

<Beste groepsleden!>

Allen van harte welkom in onze groep 'overprikkeling bij hersenletsel'. Voel je vrij een discussie te starten of om naar kennis te vragen en of deze te delen.

We hebben voor de groep een gebruiksaanwijzing om het hier zo soepel mogelijk te laten verlopen.

<Kennisbank >

We hebben op onze website www.hersenletsel-uitleg.nl een kennisbank staan. Op deze pagina vindt je heel veel kennis en tips terug die hier in het verleden zijn gedeeld. De link naar de kennisbank is <http://www.hersenletsel-uitleg.nl/.../kennisbank-overprikkeli...>

Hier heb je een wachtwoord voor nodig die is op te vragen via persoonlijk bericht (pb) bij een van onze beheerders Arnie Craninckx, Yvonne Loijenga, Ans Post, Ariana van Schaaijk, Manon de Koning of Martine van Gijn.

Als je iets in een discussie belangrijk vindt dat dit later in de kennisbank bewaard moet worden, dan plaats je in het oorspronkelijke bericht: [#kennisbank](#) Ook zullen anderen regelmatig vragen of je het woord [#kennisbank](#) wil opnemen in je bericht als zij het bericht belangrijk vinden. Zo bouwen we samen aan één grote kennisbank vol waardevolle informatie en tips.

Houd het wachtwoord voor jezelf. We doen dit voor jou en niet voor commerciële hersenletsel organisaties opdat die tekst overschrijven. We zullen het wachtwoord ook regelmatig veranderen en dat melden.

<Overzicht bewaken en doel van de groep overprikkeling bij hersenletsel >

Jullie zijn allemaal toegevoegd in deze groep omdat je overprikkeling kent in je eigen leven. Om overzicht te bewaken proberen we in deze groep wat meer de nadruk te leggen op overprikkeling / hersenletsel kennis items, vragen en discussies over overprikkeling en of hersenletsel gerelateerd.

Zo nu en dan, iets in de trend van lief en leed wordt oogluikend toegestaan. Wordt dit echter teveel door een persoon gedaan zullen we je per persoonlijk bericht benaderen en vragen om dit in onze lief en leed groep voort te zetten.

< Witregels >

Het gebruik van witregels in grote lappen tekst is voor de meeste groepsleden een noodzaak. Zo kan iemand het bericht lezen zonder dansende letters en visuele overprikkeling. Eenvoudig shift en enter na enkele zinnen houdt het voor een ieder leesbaar.

< Geen gekleurde achtergrond kiezen voor je tekst >

We hebben veel mensen in de groep die last hebben van tekst op kleurtjes achtergrond. Zij raken

visueel overprikkeld, dus uit solidariteit houden we alles rustig wit.

< Commerciële links en /of reclame en regels t.o.v. bronvermelding >

We kunnen geen reclame of commerciële links toestaan als dit om jouw eigen winstbelang gaat of winstbelang van vrienden /familie.

Betreft het echter om een link als TIP voor hulpmiddelen ten behoeve van overprikkeling zoals oordoppen, slaapmaskers, brillen, zwaartedekens, koelvesten etc. etc. dan kan dat weer wel. Ook mogen tips gegeven worden over boeken over hersenletsel, rouwverwerking hoe om te gaan met een beperking etc. etc. en/of elektrische fietsen, scootmobiel etc.

Het spreekt voor zich dat je geen auteursrechten mag schenden als je tekst overneemt, dus altijd bronnen vermelden en niet meer dan een alinea kopiëren /plakken.

< Vriendelijk, zorgzaam en een gezellige groep >

Het belangrijkste is dat mensen zich thuis kunnen voelen in deze groep en iedereen wil met respect behandeld worden. Niet iedereen is echter even ver in het verwerken van zijn/haar letsel. Ieder letsel en persoon is verschillend. De een is kwetsbaarder dan de ander, hou hier alsjeblieft rekening mee. We zien graag dat een ieder hier in zijn verwerking groeit i.p.v. dat mensen elkaar in de put praten.

Hier zijn we extra alert op en mocht het echter toch gebeuren, graag hier melding van maken bij het beheer. Die zullen dan overleggen welke gevolgen hier opvolgen.

We hoeven er niet verder op in te gaan dat racisme, geweld, schelden, scheldwoorden, dreigen, extreme visies in deze groep NIET KUNNEN.

Ondervind je toch problemen met een ander lid? Met wederzijds begrip komen we een heel eind. Maar mocht het voorkomen dat er toch problemen voordoen, spreek dit uit met de ander via een persoonlijk bericht aangezien we hier geen woordenstrijd in de groep willen.

Mocht het echter niet lukken meld dit bij het beheer. Wij zetten de discussie dan even stil, en vragen via persoonlijk bericht om rust. Wij overleggen dan altijd even met de andere beheerders hoe het op te lossen.

< Alternatieve geneeswijzen >

Omdat deze groep onder de website valt van hersenletsel-uitleg heeft het bestuur daar gekozen dat we geen alternatieve geneeswijzen kunnen promoten hier in de groep. Zie het beleid op <http://www.hersenletsel-uitleg.nl/.../onze-missie-over-deze-s...>

Ook zijn mensen vaak kwetsbaar op zoek in die hoop naar wat 'strohalmen' genoemd kunnen worden en dat kan de zoektocht naar nieuwe ik en de rouw om wat niet meer gaat, belemmeren. Promoot het niet.. Onder alternatief valt ook hypnose, mindfulness zolang het onderzoek daarna naar de lange termijngevolgen bij NAH niet is afgerond.

Niet alles wat niet wetenschappelijk bewezen is, is daarom slecht maar wij willen hier neutraal zijn. Er zijn genoeg andere groepen op FB waar dit wel tot gespreksonderwerp is.

Je kan je voorstellen dat verkopers slim zijn om goud te willen verdienen aan een afschuwelijk probleem.

Maar werkt iets al langer dan zes maanden waardoor jij geen last meer hebt van overprikkeling of

meer dan 80% minder, meld het dan even bij Ariana.

<Onze Lief en Leed groep.>

Voor een bakkie troost en bakkie leut ben je welkom in de groep LIEF & LEED. <https://www.facebook.com/groups/liefenleed/>

Eerder probeerden we nog een speciaal hoekje in te richten hier in deze groep maar dat werd niet volledig begrepen. Omdat wij vooral willen dat de groep het fijn heeft en geen zorgen hoeft te maken wat waar geplaatst moet worden gaan we nu iets duidelijker scheiding aanbrengen maar we gaan niet meer erg scherp handhaven als het een keertje verkeerd gaat.

Als je dus over iets gezelligs of verdrietig wil vertellen dat niet direct met overprikkeling /hersensletsel te maken heeft vragen we je of je dat in onze (parallelgroep) LIEF & LEED wil plaatsen.

Die groep is opgericht alleen voor leden van deze groep Overprikkeling, waar je over alle onderwerpen in je leven mag praten.<https://www.facebook.com/groups/liefenleed/>

Van harte welkom daar!

Daar gelden overigens dezelfde groepsafspraken /gebruiksaanwijzingen over witregels, commerciële links, wel niet noemen van namen en omgang met elkaar als hier. Beheerders daar zijn Barbara Tom, Arnie Craninckx, Rianne Coops en Ariana van Schaaijk.

<Onze groep voor 'Familie /vrienden van mensen met hersensletsel/NAH' >

We hebben voor je partner of familielid of goede vrienden een eigen groep waar ze mantelzorgers/vrienden onder elkaar zijn en zo hun ondersteuning kunnen vinden bij hun specifieke rol : <https://www.facebook.com/groups/900807150041474/>

<Onze groep voor 'Ouders van kinderen met hersensletsel N.A.H'>

We hebben nog een groep specifiek voor ouders van een kind(je) met hersensletsel: <https://www.facebook.com/groups/OudersVanKinderenMetHersensletsel/>
Jouw ouders mogen daar ook meepraten. Er is geen leeftijdslimiet voor (de inmiddels volwassen) kinderen.

<Namen van artsen of instanties wel of niet noemen? >

Namen van artsen of instanties mogen genoemd worden. Maar houdt er echter rekening mee dat dat negatieve reacties kan uitlokken. We kunnen absoluut geen laster en of smaad toe staan. Iemand kan zo een printscreen maken en jou aanklagen voor laster, dit is dus puur ter bescherming! Komt dit echter wel voor maak dan een melding hiervan bij het beheer.

<Het beheer van deze groep >

Het beheer dat doen we met zes mensen: Ans Post , Arnie Craninckx, Yvonne Loijenga, Ariana van Schaaijk , Manon de Koning en Martine van Gijn. Wij kunnen echter niet 24 uur online zijn. Dus mocht er iets ongepast voor bij komen meld het ons dan ajb Je kan heel eenvoudig een bericht rapporteren.

Als wij een melding krijgen sluiten we de discussie even af, zeggen dat we in overleg zijn en komen er later even op terug, hetzij per persoonlijk bericht hetzij in de groep.

Rest ons om jullie een heel fijne groep te wensen: Heb het goed hier ! Heb je vragen, stel ze gerust. ❤️<3