



Uitnodiging Café Brein

Café Brein is een trefpunt voor mantelzorgers (partners, familieleden en vrienden) en getroffen en van Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH). In elke bijeenkomst staat een onderwerp centraal dat in een ontspannen sfeer wordt toegelicht.

Datum: donderdag 16 januari 2020

Tijd: 20.00 – 21.30 uur, inloop vanaf 19.30 uur

Locatie: Activiteitscentrum Duinendaal,
Eerste Rompert 5 's-Hertogenbosch

Onderwerp: Mogelijkheden voor bewegen met hersenletsel

Het is belangrijk dat mensen met NAH in beweging blijven. Maar je weet vaak niet welke mogelijkheden er zijn om aan beweging of sport te doen op een manier, die het best bij jouw behoefte past. Luc van Eerd, consultant sport en bewegen bij de gemeente Den Bosch, zal ons iets vertellen over de mogelijkheden, die er in onze regio zijn en hoe hij je verder kan helpen om de juiste plek te vinden. Ook zal hij ons uitleggen hoe je hiervoor de website www.unieksporten.nl kunt gebruiken. Bienneke Jansen verzorgt een sport en bewegingsuur voor mensen met NAH bij atletiekvereniging Prins Hendrik in Vught: zij zal hierover vertellen en Diane van der Struijk zal uitleggen welke begeleiding bij bewegen zij te bieden heeft.

U hoeft zich niet aan te melden voor deze bijeenkomst en er zijn geen kosten aan verbonden.

Duinendaal is herkenbaar aan de puntdaken, parkeren kan voor de ingang. Een routebeschrijving vindt u op [website](http://www.nahcafedenbosch.nl).

Voor meer informatie kunt u terecht bij:
Jaap Croonen
Mail: jaap@doorenvoo.nl
<http://www.nahcafedenbosch.nl/brein/>

Meer informatie over Niet Aangeboren Hersenletsel is te vinden op:
<https://www.hersenletsel-uitleg.nl/>