet-aangeboren hersenletsel.

- Elk team heeft een **regiebehandelaar**, dat is altijd een GZ-psycholoog of orthopedagoog-generalist. De regiebehandelaar heeft overzicht over het gehele behandelprogramma dat je doorloopt en is eindverantwoordelijke. Hij of zij is dan ook altijd jouw vaste aanspreekpunt.
- De **cognitief trainer individueel** bespreekt met jou persoonlijk hoe je het geleerde thuis kan inzetten.
- Met de **cognitief trainer groep** ga je in een groep van maximaal 8 personen in gesprek. Door inzichten, ervaringen en tips te delen leer je van elkaar en geef je elkaar steun.
- Bij de **fysiotherapeut** werk je aan het herstel van de lichamelijke gevolgen van je niet-aangeboren hersenletsel. De oefeningen zijn erop gericht om zo optimaal mogelijk te kunnen functioneren. Je leert gebruik te maken van jouw mogelijkheden en om te gaan met de beperkingen.
- Met de **psychomotorisch therapeut** doe je ervaringsoefeningen die je bewust maken van hoe je in bepaalde situaties reageert. Vanuit de inzichten die je opdoet, kun je wellicht andere keuzes maken.
- De **afasietherapeut** verzorgt het afasieprogramma. Heb je afasie, dan helpt de afasietherapeut jou en jouw omgeving om je eigen te taal te 'spreken', zodat je elkaar goed kan begrijpen.

Het behandelprogramma Hersenz wordt door 13 zorgorganisaties op tientallen plaatsen in Nederland aangeboden.

De opzet van de behandeling is overal in Nederland hetzelfde. Om de kwaliteit te bewaken zijn er regelmatig landelijke scholingsdagen en werkt Hersenz met eigen protocollen en kwaliteitseisen, vastgelegd in een handboek.

**TOOLS EN BRONNEN**

[www.hersenz.nl](http://www.hersenz.nl)