



Groepssessies omgaan met **vermoeidheid** na **NAH**

**Interactieve, kleinschalige groepssessies die telkens bestaan uit
2 luiken:**

o.l.v. klinisch **neuropsycholoog** Wouter Lambrecht en klinisch psycholoog i.o. Glynn Dierick krijg je inzicht in je vermoeidheidsklachten, leer je omgaan met verminderde belastbaarheid en krijg je handvaten om je energie zo efficiënt mogelijk in te zetten.



o.l.v. **kinesitherapeute** Yara Buyck werk je via oefeningen in groep aan het verhogen van je lichamelijke conditie en aan het optimaliseren van je bewegingspatroon zodat ook je fysieke belastbaarheid vergroot.

Voor wie? Mensen met een NAH. Minstens 4m na het oplopen van het letsel/ het stellen van de diagnose. Om de veiligheid tijdens de beweegsessies te kunnen waarborgen, moet je zelfstandig kunnen stappen zonder loophulpmiddel en iets kunnen oprapen van de grond zonder hierbij te vallen.

Waar? Hersenletselpraktijk – Palinghuizen 145, 9000 Gent

Wanneer? Donderdag 6/2, 20/2, 27/2, 6/3 — telkens van 16h tot 18h

Prijs: €150 voor de volledige reeks

Inschrijven: bellen naar 0488 69 43 24 of via de QR-code

min. 6 deelnemers - max. 10 deelnemers

