

## Locatie

Voor alle bijeenkomsten:

Icare Zwolle Zuid  
Forelolk 55  
8017 PM Zwolle

## Tijd

14.30 – 16.30 uur  
Ontvangst vanaf 14.15 uur

## Kosten

Voor u zijn aan deze bijeenkomsten geen kosten verbonden.

## Aanmelden

Aanmelden voor de themabijeenkomsten kan bij de Transmurale Stroke Service Zwolle.

Via e-mail: [tssz@careketens.nl](mailto:tssz@careketens.nl)

Telefonisch: 038 – 424 2910

[www.beroertezwolle.nl](http://www.beroertezwolle.nl)

## Contact en informatie

### Transmurale Stroke Service Zwolle e.o.

Yfke Nawijn, programmacoördinator  
Zorgketen TSSZ  
Tel. 038 – 424 2910  
E-mail: [tssz@careketens.nl](mailto:tssz@careketens.nl)

### Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet!

Nieske Huisman  
Assendorperstraat 48  
8012 CA Zwolle  
Tel. 038 – 422 5200  
E-mail: [mantelzorg@zwolledoet.nl](mailto:mantelzorg@zwolledoet.nl)



Betrokken bij iemand die  
een beroerte (CVA) heeft  
gehad?

**Themabijeenkomsten  
voor mantelzorgers**

**Najaar 2015**

Vrijwilligerscentrale  
**ZwolleDOET!**

Uw partner/familielid/naaste is opgenomen (geweest) in het ziekenhuis, revalidatiecentrum of verpleeghuis in verband met een beroerte (CVA). Degene die een CVA heeft gehad ervaart direct de gevolgen ervan en krijgt hiervoor therapie en voorlichting. Vaak volgen er diverse afspraken en leeft u bij de dag. Als er daarna weer rust komt, dringen zich allerlei vragen op als: hoe ziet ons leven er verder uit? Wat betekent dit voor mij, voor onze relatie? Hoe ga je daarmee om en hoe doen anderen dat, die in dezelfde situatie zitten? Hoe kun je het best voor jezelf en je partner zorgen? Waar kun je terecht voor hulp en steun? Deze en andere vragen staan centraal in een aantal themabijeenkomsten.

De bijeenkomsten worden geleid door deskundigen van de Zorgketen na een beroerte (ziekenhuis, revalidatiecentrum, thuiszorg en verpleeghuizen in Zwolle en omgeving) en Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! In elke bijeenkomst krijgt u informatie over een thema en is er gelegenheid ervaringen te delen en vragen te stellen.

U kunt de bijeenkomsten afzonderlijk of als serie bijwonen. We vragen u om u aan te melden per bijeenkomst.

Vrijwilligerscentrale  
**ZwolleDOET!**

## Programma

### Maandag 21 september 2015

**Thema:**  
**Wat is een beroerte?**  
Gevolgen van een beroerte (CVA)

Wat gebeurt er bij een CVA en wat zijn de gevolgen voor het dagelijks leven?

### Maandag 5 oktober 2015

**Thema:**  
**Onzichtbare gevolgen na een beroerte**  
Veranderde emoties en gedrag

Als er door een hersenaandoening (zoals een beroerte) iets misgaat in de hersenen, kunnen er veranderingen optreden in iemands emoties en gedrag. Deze gevolgen zijn voor anderen niet meteen zichtbaar, maar kunnen voor direct betrokkenen wel ingrijpend zijn

### Maandag 26 oktober 2015

**Thema:**  
**Zorg voor jezelf**  
Hoe raak ik niet overbelast

Mantelzorg kan intensief zijn, het is belangrijk dat u als mantelzorger ook goed voor uzelf zorgt. Hoe gaat u om met uw eigen stress en vermoeidheid en wat kan u daarbij helpen?

### Maandag 16 november 2015

**Thema:**  
**Bij wie kun je terecht?**  
Durf te vragen

Aan de orde komt welke mogelijkheden er zijn voor ondersteuning en waar u terecht kunt met allerlei soorten vragen. Ook geven we handvatten hoe u hulp kunt inschakelen.



De zorgketen na een beroerte regio Zwolle bestaat uit :

ZIEKENHUIS [Isala](#)  
REVALIDATIECENTRUM [De Vogellanden](#)  
THUISZORGORGANISATIES [Icare](#) – [Carinova](#)  
INTERAKTCONTOUR  
VERPLEEGHUIZEN [RCIJ Zwolle](#), [RCIJ Kampen](#) – [Het Zonnehuis](#)  
– [De Voord](#) – [Wendhorst](#) – [Zorgspectrum Het Zand](#)