

Breinstraat

Hoe gebruik je Breinstraat.nl in de begeleiding of behandeling
van jongeren?

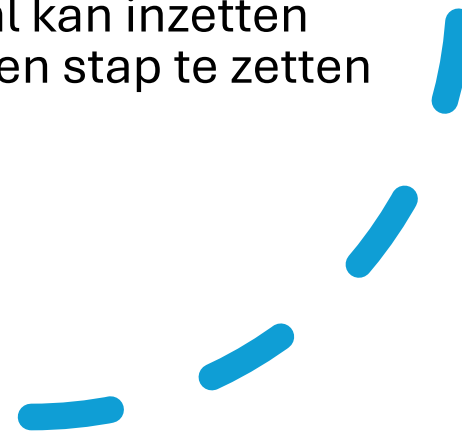
Een handleiding voor professionals!

Inleiding

Breinstraat (www.breinstraat.nl) is een online platform, ontwikkeld voor én door jongeren met NAH.

Deze handleiding is bedoeld voor professionals die werken met jongeren met NAH. Omdat je als professional geen toegang hebt tot de afgeschermdde omgeving, bevat deze handleiding *screenshots* die een indruk geven van hoe “Mijn Omgeving” eruitziet.

Ook wordt besproken hoe je als professional samen met een jongere aan de slag kunt. Hoe je Breinstraat.nl kan inzetten om psycho-educatie te geven maar ook om een stap te zetten naar lotgenotencontact.



Openbare en afgeschermd (Mijn-) omgeving

Openbare omgeving	Afgeschermd omgeving (Mijn omgeving)
Op de homepage vind je in één oogopslag wat belangrijk is voor jongeren met NAH;	Alleen toegankelijk voor jongeren met een account
Informatie en materialen die ouders en het gezin of een professional kunnen helpen bij vragen over NAH;	In Mijn Omgeving kan de jongere op een veilige plek in contact komen met anderen die weten hoe het is. De jongere kiest zelf hoe actief die meedoet.
Handige links, publicaties en video's .	Een moderator checkt iedereen die een account wil en bewaakt samen met alle gebruikers dat Breinstraat een veilige omgeving blijft.

Openbare omgeving - homepage



[Home](#) | [Het Brein](#) | [Ouders & Gezin](#) | [Professionals](#) | [Login](#) | [Registreren](#)

Omdat wij elkaar echt begrijpen

Zoek jij informatie of antwoorden op jouw vragen? Ben je benieuwd naar andere jongeren of jongvolwassenen die net zoiets als jij hebben meegemaakt? Dan ben je hier op het juiste adres! Breinstraat is juist daarom gemaakt, voor en door jongeren met NAH, met:

- informatie over je Brein
- chat en vraag & antwoord (Q&A) om andere jongeren te 'ontmoeten' en je eigen vragen en ervaringen te kunnen delen
- 3 specials: Mijn Verhaal (wie ben je?), Mijn Doelen (wat wil je bereiken?) en Mijn Agenda (hoe ziet jouw dag eruit?) met Energiemonitor (handige tool om jouw energie beter te kunnen monitoren!)



Breinstraat - Introductie

Welkom bij
 **BREINSTRAAT**



Voor en door jongeren met NAH

Praktisch en prettig

Toetsen op school? Last van prikkels als je uitgaat? Al jouw praktische vragen kun je stellen aan andere jongeren. Kies zelf welke antwoorden en tips jou bevallen. Breinstraat geeft je suggesties op thema's die voor jou belangrijk kunnen zijn.

(H)erkenning en begrip

Andere jongeren met NAH (her)kennen jouw verhaal, onzekerheid, overwinningen, zorgen en kunnen hierop uit eigen ervaring reageren. Zij kunnen zich echt in jouw situatie verplaatsen.

Voor nu en straks

Breinstraat is er voor jou. Nu en straks. Als je net NAH hebt opgelopen, of als dit al langer geleden is. Vaak komen allerlei vragen pas later. Steeds als je iets wilt nakijken, vragen of doorgeven aan anderen is Breinstraat er.

In vertrouwen

Breinstraat heeft een 'afgeschermd gedeelte', dat alleen voor jongeren met een account toegankelijk is. Een moderator checkt iedereen die een account wil en bewaakt samen met alle gebruikers dat Breinstraat een veilige omgeving blijft. In de chat is een openbare groep, maar ook kleinere, besloten groepen.

Openbare omgeving - homepage

Op de homepage vind je in één oogopslag wat belangrijk is voor jongeren met NAH:

Omdat wij elkaar écht begrijpen

Alles draait om herkenning, begrip en het gevoel dat je er niet alleen voor staat.

Praktisch en prettig

Informatie die je meteen kunt gebruiken, op een manier die fijn is om te lezen.

(H)erkenning en begrip

Verhalen, tips en tools die je laten zien dat jouw situatie ertoe doet.

Voor nu en straks

Of je nou net een diagnose hebt, of al langer leeft met NAH: er is altijd iets dat aansluit.

In vertrouwen

Een afgeschermd gedeelte van het platform, speciaal voor jongeren met een account. Zo blijft het veilig en persoonlijk.



“Ervaringen delen en informatie krijgen. Dat maakt Breinstraat zó belangrijk voor mij!”



“Met de dag leer ik meer over mijzelf en mijn hersenletsel, met Breinstraat kan ik mijn voortgang bijhouden.”

Openbare omgeving - tabbladen

Tabbladen '**Ouders & Gezin**' en '**Professionals**'

In deze onderdelen vind je informatie en materialen die ouders en het gezin of een professional kunnen helpen bij vragen over NAH.

- **Handige links**

Uitleg over de hersenen en de gevolgen van NAH

Informatie over NAH en onderwijs

Overzicht van professionals per regio

Verdieping in de gevolgen van NAH

- **Publicaties**

Artikelen over de impact van NAH

Onderwijs en begeleiding

Zorg en ondersteuning bij NAH

- **Contactgegevens van centra voor medisch-specialistische revalidatie**

- **Overzicht van video's**

Alle beschikbare video's uit de Breinstraat op een rij

Wat vind je onder het tabblad '**Het Brein**'?

Algemene informatie over de hersenen

Wat is hersenletsel?

Wat is er mogelijk qua herstel?

Waar kun je terecht voor hulp?



**Mijn
omgeving =
alleen voor
jongeren!**



Als professional heb je **geen** toegang tot de afgeschermdde omgeving (Mijn Omgeving). Het is wel belangrijk om te weten wat jongeren daar kunnen doen in deze omgeving en wat ze daar kunnen vinden.

Na registratie, kunnen de jongeren in Mijn Omgeving.

A large orange circle on the left side of the slide.

Mijn omgeving

In deze **veilige online omgeving** voor jongeren is het volgende te vinden:

- Mijn Dashboard
- Mijn Verhaal
- Vraag & antwoord
- Video's
- Mijn Doelen
- Energiemonitor
- Instellingen



Mijn Dashboard

Mijn omgeving

Geselecteerd voor jou



Sociale omgeving

 **Huisgenoten**

Over dit trefwoord zijn 2 video's en 2 vragen te vinden in het onderdeel 'Vragen'. Bekijk ze nu!

[Ga naar de video's](#)[Ga naar de vragen](#)

Favoriete content

Video's

Vragen

Antwoorden

 [Filter](#)



**waarom
lotgenotencontact** ★

3 keer bekeken
Eerder door jou bekeken

Thema's & Trefwoorden

Bekijken hier het overzicht van Thema's en Trefwoorden op Breinstraat en selecteer welke jij volgt.

Overzicht thema's & trefwoorden

Herinneringen

 19-04-2025 Elke dag een half uur wandelen
Elke dag naar buiten

Bekijk al mijn herinneringen >

Notificaties 0



Er zijn nog geen meldingen voor jou voor activiteit in **Vraag & Antwoord**. Heb jij een vraag voor je medegebruikers of wil je helpen door antwoord te geven op de meest recente vragen?

[Klik hier om de nieuwste vragen op Vraag & Antwoord te zien.](#)

Mijn Verhaal

Mijn Verhaal bestaat uit jouw antwoorden op vragen. Zes vragen zijn verplicht voor de registratie, de andere vragen zijn vooral voor jou belangrijk maar mag je ook later invullen.

Mijn verhaal helpt om:

- jezelf te beschrijven: wie ben jij, wat is voor jou belangrijk?
- bij te kunnen houden waar jij nog last van hebt, b.v. vermoeidheid of pijn. En wat je ontdekt of geleerd hebt om hiermee om te gaan.
- deze beschrijving te kunnen delen met anderen (een vriend, leerkracht, sportcoach) door aan het eind op de button PDF te drukken en zo Mijn Verhaal door te sturen via je mail.

Ook is het leuk om je op te geven als lid van Breinstraat en toegang te krijgen tot de meer persoonlijke onderdelen, bijv. de community en filmpjes van ervaringsdeskundigen (jongeren, die ongeveer hetzelfde meemaken als jij).

Begin met mijn verhaal

Mijn Verhaal: wie ben jij? En wat is voor jou belangrijk? Waar ben je wel/niet tevreden over? Hoe kan iemand jou beter begrijpen of helpen?

Mijn Verhaal

Zo ziet een ingevuld
"Mijn Verhaal" eruit

Stap 1: Persoonlijke gegevens

- Naam
- Woonplaats
- Gezin (optioneel)
- Hobby's ed.
- Sterke eigenschappen (optioneel)

Stap 2: (oorzaak) hersenletsel

Stap 3: gevolgen hersenletsel

- Meer moeite met
- Vul je verhaal zelf aan
- Zo ga ik om met de gevolgen van mijn NAH

Stap 4: keuze thema's en trefwoorden

- Aanpassen selectie

Stap 5: verhaal is gereed!

- Bekijken
- Downloaden
- Naar dashboard
- (chat)

Mijn verhaal

Persoonlijke informatie

Naam

Jongere Breinstraat

Woonplaats

Breindorp

Dit vind ik leuk

- tv, film of Netflix kijken
- winkelen
- social media
- sport en bewegen

Hersenletsel

Mijn niet-aangeboren hersenletsel (NAH) komt door

- Hersenkneuzing (matig of ernstig traumatisch hersenletsel)

Maand en jaar ontstaan NAH

01-02-2022

Ben je toen in het ziekenhuis opgenomen geweest?

Ja

Ben je in een revalidatiecentrum in behandeling (geweest)?

Nee

Gevolgen hersenletsel

Ik heb door mijn NAH vooral veel meer moeite met, of last van

- Leren
- Overgevoeligheid voor prikkels (geluid, licht, gevoel)
- Tempo
- Leren (onthouden, opletten, begrijpen)
- Stemming (hoe jij je voelt, bijv. boos, verdrietig, angstig)

Mijn Verhaal

Jongeren kunnen hun verhaal downloaden en laten lezen aan mensen in hun omgeving

Jouw verhaal is gereed.

Je kunt nu van alle functionaliteit van breinstraat gebruik maken.

Optie 1: Bekijk jouw ingevulde verhaal

Bekijk Mijn Verhaal

Optie 2: Download jouw ingevulde verhaal als PDF

Download Mijn Verhaal

Optie 3: Start op je persoonlijke dashboard om Breinstraat verder te verkennen.

Naar Dashboard

Optie 4: Neem een kijkje bij onze Chat en chat met andere jongeren op Breinstraat.

Chat

Vraag & Antwoord

- om andere jongeren te ‘ontmoeten’ en je eigen vragen en ervaringen te kunnen delen;

Een vraag stellen

Vraag

0 / 250

Tips om snel goede antwoorden te krijgen

- Zorg ervoor dat jouw beschrijving niet al is gesteld
- Houd jouw beschrijving kort en bondig
- Controleer grammatica en spelling dubbel

Beschrijving

Trefwoorden

☐

Stel beschrijving anoniem

Informatie over wat een beschrijving anoniem stellen betekent en hoe dit eruit ziet.

Ga verder

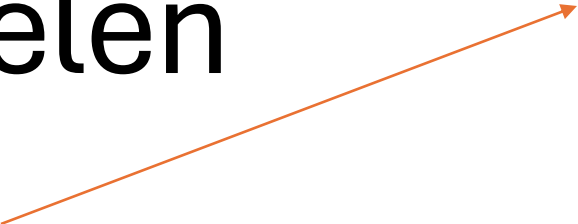
Annuleer

Video's

- Naast de video's van professionals over diverse onderwerpen, zijn er ook jongeren die vertellen over de verschillende onderwerpen. Ivm privacy van de jongeren wordt hier geen voorbeeld van geplaatst in deze handleiding.



Mijn Doelen



Doelen	Herinneringen	Strategieënbank
Overzicht Doelen		Doel toevoegen
		Filter
TITEL	AANMAAKDATUM	BEHAALD
Elke dag een half uur wandelen	17-04-2025	

'Mijn doelen'

- Mijn doelen helpt om het doel wat de jongere wil bereiken op te delen in een stappenplan.
- Mijn Doelen helpt door het vastleggen van streefdata en herinneringen de verschillende stappen ook echt te doen.
- Mijn Doelen biedt veel tips om veelvoorkomende doelen te behalen, gebaseerd op de ervaring van jongeren.
- Mijn Doelen biedt de mogelijkheid om vast te leggen wat voor de jongere werkt om doelen te behalen zodat de jongere dit makkelijk kunt terugvinden.

Hoe werkt 'Mijn doelen'?

- De jongere beschrijft het doel en de jongere kan een streefdatum instellen waarop de jongere het doel behaald wil hebben en herinneringen daarvoor instellen.
- Na het bepalen van het doel kan de jongere vastleggen in welke stappen de jongere naar dat doel toe gaat werken.
- De verschillende stappen kan de jongere ook weer een streefdatum geven en van bepalen of en wanneer de jongere herinneringen wil.
- Streep af welke stappen de jongere behaald heeft om uiteindelijk ook het behaalde doel af te kunnen vinken. De jongere kan later nog terugkijken hoe de jongeren het doel behaald heeft.
- Op het dashboard in Breinstraat vind de jongere de herinneringen terug zodat de jongere na inloggen op Breinstraat direct ziet welke stappen de jongere wanneer nog te doen heeft.

Mijn Agenda met energiemonitor

Structured – Planner en Agenda kan gedownload worden in de Apple App Store of Google Play Store.

De app Structured kun je **gratis** gebruiken. Als de jongere ingeschreven staat bij Breinstraat.nl, kan de jongere een gratis licentie (levenslang) van de PRO-versie krijgen, waarmee o.a. makkelijk taken dagelijks of wekelijks in de agenda kunnen terugkeren en afspraken uit een andere agenda ingeladen kunnen worden.

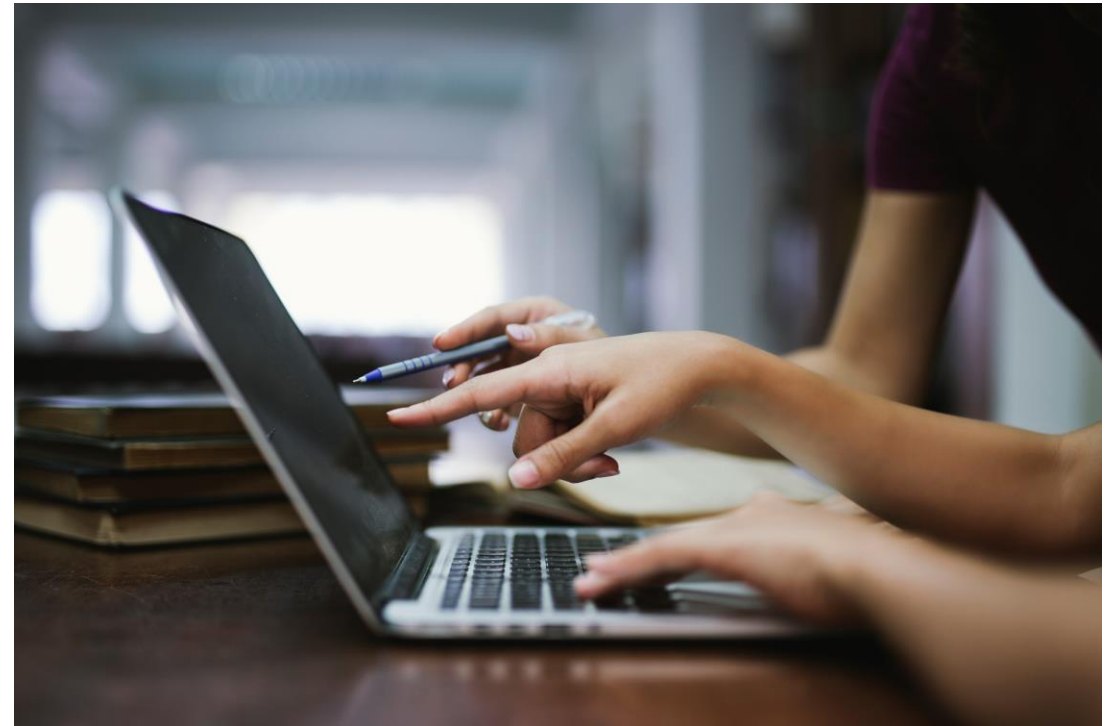
Voor een uitgebreide handleiding voor het gebruik van Structured met energiemonitor, ga naar: [Structured app - Basalt - de kracht van revalidatie](#)



Samen met de jongere
aan de slag!

Samen aan de slag...

- Psycho-educatie
- Account aanmaken
- Start maken met Mijn Verhaal
- Scroll door Mijn Dashboard
- Stel een doel in Mijn Doelen
- Eerste stap naar lotgenotencontact: stel een vraag!
- Op zoek naar antwoorden
- Video's



Psycho-educatie

- Maak gebruik van de uitleg op de **openbare omgeving**:
 - Zoek samen met de jongere(n) op Breinstraat informatie op over het brein, hersenletsel en de gevolgen hiervan.
 - Maak gebruik van de links naar video's of meer informatie erover.
- Wees creatief, maak Breinstraat onderdeel van een blended behandeling:
 - Laat de jongere filmpjes thuis bekijken om er de volgende keer op terug te komen.

Account aanmaken

- Maak samen met de jongere een **account** aan voor “Mijn omgeving” (<16 toestemming van ouders nodig)
- Deze omgeving is speciaal voor de jongeren, maar sámen de stap maken helpt de jongere!

Registreren

Maak een account aan op Breinstraat.nl om andere jongeren te 'ontmoeten', om informatie, video's en ervaringen te vinden die jou kunnen helpen en om je eigen ervaringen te delen om anderen te helpen.

Mijn Verhaal invullen

- Maak samen met de jongere een start met het invullen van *Mijn Verhaal* of geef het als opdracht aan de jongere om thuis in te vullen;

Tip: Mijn Verhaal kan gedownload worden, zodat de jongere het ook aan anderen kan laten lezen.

Scroll door Mijn Dashboard

- Kijk samen met de jongeren in Mijn Dashboard:

Geselecteerd voor jou



School/opleiding/studeren

✓ Begrip en ondersteuning (klasgenoten, docenten)

Over dit trefwoord zijn 29 video's en 7 vragen te vinden in het onderdeel 'Vragen'. Bekijk ze nu!

[Ga naar de video's](#) [Ga naar de vragen](#)

Welke thema's worden uitgelicht? Ga naar video's hierover of naar vragen (&antwoorden)

Stel een doel op in Mijn Doelen

Mijn Doelen

Doelen | Herinneringen | Strategieënbank

Overzicht Doelen

Doel toevoegen

Filter

TITEL	AANMAAKDATUM	BEHAALD
Je hebt geen doelen met dit trefwoord.		

Uitleg	▼
Tips	▼
Strategieën	▼

Kijk voor meer informatie bij
uitleg en tips!

Eerste stap naar lotgenotencontact

Laat de jongere een vraag stellen bij **Vraag & Antwoord**!

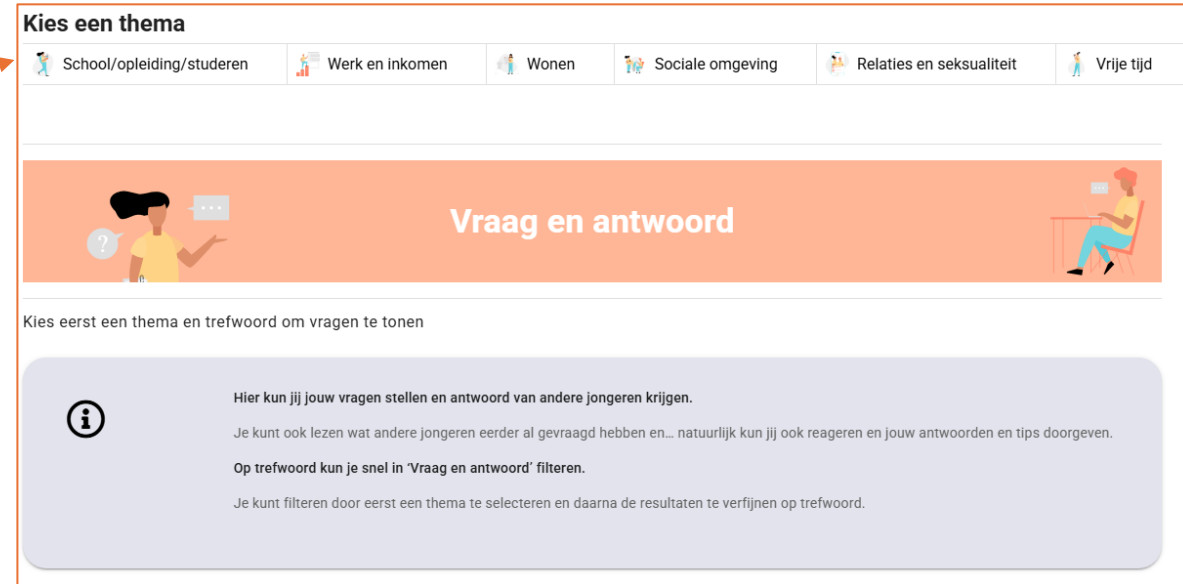
The screenshot shows a mobile app interface for asking a question. At the top, it says 'Een vraag stellen'. Below this is a text input field labeled 'Vraag' with a character count '0 / 250'. A light blue tip box contains the text 'Tips om snel goede antwoorden te krijgen' and three bullet points: 'Zorg ervoor dat jouw beschrijving niet al is gesteld', 'Houd jouw beschrijving kort en bondig', and 'Controleer grammatica en spelling dubbel'. Below the tip box is a larger text input field labeled 'Beschrijving'. Underneath is a dropdown menu labeled 'Trefwoorden'. At the bottom, there is a toggle switch for 'Stel beschrijving anoniem' with a subtext 'Informatie over wat een beschrijving anoniem stellen betekent en hoe dit eruit ziet.' Below the toggle are two buttons: 'Ga verder' (orange) and 'Annuleer' (grey).

- Vragen stellen en **antwoord van andere jongeren** krijgen.
- De jongere kan ook lezen wat andere jongeren eerder al gevraagd hebben en natuurlijk kan de jongere ook reageren, antwoorden en tips geven aan de vragensteller.
- Op trefwoord kan de jongere snel in 'Vraag en antwoord' filteren.
- De jongere kan filteren door eerst een thema te selecteren en daarna de resultaten te verfijnen op trefwoord.

Op zoek naar antwoorden

Ga samen met de Jongeren op zoek naar antwoorden:

- Vragen zoeken aan de hand van thema's
 - Kies een thema
 - Kies een trefwoord
- De jongere kan op de vraag klikken om ook de reacties van andere jongeren te lezen.
- Ook is er de mogelijkheid om “naar video’s over het trefwoord” te gaan.
 - Jongeren
 - Professionals



Video's

- Kies een thema
- Kies een trefwoord
- Kies een filmpje van een jongeren of een professional
- Klik verder naar "vragen over dit trefwoord"



wat kan helpen?



2 keer bekeken



tip geheugen



10 keer bekeken



**invloed
vermoeidheid**



7 keer bekeken



vermoeidheid



5 keer bekeken

Extra's

Voor jongeren	Voor ouders
Online meet up: • 4x per jaar; • Aan de hand van een thema; • Met ervaringsdeskundige en één van de psychologen die betrokken is bij Breinstraat.	Online meetings: • Georganiseerd door een ouder van een jongere met NAH; • 4-6x per jaar; • Aan de hand van een thema; • Met presentatie door een professional.
Contact met (jongeren) moderators via: jongeren@breinstraat.nl	Contact met ouder moderator via: ouders@breinstraat.nl
Contact met Breinstraat: info@Breinstraat.nl	Contact met Breinstraat: info@Breinstraat.nl



Vragen?

- Heb je vragen over Breinstraat?
- Heb je tips/ideëen?
- Mail ons op:
info@breinstraat.nl of
r.wierenga@basaltrevalidatie.nl