

# GENSTART

TRIVSEL EFTER  
ERHVERVET  
HJERNESKADE



Silkeborg  
Kommune



# GENSTART I SILKEBORG KOMMUNE



VELKOMMEN TIL NEURO-REHABILITERINGEN I SILKEBORG KOMMUNE. VI TAGER HÅND OM DIN VIDERE GENOPTRÆNING OG REHABILITERING EFTER DIN UDSKRIVELSE.

Vores fælles mål er at få dig tilbage til et godt liv igen, og vi vil tage godt imod dig og din familie.

I denne brochure kan du se, hvordan Silkeborg Kommune arbejder sammen med Region Midtjylland om at give dig et godt og sammenhængende rehabiliteringsforløb. Se de næste sider. Bagerst i brochuren kan du få et overblik over, hvad vi specifikt kan tilbyde dig i Silkeborg Kommune. Her finder du også telefonnumre og mailadresser på hjerneskadekoordineringen i din kommune.

Vi glæder os til samarbejdet med dig og din familie...



**Silkeborg**  
K o m m u n e

[silkeborg.dk/hjernesgade](http://silkeborg.dk/hjernesgade)



## FØLGERNE AF EN HJERNESKADE GRIBER IND I HELE LIVET. DENNE BROCHURE FORTÆLLER, HVORDAN DU FÅR HJÆLP TIL AT GENSTARTE LIVET EFTER EN ERHVERVET HJERNESKADE



En erhvervet hjerneskaade er en skade i hjernen, der opstår på grund af sygdom eller ulykke.

Ud over fysiske, mentale og følelsesmæssige ændringer, kan dit sociale og arbejdsmæssige liv også blive ramt. Følgerne af en hjerneskaade griber derfor ind i hele livet.

I starten er det hospitalet, der skal tage sig af din hjerneskaade og dens følger. Herefter skal din kommune koordinere et forløb, der hjælper dig med at få de tabte færdigheder og et

godt liv tilbage. Det kræver et nært samspil mellem hospitalet, din egen læge og din kommune. Og det kræver al den støtte, du kan få fra dine pårørende.

Denne brochure beskriver, hvilke opgaver hospitalet og kommunen varetager for at genstarte dit liv efter hjerneskaaden. Den viser også, hvor dine pårørende kan få hjælp. Selv om livet aldrig bliver det samme efter en erhvervet hjerneskaade, så får langt de fleste et godt liv igen.

# SÅDAN KAN FORLØBET SE UD...

Det handler om, på alle måder, at hjælpe dig tilbage til et godt og selvstændigt liv med de følger din sygdom kan have medført.



Du tilbydes hjælp til at få fritidsliv, familieliv og sociale relationer til at fungere



Har du tilknytning til arbejdsmarkedet, vil du få et forløb ved Jobcentret med henblik på at komme tilbage til arbejdsmarkedet, blive omskolet eller få en uddannelse



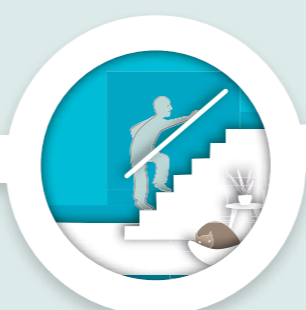
Du og kommunen evaluerer de første kortvarige indsatser, og hvordan du får koblet andre elementer på dit liv



Din kommune informerer om, hvor du og dine pårørende kan få støtte og hjælp gennem netværk og foreninger.



Boligstøtte / hjemmevejledning



Pleje, mestring og omsorg



Du udskrives og skal have hjælp fra din kommune og pårørende



Hospitalet informerer kommunen om dit behov for genoptræning



Din fysiske og mentale genoptræning startes på hospitalet



Dine pårørende og din kommune informeres om skadens omfang og dit behandlingsforløb



Hospitalet yder akut behandling og pleje



Ulykke eller sygdom - skaden sker



Din kommune koordinerer et forløb, der skal hjælpe dig tilbage til hverdagen



Den nødvendige genoptræning og rehabilitering igangsættes i samråd med dig



Fysioterapi og fysioterapeutisk træning



Ergoterapi og kognitiv genoptræning



Hjælpemidler og boligændringer



Specialundervisning

- Talepædagog
- Speciallærer
- Synskonsulent
- Hørekonsulent





# HOSPITALSOPHOLDET

HOSPITALET UDREDER, BEHANDLER OG STARTER NEUROREHABILITERINGEN AF DIG. NÅR DU ER INDLAGT, SKAL HOSPITALET SØRGE FOR DETTE:

Akut behandling og pleje

Diagnosticering og udredning

Beskrivelse og opstart af neurorehabiliteringen

Samtaler med pårørende

Udskrivelsessamtale med dig, dine pårørende og kommunen

Videregivelse af patientinformation til kommunen



Mens du er indlagt, har hospitalet ansvaret for at udrede, behandle, pleje, genoptræne og rehabiliterer dig. Det kan ske på forskellige afdelinger på regionens hospitaler, og der er mange sundhedspersoner involveret. Hospitalerne er inddelt i tre specialiseringsniveauer. Afhængig af omfanget og karakteren af din hjerneskade, kan du blive overflyttet til et andet hospital.

Du tildeles en kontaktperson på hospitalet. Hospitalet giver din kommune besked om, at du er indlagt med en hjerneskade og for-

tæller, når du er på vej til at blive udskrevet. Når du udskrives, skal hospitalet gøre rede for dine aktuelle behov for hjælp. Herefter har kommunen ansvaret for at koordinere et rehabiliteringsforløb for dig.

Før du udskrives, vil hospitalet som regel bestille tid til en konsultation hos din egen læge cirka fire uger efter din udskrivelse. Din praktiserende læge skal herefter løbende vurdere din tilstand og dit behov for hjælp og behandling.



## FAKTA OM HOSPITALERNE I REGIONEN



Regionens hospitaler er inddelt i tre specialiseringsniveauer på hjerneskadeområdet. Du kan blive overflyttet til et andet hospital, alt efter dit behov for behandling.

### Hovedfunktionsniveau

En neurologisk, medicinsk, neurokirurgisk eller infektionsmedicinsk afdeling på et af regionens hospitaler.

### Regionsfunktionsniveau

Neurorehabiliteringsafsnit på Regionshospitalet Skive, Neurologisk afdeling på Regionshospitalet Holstebro og Regionshospitalet Lemvig samt Regionshospitalet Hammel Neurocenter.

### Højt specialiseret funktionsniveau

Regionshospitalet Hammel Neurocenter



## DETTE SØRGER VI FOR, NÅR DU ER UDSKREVET FRA HOSPITALET

Hurtig etablering af rehabiliterende tilbud til dig

Koordinering af dit forløb

Evaluering af igangværende indsatser

Rådgivning og vejledning til pårørende

## HVAD ER REHABILITERING?

Rehabilitering handler om at genvinde og bibeholde de bedst mulige fysiske, psykiske, mentale, sociale og arbejdsmæssige evner, så du kan føre et selvstændigt og meningsfuldt liv. Rehabiliteringen baseres på hele din livssituation og består af en koordineret og sammenhængende indsats.

# HJÆLP PÅ KORT SIGT

LIGE EFTER EN HJERNESKADE SÆTTES DER IND FOR AT PRØVE AT GENVINDE DE TABTE FYSISKE, PSYKISKE, MENTALE OG KOGNITIVE FÆRDIGHEDER.



I den første tid efter en hjerneskade, er der gode muligheder for, at du kan genvinde nogle af de mistede færdigheder. Hjernen er "plastisk" og har en evne til at omforme sig livet igennem. Denne evne gør det muligt for dig at lære nyt. Det gælder om at tilrettelægge et forløb, som er tilpasset denne evne og dine behov.

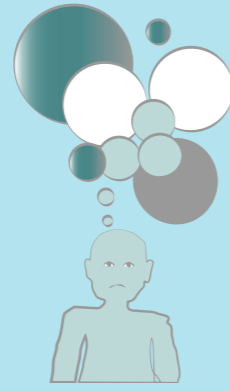
Især fysioterapeutisk træning, ergoterapeutisk træning og talepædagogisk undervisning indgår i starten af et rehabiliteringsforløb. Du vil få tilbudt en neurofaglig udredning og samtale, som hjælpen tilrettelægges ud fra. Desuden kan du søge din kommune om bostøtte, familiestøtte og socialfaglig rådgivning om privatøkonomi og forsørgergrundlag.





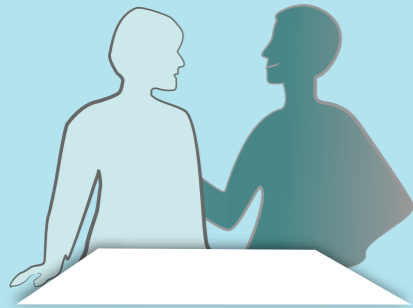
## FYSIOTERAPI

Fysioterapeutisk hjælp til at genvinde tabte bevægelser og fysisk styrke



## ERGOTERAPI OG KOGNITIV GENOPTRÆNING

Ergoterapeutisk hjælp til at genvinde kognitive og daglige aktiviteter



## TALETRÆNING

Hjælp til at genvinde talen og evnen til at kommunikere med andre mennesker



## NEUROFAGLIG UDREDNING

Samlet udredning af hjerneskadens følger og en konkret anbefaling af dit behov for hjælp for at vende tilbage til arbejdsmarkedet



## HJEMMEVEJLEDNING

Pædagogisk, praktisk og social støtte til hverdagens gøremål og livet i egen bolig



## FAMILIESTØTTE

Hjælp til at holde sammen på familien gennem supervision, støtte og botilbud

# HJÆLP PÅ LANG SIGT

PÅ LÆNGERE SIGT KAN DU HAVE BRUG FOR STØTTE TIL AT FÅ EN HVERDAG MED JOB, FRITID, UDDANNELSE, FAMILIE OG SOCIALE RELATIONER TIL AT FUNKERE.



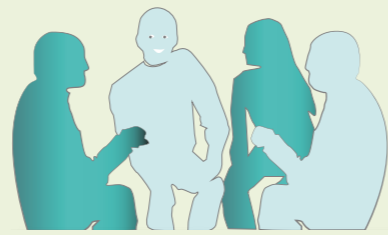
Når du kommer længere hen i din rehabilitering, skal din kommune hjælpe dig med at koble andre elementer på dit liv. Kommunen skal hjælpe dig med at få en aktiv, selvstændig og meningsfuld tilværelse. Hen ad vejen tilbydes du derfor støtte i forhold til uddannelse, arbejde, bolig, fritid, familieliv og sociale relationer.

Nogle vender tilbage til deres sædvanlige arbejde - måske på nedsat tid. Andre bliver ansat i et andet fag eller på særlige vilkår. Hvis det ikke er aktuelt eller muligt for dig at komme videre med arbejde eller uddannelse, så er det vigtigt at finde frem til aktiviteter, som på anden måde kan give dig en god og meningsfyldt hverdag.



### JOBMULIGHEDER

Har du tilknytning til arbejdsmarkedet, vil du få et forløb ved jobcentret med henblik på at komme tilbage på arbejdsmarkedet, blive omskølet eller få en uddannelse.



### VEJLEDNING TIL UDDANNELSE

Hvis du får behov for støtte og hjælp til at gennemføre en uddannelse, så hjælper din kommune dig.



### AKTIVITETS- OG SAMVÆRSTILBUD

Kommunen hjælper dig med at finde aktiviteter, der kan give dig en meningsfyldt og aktiv fritid.



### BOTILBUD

Hvis du på længere sigt ikke kan bo i eget hjem, så hjælper kommunen dig med at finde et andet sted at bo.

## HJÆLP TIL SELVHJÆLP...

Det er vigtigt for et godt liv, at du kan bestemme over din egen tilværelse. Derfor handler rehabilitering efter en hjerneskade om at træne alle de færdigheder, der gør dig selvhjælpen, så du kan bevare en selvstændig hverdag. Det handler om at give dig hjælp til selvhjælp.



# STØTTE TIL DIG, DER ER PÅRØRENDE

## DET KRÆVER MANGE MENNESKELIGE RESSOURCER AT VÆRE TÆT PÅ ÉN, DER SKAL HAVE STØTTE OG HJÆLP EFTER EN HJERNESKADE.

Alle i familien bliver ramt, når en nærtstående får en hjerneskade. Som pårørende bliver du udsat for både følelsesmæssige og praktiske belastninger. Tilværelsen kan være vendt på hovedet, og du kan have behov for hjælp -

både i den første tid og i tiden, der følger. Du kan hente støtte og sparring gennem særlige netværk, foreninger og psykologsamtaler. Se mere under din kommunes tilbud i denne brochure.

### SOM PÅRØRENDE KAN DU BLIVE SÅRBAR OG FÅ BEHOV FOR HJÆLP

Netværk giver dig mulighed for at tale med andre i en tilsvarende situation



Ved at tale med nogle, der forstår dig, kan du få luft for mange af de frustrationer og bekymringer, du har

Som pårørende til en hjerneskadet, får du en ny vigtig rolle

Du kan have glæde af at tale med andre i samme situation



# SILKEBORG KOMMUNE



## NÅR DU UDSKRIVES FRA HOSPITALET, TAGER KOMMUNEN OVER

Når du udskrives fra hospitalet, får du, som en del af din rehabilitering, oftest en genoptræningsplan med i hånden. Derefter tager Silkeborg Kommune over og tilbyder dig den form for genoptræning, som passer netop dig og din situation. For at dit genoptræningsforløb skal blive så sammenhængende som muligt, samarbejder

vi tæt med andre afdelinger - bl.a. Hjælpe midler, Socialafdelingen og Jobcentret.

Hvis du ikke har fået en genoptræningsplan med fra hospitalet, men efterfølgende får behov for hjælp, kan du henvende dig hos Visitationen i Sundheds- og Omsorgsafdelingen i Silkeborg Kommune (Se oplysninger på side 24).

# GENOPTRÆNING



## HVIS DU HAR FÅET EN GENOPTRÆNINGSPLAN

Når du har fået en hjerneskade, bliver du ofte udskrevet med en genoptræningsplan. Den sender sygehuset til vores visiterende terapeut, som kontakter dig senest 3 hverdage, efter vi har fået genoptræningsplanen. Du og terapeuten aftaler tid og sted for din genoptræning, som enten kan foregå i dit hjem, på vores genoptræningscenter eller på et døgnophold.

## GENOPTRÆNING I EGET HJEM

Nogle gange er det bedst, at din træning foregår i dit eget hjem. Det kan fx være, hvis du har kognitive følger af din sygdom og meget af træningen derfor skal handle om, hvordan du bedst muligt kommer til at klare dig selv igen. Træningen kan omfatte helt almindelige dagligdagsfunktioner som at tage bad, komme i tøjet, lave mad og klare indkøb og rengøring. Træningen kan også hjælpe dig med at komme i gang med dine fritidsaktiviteter igen.





### GENOPTRÆNING PÅ GENOPTRÆNINGSCENTER

Din genoptræning kan også foregå på et af kommunens træningscentre. Sammen med dig vil stedets fysio- eller ergoterapeut lave en handleplan med mål for din genoptræning. Træningen vil altid rette sig mod almindelige, daglige færdigheder, og det er en god idé, hvis du på forhånd har gjort dig nogle tanker om, hvad du gerne vil opnå. Hvis du selv kan komme til træning på vores center, skal du selv sørge for transport. Hvis det ikke er muligt, fx fordi du har kørselsforbud og ikke kan benytte offentlig transport, arrangerer vi kørsel for dig.

### GENOPTRÆNING PÅ DØGNOPHOLD

Hvis du har brug for døgnoptræning, vil du blive tilbudt ophold på Remstruplund Genoptræningscenter. Du bliver tilknyttet et team af forskellige fagpersoner. I løbet af den første uge er du og dine pårørende med til at sætte mål for din genoptræning. Du modtager fysio- og ergoterapeutisk træning, som tilrettelægges i forhold til dine behov. Det er også vigtigt, at du deltager så aktivt som muligt hele døgnet i at kunne gøre mest muligt selv. Genoptræningscentret samarbejder med de andre afdelinger - fx når du skal tilbage til enten din egen bolig eller til anden boligform.

# HJÆLP & HJÆLPEMIDLER

## HVIS DU HAR FÅET SVÆRE SKADER EFTER SYGDOMMEN

Hvis din sag er meget kompliceret, og du har fået svære skader efter sygdommen, er den almindelige genoptræningsplan ikke altid nok. Så sammensætter vi et tværfagligt team, som sammen med dig og dine pårørende inviteres ind til at drøfte, hvordan vi bedst muligt kan hjælpe dig. På et sådan møde deltager typisk de fagpersoner, som du vil komme i kontakt med. Samtidig deltager også de sagsbehandlere, der skal bevillige eventuelle indsatser, enten i kommunen eller uden for kommunen.

## STØTTE TIL UDVIKLING AF DINE PERSONLIGE FÆRDIGHEDER

Du kan i en periode få støtte og vejledning til forskellige daglige gøremål fx indkøb, styring af økonomi og ledsagelse til lægebesøg. Det kan også være støtte til at opsøge eller opretholde sociale netværk. Indsatsen gives både som gruppetilbud eller som individuel indsats, der hvor du bor.

## HJÆLP TIL TALEN HOS LOGOPÆD (TALEPÆDAGOG)

Typisk vil du allerede under indlæggelsen på hospitalet starte forløb hos talepædagog, hvis du har brug for det. Dette forløb vil ofte fortsætte, når du kommer hjem, enten som individuel indsats eller i gruppe. Silkeborg Kommune har abonnementsaftaler med specialiserede enheder i Region Midtjylland, hvis du får brug for særligt kommunikationsudstyr.

## HJÆLPEMIDLER ELLER BOLIGÆNDRINGER

Du har mulighed for at søge om hjælpemidler og boligindretning, hvis du har brug for det. Hjælpemidler og boligindretning skal medvirke til, at du får mulighed for at føre en så normal og selvstændig tilværelse som muligt og i størst mulig grad gøre dig uafhængig af andres hjælp i det daglige.

Det er en forudsætning for at få bevilget et hjælpemiddel, at du har en varig funktionsnedsættelse, og at hjælpemidlet i væsentlig grad letter din daglige tilværelse.

Hjælp ydes til det bedst egnede og billigste hjælpemiddel.

Hjælp til indretning af bolig kan bevilges, når indretning er nødvendig for at gøre boligen bedre egnet som opholdssted for dig.

## TILBUD I SUNDHEDSHUSET

Sundhedshuset i Silkeborg har en lang række tilbud til dig. Du kan bruge tilbuddene til at fastholde eller ændre din livsstil. Fx er der tilbud om en trivselssamtale og ud fra denne samtale kan du få råd og vejledning om relevante tilbud for dig. Der er for eksempel "motionstilbud om en mere aktiv hverdag", "hensynstagende træning", "madklub for mænd" og meget mere.

SE MERE PÅ SUNDHEDSHUSETS HJEMMESIDE;  
[SUNDHEDSHUSET.SILKEBORG.DK](http://SUNDHEDSHUSET.SILKEBORG.DK)  
OG PÅ SILKEBORG KOMMUNES HJEMMESIDE  
FOR KONTAKTOPLYSNINGER





# BOMHOLTHUS

BOMHOLTHUS ER ET DAGTILBUD TIL SENHJERNESKADEDE. HER FÅR DU HJÆLP TIL – I VIDEST MULIGT OMFANG – AT BLIVE I STAND TIL AT MESTRE HVERDAGSLIVET OG OPLEVE STØRST MULIG INDFLYDELSE OG GLÆDE PÅ EGET LIV.



## VI HJÆLPER DIG MED:

- strukturering af dagligdagen ved hjælp af døgn- og ugeplaner
- kontakt til offentlige instanser og giver støtte til at agere rundt i systemet og fastholde og forstå informationer
- socialt samvær og støtter dig i at indgå i sociale relationer og til at etablere og fastholde kontakter
- Derudover gør vi meget ud af at inddrage pårørende og hjælpe dem med at forstå og mestre livet sammen med en hjerneskadet.

Man skal visiteres til et tilbud på Bomholthus gennem Socialafdelingen





**jobcenter**  
Silkeborg

## TIL DIG DER VIL TILBAGE I JOB & UDDANNELSE

Hvis du har brug for at tale med en jobkonsulent angående sygedagpenge eller kontanthjælp i forbindelse med din sygdom kan du ringe til Jobcenter Silkeborg på tlf: 8970 5700 eller [jobcenter.silkeborg.dk](http://jobcenter.silkeborg.dk)



## JOBCENTRET

**JOBCENTRETS KERNEOPGAVE ER AT SKABE DE BEDSTE MULIGHEDER FOR, AT KOMMUNENS BORGERE KAN FASTHOLDE NUVÆRENDE JOB ELLER VENDE TILBAGE TIL UDDANNELSESYSTEMET.**

Når man er i forløb i Jobcentret, bliver der lavet en individuel tilrettelagt plan mellem dig og din sagsbehandler. Denne plan har man pligt til at deltage i. Planen kan f.eks. indeholde følgende; Et individuelt tværfagligt forløb for borgere med erhvervet hjerneskade, støttet forløb tilbage i nuværende arbejde, virksomhedspraktik, værkstedsafprøvning og arbejdspladsindretning. Derudover kan der i forløbet være mulighed for samtaler med psykolog og fællesundervisning f.eks. om; "hvad betyder det at have en hjerneskade" og om "sygdomserkendelse og sorgprocesser". Jobcentret arrangerer også arrangementer for pårørende. Henvielse til Jobcentrets tilbud sker på baggrund af en samlet vurdering af din sagsbehandler på Jobcentret. Du kan læse mere om tilbuddene på Jobcentrets hjemmeside; [silkeborg.dk/jobcenterets-tilbud](http://silkeborg.dk/jobcenterets-tilbud)





### **AKTIVITETSTILBUD ROSENGÅRDSENTRET**

er et aktivitetscenter for pensionister og førtidspensionister. Her kan du deltage i mange forskellige aktiviteter. Du skal som bruger selv involvere dig efter lyst og evne og bidrage til at skabe fælles positive oplevelser. Se mere på; [rosengaardcentret-silkeborg.dk/](http://rosengaardcentret-silkeborg.dk/)

### **BLÅGÅRD**

tilbyder udeaktiviteter indenfor skovarbejde og friluftsliv til borgere med fysiske og psykiske handicaps. Her kan du deltage i mange forskellige aktiviteter, som kan bidrage til

en alsidig hverdag med udgangspunkt i dine ønsker og behov. Aktiviteterne planlægges i de enkelte grupper, men aktiviteterne kan også blive til i et samarbejde på tværs af flere grupper.

### **NEUROUNDERVISNING**

Neuroundervisning er en del af det samlede tilbud til dig, der har en erhvervet hjerneskade.

Neuroundervisning udføres af speciallærere fra Lysbro Uddannelsescenter. Målet er at fremme din mulighed for aktiv deltagelse i samfundslivet og forbedre dine kognitive

færdigheder og give dig nogle kompensations teknikker, som du kan få gavn af i dit fremtidige liv. Er du interesseret i et neuroundervisningstilbud, kan du rette henvendelse til Voksenrådgivningen på telefon 23 24 97 28

### **HJERNESKADEFORENINGEN**

På hjemmesiden [Hjerneskadet.dk](http://Hjerneskadet.dk) kan du finde relevant information og oplysninger om hjernen og hjerneskader. Her kan du også finde den lokale hjerneskadeforening i Silkeborg, som har mange arrangementer for både dig og dine pårørende.





# SILKEBORG KOMMUNES KONTAKTOPLYSNINGER

## HJERNESKADEKOORDINERING

I Silkeborg Kommune har vi en funktion, der hedder "faglig rådgivning". Her kan du eller dine pårørende få råd og vejledning i forbindelse med de faglige spørgsmål, du måske har i forbindelse med din sygdom. Sagsbehandlere og øvrige samarbejdspartnere, fx fagpersoner på hospitalerne eller din praktiserende læge kan også kontakte denne funktion, hvis det handler om et fagligt spørgsmål.

### Kontakt Faglig Rådgivning:

Ergoterapeuterne Ellen Bjerg og Annette Præstmark

Telefonisk træffetid: mandag og onsdag: kl. 8.30-10.00

Ellen Bjerg: 21 71 84 90 - Annette Præstmark: 21 64 21 91

EllenKatballe.Bjerg@silkeborg.dk - Annette.Praestmark@silkeborg.dk

I Silkeborg Kommune har vi et tværgående hjerneskadeteam. Teamet sammensættes ad-hoc, med udgangspunkt i dit specifikke behov og består derfor af relevante fagpersoner og sagsbehandlere, som er aktuelle for din situation. Teamet foretager en tværfaglig behovsvurdering som baggrund for sammensætning af indsatsen. Teamet behandler sager, der er karakteriseret som komplekse og sager, der går på tværs af afdelinger.

Tovholder for teamet er;

Specialkonsulent - Planlægning og udvikling på hjerneskadeområdet

Charlotte Brøndum

cb1@silkeborg.dk

Tlf: 21 19 31 12

## MYNDIGHEDSAFDELINGEN

Når du udskrives fra hospitalet, sendes alle henvendelser til udskrivningsteamet Visitation Sundhed & Omsorg, som behandler din henvendelse eller henviser dig til rette sagsbehandler/afdeling.

Træffetid

Man-tors: 08:00-10:00 og 12:00-15:00 - Fre. 08:00-13:30

Tlf: 89 70 18 76

visitationsgruppen@silkeborg.dk

## EGEN LÆGE

Det er vigtigt, at du under dit sygeforløb har løbende kontakt til egen læge, som kan støtte og vejlede dig.

# TILBUD, NETVÆRK OG AKTIVITETER:



## CAFÉ

Hver fredag fra 9-11.00 er der "samværskaffe" i Rosengaardscentret café på Tulipanvej 2, 8600 Silkeborg  
Arrangeres af Hjerneskadeforeningens lokalafdeling (29 84 61 14)

## SELVHJÆLPSGRUPPER

Selvhjælp Silkeborg: Se hjemmeside: Selvhjaelpsilkeborg.dk · Tlf: 86 80 58 78  
Selvhjælp Silkeborg etablerer netværk og grupper for borgere og pårørende.

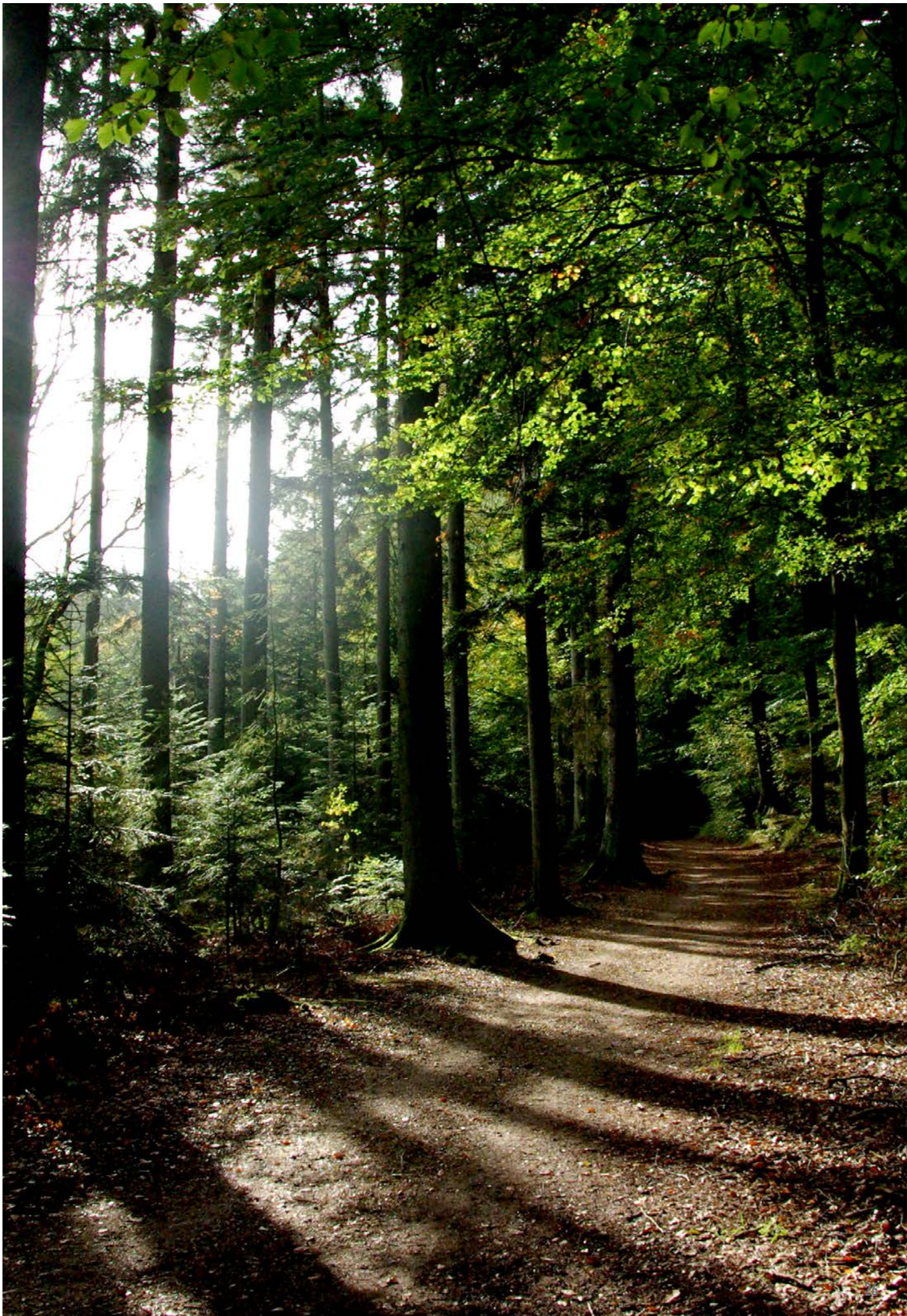
## HJERNESKADEFORENINGEN

hjerneskadet.dk. Hjerneskadeforeningen formand Anne Grethe Nyborg  
14E - mail: annegrethenyborg@gmail.com

Tlf: 29 84 61

FIND MERE INFORMATION PÅ  
[SILKEBORG.DK/HJERNESKADE](http://SILKEBORG.DK/HJERNESKADE)





**DINE NOTER:**

A series of horizontal white lines on a light beige background, intended for writing notes.



# DU ER IKKE ALENE!

Hvert år rammes ca. 18.000 mennesker i Danmark/danskere af en hjerneskade. Uanset om man selv er ramt eller er pårørende, er det en stor omvæltning, som kræver store menneskelige ressourcer. Heldigvis kommer mange godt gennem forløbet og har en historie at fortælle, som kan inspirere og motivere andre. Se filmen om Rasmus og få mere at vide på:



**SILKEBORG.DK/HJERNESKADE**  
– HER FINDER DU ET LINK TIL:

  
**GENSTART**  
en hverdag efter hjerneskaden

