




Energieverdeling

Groepsprogramma





Deze folder is bedoeld voor mensen die in behandeling zijn bij Libra Revalidatie & Audiologie en die moeite hebben met het verdelen van hun energie over de dag, als gevolg van een neurologische aandoening. In deze folder leest u voor wie de groep bedoeld is, wat het programma inhoudt en hoe de verwijzing verloopt.

Voor wie?

Als u in behandeling bent bij Libra R&A voor een neurologische aandoening en op zoek bent naar een betere balans in uw leven, dan kan dit groepsprogramma u hierin ondersteunen. Met neurologische aandoening bedoelen we diagnoses zoals Multiple Sclerose (MS) en Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH).

Deelname is wel afhankelijk van uw conditie. De voorwaarde om mee te kunnen doen is, dat u in staat bent om enige inspanning te leveren. Ook is het belangrijk dat u met voldoende aandacht en concentratie de onderdelen van het programma kunt volgen. Tijdens het programma houden de behandelaars natuurlijk rekening met uw verminderde belastbaarheid.

Wat houdt het programma in?

Het programma is vooral informatief. U krijgt informatie over de onderwerpen 'belasting en belastbaarheid' en het belang van een goede balans in uw dag- en weekindeling.

De volgende thema's komen aan de orde:

- Wat is vermoeidheid?
- Wat is belasting / belastbaarheid?
- Wat is voor u ontspanning?
- Activiteitendagboeken.
- Hoe hanteert u uw grenzen?
- Samenvatting en evaluatie.

Door middel van 'huiswerkopdrachten' maakt u al een begin naar een betere balans in uw leven.

Het programma

Het programma staat van tevoren vast en duurt zes weken. De bijeenkomsten zijn één keer per week en duren 75 minuten. Ze worden geleid door een ergotherapeut en een cognitief revalidatie therapeut.

Iedere groep bestaat uit minimaal vier en maximaal zes personen.

Verwijzing

Uw revalidatiearts bepaalt uiteindelijk, na raadpleging van de behandelaars, of u in aanmerking komt voor dit revalidatieprogramma. Zoals al eerder besproken, is deelname onder andere afhankelijk van uw conditie.

Wanneer?

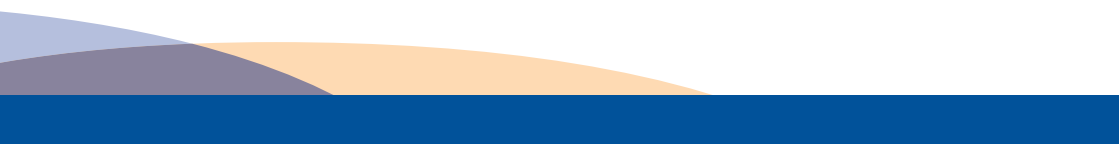
De groep start, bij voldoende deelname, op diverse momenten per jaar.

Meer informatie

Deze folder gaat in op de belangrijkste onderwerpen rondom het groepsprogramma energieverdeling. Het is echter onmogelijk om alle informatie die voor u van belang is hierin op te nemen. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen of zijn er onduidelijkheden, neem dan contact op met uw behandelaars.

Ook kunt u meer informatie over het groepsprogramma energieverdeling aanvragen via het infoadres

E: energieverdelingblixembosch@libranet.nl



LRA-B, oktober 2018 - oktober 2019



T 088 - 31 32 000
W www.libranet.nl

Locatie Blixembosch
Toledolaan 2
5629 CC Eindhoven
E blixembosch@libranet.nl

Locatie Weert
p/a Zorgcentrum St. I
Vogelsbleek 1, ingang
6001 BE Weert
E weert@libranet.nl

Locatie Leijpark
Prof. Stoltehof 3
5022 KE Tilburg
E leijpark@libranet.nl

