

COGNITIEVE PROBLEMEN NA EEN BEROERTE: GEHEUGEN, AANDACHT EN DAGELIJKS LEVEN

Voor families en naasten van een persoon die een beroerte heeft gehad en cognitieve stoornissen vertoont

Begrijpen, aanpassen en ondersteunen zonder druk te creëren

Duur : 2 uur	Modules : 4 modules
Lessen : 16 lessen	Doelgroep : Families en naasten van CVA-patiënten met cognitieve stoornissen
Formaat : 100 % online, asynchroon	Aanbieder : N° 11757351875
Certificering : Qualiopi	Tarief : Op aanvraag

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Opleidingsbeschrijving

Na een beroerte kan uw naaste geheugenproblemen, concentratiestoornissen en organisatiemoeilijkheden vertonen. Deze onzichtbare problemen worden vaak slecht begrepen – men denkt dat de persoon niet oplet of geen moeite doet. Deze tweeuurstraining legt de neurologische oorsprong van deze cognitieve stoornissen uit, hun concrete impact op het dagelijks leven, en biedt praktische strategieën om de thuisomgeving aan te passen. U leert hoe u effectief kunt communiceren, cognitieve stimulatie kunt ondersteunen zonder druk, en ook hoe u als mantelzorger voor uzelf kunt zorgen.

Module-overzicht

MODULE 1	Begrijpen van cognitieve stoornissen na een CVA	4 lessen
MODULE 2	Aanpassen van het dagelijks leven	4 lessen
MODULE 3	Stimuleren zonder druk	4 lessen
MODULE 4	U, als naaste	4 lessen

Leerdoelen

Leerdoelen

- De verschillende cognitieve functies die door een beroerte kunnen worden aangetast begrijpen
- Het dagelijks leven en de thuisomgeving aanpassen om cognitieve stoornissen te compenseren
- Effectieve communicatiestrategieën toepassen die aangepast zijn aan cognitieve moeilijkheden
- Cognitieve stimulatie integreren in het dagelijks leven zonder druk of testen
- De juiste hulpmiddelen en ondersteuning vinden voor uw naaste en voor uzelf als mantelzorger

Algemene informatie

Duur	2 uur
Doelgroep	Families en naasten van personen die een beroerte hebben gehad met cognitieve stoornissen
Vereisten	Geen, training toegankelijk voor alle volwassenen
Tarief	Op aanvraag – BTW niet van toepassing (artikel 261-4-4° van CGI)
Certificering	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisatie	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

Les 1 - Welke cognitieve functies kunnen aangetast worden?

- Het geheugen: onmiddellijk, recent en oud geheugen
- Aandacht en concentratie: moeite om gefocust te blijven
- Executieve functies: plannen, organiseren, beslissen
- Verwerkingsnelheid: alles kost meer tijd

Les 2 - Waarom deze stoornissen van de ene persoon naar de andere variëren

- De locatie van de laesie bepaalt de aangetaste functies
- Twee vergelijkbare beroertes kunnen verschillende profielen geven
- Cognitieve stoornissen kunnen verbeteren met stimulatie
- De neuropsychologische evaluatie en het gebruik van resultaten

Les 3 - Wat uw naaste meemaakt met deze aandoeningen

- Frustratie om te vergeten zonder controle
- Schaamte voor herhaalde vergeetmomenten
- Angst bij het anticiperen op falen
- Geleidelijke terugtrekking om gebreken te vermijden

Les 4 - Cognitieve problemen na een CVA onderscheiden van dementie

- CVA-stoornissen betekenen niet automatisch Alzheimer
- Verschil tussen vasculaire dementie en CVA-gevolgen
- Signalen die een medische consultatie vereisen
- Waarom een nauwkeurige diagnose belangrijk is

Les 1 - De omgeving aanpassen om de stoornissen te compenseren

- Simplificeren: elke zaak op zijn plaats, altijd dezelfde plek
- Visuele hulpmiddelen: lijsten, tabellen, post-its, kalenders
- Afleiders verminderen: geluid, televisie, gelijktijdige gesprekken
- Routines als vervanging voor geheugen

Les 2 - Adapteren van uw communicatie en verzoeken

- Eén instructie tegelijk geven
- Tijd nemen voor verwerking voordat opnieuw vragen
- Herformuleren in plaats van herhalen
- Zinnen niet afmaken: laat de inspanning toe

Les 3 - De nuttige technische en digitale hulpmiddelen

- Herinnerings- en agenda-applicaties voor CVA-patiënten
- Digitale cognitieve stimulatiehulpmiddelen zoals JOE
- Geheugenboekjes: opschrijven om niet te hoeven onthouden
- Aangepaste horloges en telefoons

Les 4 - Omgaan met falen met zorgzaamheid

- Hoe te reageren wanneer uw naaste iets belangrijks vergeet
- Niet elke vergissing melden: recht op fouten behouden
- De-dramatiseren zonder te minimaliseren
- Samen compensatiestrategieën opbouwen

Les 1 - Waarom cognitieve stimulatie belangrijk is

- Hersenplasticiteit: aanpassing blijft mogelijk na CVA
- Regelmatige stimulatie als hulpmiddel voor herstel
- Verschil tussen stimuleren en testen

- Stimulatie integreren in het gewone leven

Les 2 - De activiteiten die dagelijks stimuleren

- Lezing, kruiswoordpuzzels, aangepaste bordspellen
- Het gesprek als natuurlijke cognitieve stimulatie
- Handwerk, koken, tuinieren: procedureel geheugen
- Muziek als krachtig en toegankelijk hulpmiddel

Les 3 - Gebruik de digitale stimulatiehulpmiddelen

- Toepassingen voor cognitieve stimulatie aangepast aan post-CVA zoals JOE
- Een digitale stimuleroutine zonder druk instellen
- Samen doen in plaats van alleen voor het scherm
- Moeilijkheid aanpassen om vooruitgang zonder frustratie te bereiken

Les 4 - Wat je niet moet doen

- Het geheugen niet testen om vooruitgang te meten
- Niet elke fout voor anderen corrigeren
- Prestaties niet angstig tussen sessies vergelijken
- Stimulatie niet opgeven na één keer weerstand

MODULE 4

U, als naaste

4 lessen

Les 1 - De uitputting door cognitieve stoornissen

- Dezelfde informatie twintig keer per dag herhalen
- Eenzaamheid van de mantelzorg bij moeilijke gesprekken
- Frustratie om de trage vooruitgang
- Deze uitputting zonder schuldgevoel erkennen

Les 2 - Pas uw eigen verwachtingen aan

- Cognitief herstel kost maanden, soms jaren
- Realistische en geleidelijke doelen stellen met het zorgteam
- Kleine vooruitgangen waarderen
- Leven met onzekerheid over het herstel leren

Les 3 - Ondersteuning vinden

- Praten met mensen die het begrijpen: verenigingen, praatgroepen
- Psychologische ondersteuning voor mantelzorgers
- Professionele hulpbronnen: neuropsycholoog, maatschappelijk werker
- Betrouwbare informatieplatforms over cognitieve stoornissen

Les 4 - De toekomst met helderheid anticiperen

- Regelmatig de evolutie evalueren met het medisch team
- Behoeften aan menselijke hulp anticiperen
- Beschikbare voorzieningen kennen: MDPH, APA, thuisdiensten
- Belangrijke beslissingen nemen terwijl uw naaste kan deelnemen

Lesmethoden

- Online training, toegankelijk op elk moment
- Video's, infographics en downloadbare praktische documenten
- Concrete casestudies en aanpassingsvoorbeelden
- Toegang tot de training gedurende 1 jaar na inschrijving