

Thema van de avond en gastspreker

Kroegbazen Marije Stuart en John Bouwmans verwelkomen de bezoekers op de laatste Cafe Brein bijeenkomst van 2014. Sinds een paar jaar is het gebruikelijk dat de laatste bijeenkomst van het jaar een iets anders georganiseerde avond is. Dit keer is het een interactieve bijeenkomst die dan door alle aanwezigen samen wordt ingevuld.

Verder worden de drankjes aangeboden met een gesloten beurs en zijn er extra hapjes.

Het onderwerp van vanavond is *Allemaal verhalen*.

Het thema wordt voor de pauze ingeleid met een kort interview met Camiel Wijffels. Hij is ervaringsdeskundige en regelmatige bezoeker van Cafe Brein en heeft zijn verhaal in een boek verwerkt. Na de pauze wordt in subgroepjes aan de slag gegaan met het eigen verhaal.

Samenvatting van het gesprek met de gastspreker

De titel van het boek van Camiel is 'Je hersens in de pot vinden'. Het verhaal begon 20 jaar geleden toen hij een herseninfarct heeft gehad. Zijn verhaal is de basis voor het boek, hoewel het algemeen beschreven is zodat anderen zich erin kunnen herkennen.

Pas na 17 jaar is hij aan het schrijven gegaan want toen kon hij het CVA kon accepteren. Dat het zolang duurde voordat hij het kon accepteren was omdat hij zo normaal mogelijk wilde zijn.

Hij bleef echter tegen steeds dezelfde problemen aanlopen. Als voorbeeld: in 19 jaar tijd heeft hij 17 werkgevers gehad.

Een ander voorbeeld is dat hij nog steeds opstaat met het idee: 'ik kan de hele wereld aan' en dan blijkt iedere middag weer dat het niet zo is. In 2010 heeft hij via een therapie in Blixembosch (h)erkend dat het leven niet meer gewoon verliep vanwege dit hersenletsel.

Hoe was het om je ervaringen in boekvorm op te schrijven?

Het was fijn om stukken verhaal op te schrijven en ook leemtes op te kunnen vullen. Het was fijn om het van je af te schrijven en van de andere kant ook beangstigend om het in boekvorm uit te geven. Iedereen kan lezen hoe jij leeft.

Ook de rol en de inzet van de partner komt naar voren. Zonder partner zou ik niet normaal kunnen functioneren. Zij heeft een heel belangrijke rol. Zij heeft me altijd gesteund en gestuurd. Zonder haar was ik nergens. Voor de partner verandert er ook veel als iemand hersenletsel heeft. In de begintijd heeft zij dagboeken bijgehouden waaruit ik geciteerd heb.

Tips voor anderen in het delen van het verhaal? Waarom is delen belangrijk?

Voor de getroffene is het belangrijk kritisch naar jezelf te kijken en daarbij eerlijk te zijn.

Voor de partner is het belangrijk een eigen leven te blijven leiden, los van de relatie met de getroffene. Niet alleen maar opgaan in de getroffene met hersenletsel.

Ik vond het belangrijk dat mijn partner met haar eigen leven verder ging. Zij heeft dat van begin af aan kunnen blijven doen, bv haar sport blijven beoefenen. Voor mij was het rustig thuis als zij weg was.

Hoe heeft het jou geholpen om je verhaal te schrijven?

Ik heb het van me af kunnen schrijven. Ik was erg bezig met wat er 17 jaar geleden gebeurd was en wat er allemaal veranderd was. De directe omgeving realiseerde zich ook niet zo goed wat er met mij gebeurd was. Dat is nu veel beter en als het boek uitkomt, nog beter. Ik hoop dat ze een deel van het verhaal herkennen en houvast hebben aan de vele tips die erin staan.

Het boek komt in de tweede helft van 2015 uit. Wanneer mensen willen weten wanneer het boek beschikbaar is, en hoe ze het tegen die tijd kunnen kopen, kunnen ze een mailtje sturen naar het email adres: JeHersensInDePotVinden@gmail.com met als onderwerp: **intekenen**.

Dan krijgen ze vanzelf te zijner tijd een seintje.

Voor de pauze nog een **mededeling met oproep door Seth Kox**. Seth heeft het initiatief genomen om een werkplaats op te richten, MotorZ, voor personen met NAH en/of Autisme.

Het is bedoeld als dagbestedingstraject. De werkplaats onderscheidt zich van andere dagbestedingsmogelijkheden omdat het een mogelijkheid is voor personen die op techniek gericht zijn of in hun werkzame leven met techniek gewerkt hebben. Het is niet alleen dagbesteding maar er wordt ook iets gemaakt. Sjeff zelf werkt met oude motoren. Iemand die bij Philips gewerkt heeft kan zich bv bezig houden met versterkers. Voor mensen die al iets met techniek gedaan hebben kan het een aardige uitdaging zijn op het technische vlak. Ook zijn ze iets aan het creëren om een andere invulling aan het leven te geven bv samen naar een motorcross gaan. Techniek is als dagbesteding wat minder bekend bij NAH. Wellicht wordt de belangstelling groter als het in het netwerk bekend wordt gemaakt. Er is foldermateriaal aanwezig en de werkplaats is op Facebook te vinden onder MotorZ.

Toelichting door Liesbeth Hendriks van Steunpunt Mantelzorg Verlicht op interactieve thema 'Allemaal verhalen' wat ook op de landelijke Dag van de Mantelzorg gebruikt is.

De manier waarop deelnemers er toen mee gewerkt hebben was zo waardevol dat het ook als voorstel voor Café Brein geopperd is. Natuurlijk bepaalt ieder voor zich welke meerwaarde dit heeft.

Verhalen vertellen en delen is wel het wezenlijke van een mens. Het vertellen van verhalen om gehoord te worden is functioneel om in het leven te staan. De manier waarop en de mate waarin is voor iedereen anders, of je nu mantelzorg bent, de buurman, zus of collega. Voor iedereen is het van wezenlijk belang dat je je verhaal kan doen. De manier waarop is voor iedereen anders.

Vanavond gaan we dus met verhalen bezig zijn, ieder met zijn/haar eigen verhaal, in je eentje of je zoekt een maatje of je maakt samen met de tafel een verhaal. We beginnen doordat iedereen op een post it een woord opschrijft wat voor die persoon belangrijk is. De Post its worden op een flap geplakt.

Na de pauze kan ieder groepje een aantal woorden verzamelen die hen aanspreken en hierover een kort verhaal maken of een gedicht of een sinterklaasrijm of een sketch of een pantomime. Het hoeft allemaal niet groot, het kunnen ook 2 regels zijn. Je mag het delen maar je moet het niet delen. Jij bepaalt zelf hoever je gaat.

Liesbeth leest het verhaal 'Luisteren' (bijlage) voor als stimulerend voorbeeld.

Na de pauze

Er zijn bewonderenswaardige, eerlijke, ontroerende, herkenbare, humoristische, verdrietige verhalen naar buiten gekomen. Wat een mooie samenwerking, gehoord voelen, en een zeer voldaan gevoel over de prestatie die geleverd is. Iedereen wordt hartelijk bedankt voor het delen van al deze verhalen.

Datum volgende bijeenkomst en thema

Het volgende Café Brein is op 9 februari 2015 in het gebouw van ZuidZorg in de Le Sage ten Broeklaan 11 in Eindhoven met als thema: '*Communicatie met behulp van apps en tablets voor mensen met NAH*'

Wil je samenvattingen en aankondigingen ontvangen van Café Brein avonden in Eindhoven, meld je aan voor de Café Brein maillijst. Bel of mail Steunpunt Mantelzorg Verlicht 088 0031 288 of info@mantelzorgverlicht.nl