

# Hjerneskadeforeningen Vestsjælland inviterer til foredrag torsdag den 16. november kl. 14.00 på Værkerne, Fredriksvej 27, 4180 Sorø



Et tilbud for medlemmer af Hjerneskadeforeningen Vestsjælland samt til hjerneskaderamte, pårørende, fagpersoner, kommuner.

Mange oplever træthedssymptomer, som er genkendelige med hjerneskadetræthed.

Pris kr. 30,- pr. person. Husk tilmelding (af hensyn til plads, kaffe/te og kage) til

Hjerneskadeforeningen Vestsjællands formand Lise Kiving på 2299 3972 eller [lise-n@live.dk](mailto:lise-n@live.dk)



Kenneth Kinastowski

Der bliver ofte snakket om hjernetræthed. I sit foredrag fortæller Kenneth om at leve med hjernetræthed som en følgesvend.

Kenneth er far til 2 døtre og morfar. Kenneth blev i 2010 syg med en hjernebetændelse (encephalit), hvilket resulterede i et langvarigt sygdomsforløb og efterfølgende hjerneskade.

I foredraget vil Kenneth fortælle om livet med den hjerneskadetræthed, som han oplever på egen krop, men som han har lært at leve med.

Kenneth fortæller:

Jeg vil blandt andet fortælle om nogle forskellige virkemidler, der har vist sig gavnlige for mig. Det har været en stejl læringskurve med en masse bump på vejen. Jeg har dog fundet ud af at tackle og håndtere trætheden og den søvnsygdom, jeg også har. I dag er jeg et sted, hvor jeg får optimal udnyttelse af den mentale energi, jeg har tilbage.

Jeg fortæller om livet med hjerneskade og de 8 faser til erkendelse og accept af hjerneskaden. Som altid er det med udgangspunkt i min egen fortælling og oplevelse med hjerneskaden.

Vi glæder os til at møde jer alle og få nogle lærerige og hyggelige timer sammen. Vi mødes på Værkerne i Sorø.

HUSK tilmelding til Vestsjællands formand, Lise Kiving, på mobil 2299 3972.

Har I spørgsmål om arrangementet, er I velkommen til at kontakte Lise.

Læs mere om dagen på [www.hjerneskadeten.dk](http://www.hjerneskadeten.dk)

