

# Netværks- gruppe for pårørende

**For dig som er pårørende til et menneske med erhvervet hjerneskade, der ikke længere er erhvervsaktiv**



**Gentofte  
Kommune**

Februar 2025

# Information om netværksgruppen

## Hvad er en erhvervet hjerneskade?

En erhvervet hjerneskade er en pludselig opstået skade i hjernen, som kan ramme forskellige funktioner i hjernen.

Følgerne kan være synlige, som fx lammelser og talebesvær. De kan også være usynlige, som fx træthed, problemer med hukommelsen, overblik og/eller koncentration.

## Hvad kan du bruge netværksgruppen til?

I netværksgruppen kan du blive klogere på de ændrede livsvilkår, som hjerneskaden kan have medført og vende tanker og erfaringer med ligesindede. Undervejs får du mulighed for:

- at møde andre i en lignende situation og skabe netværk
- at vende udfordringer og svære problemstillinger fra hverdagen
- at få viden om hjerneskade, herunder synlige- og usynlige udfordringer, som kan være forbundet med hjerneskaden
- at få viden om kommunens tilbud og muligheder samt gode råd.

## Hvem er netværksgruppen for?

Netværksgruppen er for dig, som er tæt på et menneske med erhvervet hjerneskade.

Gruppen er et tilbud til dig, der gerne vil vide mere om, hvordan en hjerneskade kan virke hverdagen, samt har lyst til at deltage i gensidig erfaringsudveksling.



## Indhold i pårørendegruppen

Indholdet tager udgangspunkt i forskellige temaer, som former sig undervejs alt efter deltagernes behov. Temaerne kan fx være:

- Hvad er der sket i hjernen?  
Synlige og usynlige følger efter en hjerneskade
- Hvordan kan en hjerneskade påvirke hverdagens aktiviteter både hos den ramte og i familien?
- Hvordan kan familierelationen ændres efter en hjerneskade?  
Nye roller, parforhold og sorg/krise
- Hvordan passer jeg på mig selv som pårørende?
- Hvor er det muligt at finde hjælp og hvad er der af tilbud?

## Tid og sted

Netværksgruppen foregår over fem tirsdage kl. 14-15.30.

Datoerne er: 15. april, 22. april, 29. april, 13. maj og 20. maj 2025.

Gruppen mødes i Byens Hus, Hellerupvej 24, 2900 Hellerup, 3. sal, lokale: Mødestedet

## Sådan tilmelder du dig

Hvis du vil deltage i netværksgruppen, skal du kontakte hjerneskadekoordinator Anja Skau Tørring, telefon 21 24 93 44 eller mail [astg@gentofte.dk](mailto:astg@gentofte.dk). Husk ikke at sende personfølsomme oplysninger.

Der er tilmeldingsfrist den 31. marts 2025.

## Yderligere information

Du kan læse mere om erhvervet hjerneskade på Gentofte Kommunes hjemmeside [www.gentofte.dk/hjerneskade](http://www.gentofte.dk/hjerneskade)



**Gentofte  
Kommune**

The page features several large, solid orange shapes of various sizes and orientations, including circles and teardrop-like forms, scattered across the white background. These shapes are positioned in the top-left, top-right, middle-right, and bottom-right areas.

Gentofte Kommune  
Bernstorffsvej 161  
2920 Charlottenlund

**Gentofte.dk**