



Netværksgruppe

"Indtil jeg kom i netværksgruppen, troede jeg ikke, der var andre, der kunne forstå, hvor træt jeg er efter at have hentet børnene"

(citat fra André, der fik en hjerneskade for 1½ år siden)

Dette er et tilbud til dig, der er ramt af en hjerneskade og har afsluttet din genoptræning.

I netværksgruppen får du mulighed for at drøfte hverdagslivets udfordringer og dele erfaringer med andre, der er i samme situation som dig. Netværksgruppen kan støtte, inspirere og give dig nye fremtidsperspektiver.

Eksempler på emner i netværksgruppen:

- Hvordan hænger hverdagen sammen? Med familie, arbejde, ændrede roller, praktiske opgaver...
- Hvordan får jeg overskud til at være sammen med venner og familie og dyrke mine fritidsinteresser?
- Parforhold og samliv
- Hvordan tackler jeg forælderrollen?
- Forventninger og fremtidsperspektiver

Tid og sted:

Vi mødes hver 6. uge, tirsdage fra kl. 15.00 – 16.30

i Lyngby-Taarbæk kommunes Trænings- og rehabiliteringscenter, Lyngby Hovedgade 1B, 1. sal, 2800 Lyngby

Eksakt datoliste udleveres ved opstart.

Tilmelding:

Kontakt din hjerneskadekoordinator, hvis du er interesseret i at deltage i en netværksgruppe. Grupperne sammensættes af hjerneskadekoordinatorerne og startes op løbende, når der er et fuldt hold.

Lyngby-Taarbæk Kommune, Dina Kreiner-Møller

Tlf.: 51 63 11 61, mail: dik@ltk.dk

Gentofte Kommune, Majbrit Rørbye

Tlf.: 24 89 82 88, mail: [hjerneskode@gentofte.dk](mailto:hjerneskade@gentofte.dk)

Gladsaxe Kommune, Bodil Schmidt

Tlf.: 39 57 57 67, mail: hjerne@gladsaxe.dk

Rudersdal Kommune, Karin Meulengracht

Tlf.: 46 11 33 15, mail: kmeu@rudersdal.dk



Netværksgruppe



Indgang ad Lyngby Hovedgade 1 B, op ad trappen til 1. sal



Til dig, der er mellem 18 og 67 år og lever med følger efter en hjerneskade