



FRAGILE
AARGAU
SOLOTHURN OST



Fachvortrag über die Wahrnehmungsstörung Neglect
Foto: B. Fäs

Jahresbericht 2017

Für Menschen mit Hirnverletzung
und Angehörige



Jahresbericht 2017 des Präsidenten

Das Jahr 2017 stand im Zeichen «Erreichtes bewahren, Neues sorgsam anpacken». Wiederum hatten wir Gelegenheit am KSA an der Brainweek mitzuwirken. Mit einem Parcours, organisiert von Beatrice Züllig, konnte der Fortbildungsnachmittag für Kantonsschüler zum Thema «Gehirn» abgerundet werden. Der Fachvortrag von Prof. Dr. Ulrich Buettner mit dem Thema «Häufige Gehirnerkrankungen» bildete den Abschluss dieser Woche im Zeichen des Gehirns.

Die Vereinsreise, organisiert von Fredi Hächler, führte dieses Jahr in den Naturtierpark Goldau. Auf behindertengerechten Wegen konnten im steinigen Bergsturzgelände viele heimische Tierarten beobachtet werden. Die über zwanzigköpfige Reisegruppe genoss im Tierparkrestaurant «Grüne Gans» das Mittagessen und verbrachte ein paar gesellige Stunden.

Im Oktober fand der Welttag des Schlaganfalls statt. Die RehaClinic Bad Zurzach organisierte zusammen mit unserer Vereinigung Fragile AG/SO einen Vortragsabend mit zwei Fachvorträgen, einem Infostand sowie einer Beratung. Für unseren Fachvortrag im November zum Thema «Neglect» gelang es, Herrn Prof. Dr. Thomas Nyffeler, einen ausgewiesenen Spezialisten, als Referenten zu engagieren. Er verstand es ausgezeichnet, das leider etwas spärliche Publikum mit seinen Ausführungen zu fesseln.

Das Vereinsjahr 2017 wurde mit der Jahresschlussfeier im Gemeinschaftszentrum Telli in Aarau abgeschlossen. Bei Klängen traditioneller Melodien, gespielt von den «Nostalgie-Örgeler» und mit einem feinen Dessertbuffet konnte jedermann einen gemütlichen Nachmittag verbringen. Fredi Hächler und seinem Team sei für die Organisation gedankt.

Unser Vorstandsmitglied Ulrich Buettner hat zusammen mit weiteren Fachpersonen bei verschiedenen Organisationen Referate gehalten, und damit die Thematik Hirnverletzung einem interessierten Publikum zugänglich gemacht. Informationsarbeit wurde unter Federführung von Bea Züllig auch durch Martha Schlub und

Andrea Rhomberg geleistet. An mehreren Standaktionen wurde das Thema «Leben mit Hirnverletzung» einer breiteren Öffentlichkeit bekannt gemacht.

Unsere Region liess sich durch das Vorstandsmitglied Sabrina Caso beim Aufbau des Projektes «Peerberatung» bei der Dachorganisation vertreten.

Die gestiegenen Anforderungen der Gesellschaft sowie des BSV erforderten eine Aufstockung des Arbeitspensums der Geschäftsstellenleiterin Béatrice Fäs auf 40 %. Unsere Sozialberaterin, Frau Julia Eugster, konnte 48 Klienten aus unserer Region beraten und hat dafür 203 Stunden aufgewendet.

Unter der Führung von Beatrice Züllig konnte Fragile AG/SO ihren Mitgliedern wiederum acht Gesprächsgruppen bzw. Selbsthilfegruppen für Betroffene oder Angehörige anbieten sowie zwei Treffpunkte für Betroffene. Leider musste die Gruppe «Junge Angehörige» infolge Teilnehmermangels die Gesprächsabende ausfallen lassen. Der Vorstand hofft, dass im Jahr 2018 diese Gruppe wieder geführt werden kann. Sehr erfreulich war hingegen der Zulauf an Teilnehmern zur Gesprächsgruppe für Betroffene in Lenzburg, sodass dort eine neue Gruppe eröffnet werden konnte. Ich danke allen Gesprächsleiterinnen für ihre mit viel Fachkompetenz geleistete Arbeit. Der Vorstand hielt sieben Sitzungen ab. Der Verein wurde wie jedes Jahr durch viele freiwillige Helferinnen unterstützt, diese haben 2017 insgesamt 522 unbezahlte Stunden Freiwilligenarbeit geleistet. Für diese Unterstützung sei allen Helfern und Helferinnen herzlich gedankt. Dank gebührt auch der Geschäftsstellenleiterin Béatrice Fäs.

Die Aktivitäten unseres Vereins sind nicht alleine über die Jahresbeiträge unserer rund 400 Mitglieder finanzierbar. Auch in unserem Verein findet das Fundraising immer grössere Bedeutung. An dieser Stelle danke ich allen grösseren und kleineren Spendern und Gönnern im Namen des Vorstandes.

Urs Burkard, Präsident

Organisationszweck

Eine Hirnverletzung als Folge eines Schlaganfalls, einer Hirnblutung, eines Schädel-Hirn-Traumas oder Hirntumors ist für die betroffenen Menschen meist ein gravierendes und einschneidendes Ereignis. Bleibende offensichtliche und verborgene Einschränkungen sind häufig die Folge und zwingen die Betroffenen und ihre Angehörigen, das Leben neu zu gestalten. FRAGILE Aargau/Solothurn Ost steht Menschen mit einer Hirnverletzung und ihren Angehörigen sowie Fachpersonen mit einem spezialisierten und breiten Dienstleistungsangebot zur Seite. Wir bieten Beratungen, Selbsthilfegruppen, Freizeitangebote und Informationsveranstaltungen an. Mit Broschüren und Fachinformationen orientiert die gemeinnützige Organisation kompetent über das Thema Hirnverletzung.

Mitgliederzahl: 410 Einzel-, Familien- und Kollektivmitglieder (Stand: 31.12.2017)

Vorstand und Geschäftsstellenleitung

- Präsidium: Urs Burkard, seit 2013 im Vorstand, seit 2017 Präsidium
- Fredi Hächler, Vizepräsident und Kassier seit 2009
- Beatrice Züllig, Selbsthilfe, Dienstleistungen, seit 2008
- Prof. Dr. Ulrich Buettner, Beisitzer, seit 2013
- Sabrina Caso, Beisitzerin, seit 2014

Geschäftsstellenleitung: Béatrice Fäs (20 Prozent, ab März 2017 40 Prozent)

Die Kontrollstelle: Herzog Treuhand AG, Stein

Nahestehende Organisationen

Zwischen FRAGILE Aargau / Solothurn Ost und FRAGILE Suisse besteht ein Unterleistungsvertrag. Dieser regelt die Beiträge, die der Regionalvereinigung, gestützt auf den Leistungsvertrag zwischen dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) und FRAGILE Suisse, zustehen.

Jahresziele

Der Vorstand von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost hat für 2017 folgende Ziele definiert:

- Weiterentwicklung von Vorstand und Verein
- Pflege und Ausbau der Angebote von Selbsthilfegruppen und Treffpunkten
- Organisation von Themenanlässen in Form von Publikumsveranstaltungen und Fachvorträgen
- Professionelles Beratungsangebot in Zusammenarbeit mit der Dachorganisation
- Wiederaufnahme des Angebotes für junge Angehörige mit einem Elternteil oder Geschwister mit Hirnverletzung
- Angebot eines vielfältigen Jahresprogramms
- Weitere Vernetzungsarbeit mit Partnerorganisationen
- Aufklärung und Information für Laien und Fachpersonen zu Art und Folgen von Hirnverletzungen

Erbrachte Leistungen

Jährlich erleiden etwa 22000 Personen eine Hirnverletzung. Die Mehrheit von ihnen überlebt, viele leben danach mit bleibenden Beeinträchtigungen. Diese können sichtbar sein, die verborgenen Einschränkungen sind aber genauso hinderlich dabei, den Alltag zu bewältigen. So ermüden Betroffene schneller, haben Mühe mit der Aufmerksamkeit und Konzentration oder mit der Merkfähigkeit. Auch kann eine Hirnverletzung zu einer Persönlichkeitsänderung führen. Der Betroffene kann unter Umständen seine eigenen Impulse nicht kontrollieren und verhält sich unangemessen aggressiv oder passiv. All dies zwingt den Betroffenen, sein Leben den neuen Gegebenheiten anzupassen. Natürlich ist dies auch für das familiäre und berufliche Umfeld eine grosse Umstellung. Gerade die verborgenen Folgen sind für Aussenstehende schwierig zu erkennen und erfordern ein hohes Mass an Geduld, Einfühlungsvermögen und Verständnis. Oft ist man alleine mit seinen Fragen, Sorgen oder vielleicht gar Ängsten. Dann kann ein Austausch mit anderen Betroffenen oder Angehörigen sehr wertvoll sein. Alle sitzen im gleichen Boot. Man muss sich

nicht erklären, jede/r Einzelne weiss von den Schwierigkeiten im Alltag, auch wenn sich jede Hirnverletzung unterschiedlich auswirkt. Die Gesprächsgruppen bieten einen geschützten Rahmen, sein Erlebtes zu teilen, darüber zu reden und von anderen zu hören, was sie für Strategien im Alltag haben und dadurch wieder Mut zu fassen, einen Schritt vorwärts zu gehen. FRAGILE AG/SO Ost bot im Jahr 2017 für Betroffene folgende Gruppen an: 4 fachlich geleitete Gesprächsgruppen, 1 von Betroffenen geleitete Selbsthilfegruppe und 2 fachlich geleitete Treffpunkte. Für Angehörige wurden angeboten: 1 geleitete Gesprächsgruppe und 2 von Angehörigen geleitete Selbsthilfegruppen. Erfreulicherweise war die Nachfrage so gross, dass wir dank einer Spende eine zweite geleitete Gruppe für Betroffene in Lenzburg anbieten konnten. Weitere geleitete Gesprächsgruppen für Betroffene finden in Baden und Olten statt. Sehr beliebt sind unsere 2 Treffpunkte, die einmal im Monat in Brugg stattfinden. Im «Nachmittagstreff» wird unter ergotherapeutischer Leitung die Feinmotorik spielerisch mit kreativen Bastelarbeiten verbessert. Knifflige Rätselaufga-



Das Informationsangebot an der Brainweek wird rege genutzt



Herausforderung: Einen Text mit Gesichtsfeldeinschränkung lesen



Eine aufgestellte Gruppe mit gutem Zusammenhalt: SHG «Feuer und Flamme»

ben und Spiele trainieren das Gehirn und machen Spass. Im «Outdoor-Treff», treffen sich – wie der Name verrät – Betroffene, die sich gerne im Freien aufhalten. Zügiges Spazieren in Begleitung einer Ergotherapeutin und in der Gruppe regt zu Gesprächen an, zugleich wirkt sich die Bewegung positiv auf das Gemüt und die Gesundheit aus.

In Baden treffen sich alle zwei Wochen Betroffene in der Selbsthilfegruppe, die von 2 Betroffenen moderiert und geführt wird. Der Austausch untereinander ist sehr wohlwollend und wertschätzend.

Für Angehörige bietet sich die Gelegenheit, unter fachlicher Leitung die Gesprächsgruppe in Rheinfeldern zu besuchen. Ausserdem werden zwei Selbsthilfegruppen, von Angehörigen moderiert, angeboten.

Im Rahmen der schweizweiten «Woche des Gehirns» engagierte sich FRAGILE Aargau / Solothurn Ost wiederum und bot einen Nachmittag für Kantonsschüler an, um das Thema Hirnverletzung jungen Menschen näher zu bringen. Der Fachvortrag «Häufige Gehirnkrankheiten – M. Parkinson, Multiple Sklerose, Demenz –

Gemeinsamkeiten und grundsätzliche Unterschiede» lockte wiederum ein breites Publikum an. Das war im November auch beim Fachvortrag zum Thema Neglect, einer Wahrnehmungsstörung, der Fall.

Am Welttag des Schlaganfalls, der jährlich am 29.10. stattfindet, durften wir anschliessend an den Vortrag «Dem Gehirn Sorge tragen» über das breite Angebot unserer Region informieren.

Für unsere Mitglieder boten wir wiederum ein vielfältiges Programm mit geselligen Anlässen wie Vereinsreise, Jahresschlussfeier und andere Events an.

Im Jahr 2017 wurden für alle diese Dienstleistungen insgesamt 755 Stunden freiwillige, ehrenamtliche und unentgeltliche Arbeit von Vorstandsmitgliedern und vielen freiwilligen HelferInnen geleistet.

Auf der Regionalstelle in Brugg wurden Ratsuchende von einer ausgebildeten Sozialarbeiterin der Dachorganisation FRAGILE Suisse in 48 Beratungen mit 203 Stunden unterstützt.

Dank zahlreichen Spendern und Gönnern konnten auch dieses Jahr die bestehenden Dienstleistungen angeboten und weiter ausgebaut werden.

Berichte der geleiteten Gruppen für Betroffene

Gruppe Lenzburg I

Die geleitete Gesprächsgruppe in Lenzburg fand jeweils 14-tägig am Mittwochnachmittag von 15-16.30 Uhr statt. Seit November 2017 traf sich die Gruppe in der reformierten Kirchgemeinde Lenzburg (vorher Praxis 57plus).

Die Treffen waren zu Beginn des Jahres sehr gut besucht. Mit der Freude über das «Gedeihen» der Gruppe stiessen wir jedoch auch an Grenzen. So war es nicht immer möglich, allen Teilnehmenden gerecht zu werden und genügend Raum für die Gesprächsbedürfnisse zu bieten. Umso erfreulicher war es, dass FRAGILE AG/SO Ost in Lenzburg eine zweite Gruppe ermöglichen konnte (s. hierzu Beitrag von Frau Nina Koch).

In der zweiten Jahreshälfte besuchten jeweils 8-9 Personen die Treffen. Für viele sind diese zu einem festen Ritual geworden. Es war dabei schön mitzuerleben, wie sich untereinander Freundschaften gebildet haben, die auch ausserhalb der Treffen rege gepflegt werden. So findet das Miteinander längst nicht mehr nur während der Treffen, sondern auch draussen im Alltag statt.

Während der Treffen schätzen die Mitglieder die Gelegenheit, sich mit «seinesgleichen» auszutauschen und Erlebtes miteinander zu teilen. Wiederkehrende Themen bezogen sich dabei auf den Umgang mit den Folgen der Hirnverletzung im Alltag, Themen rund um die Arbeit oder die Sozialversicherungen. Dabei schätzten die Mitglieder die Möglichkeit, nicht nur gegenseitig Informationen auszutauschen, sondern auch fachliche Hintergrundinformationen zu erhalten. So wurden rege Fragen gestellt und die Antworten diskutiert. Insgesamt waren die Gespräche stets von grosser Offenheit, Wohlwollen und Verständnis füreinander geprägt und jedes Mitglied bereicherte auf seine Art und Weise die Treffen.

Ich bedanke mich bei den FRAGILE-Gruppenmitgliedern für ihr Mitwirken, ihre Verbundenheit und Offenheit. Ich freue mich, dass ich die Gruppe auch im Jahr 2018 begleiten werde.

Mein herzlicher Dank geht auch an FRAGILE AG/SO Ost, welche diese Treffen ermöglichen und deren MitarbeiterInnen sich mit viel Engagement für Menschen mit Hirnverletzungen einsetzen.

Dr. phil. Martina Hoffmann
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP

Gruppe Lenzburg II

Die geleitete Gesprächsgruppe in Lenzburg startete im September 2017 und fand jeweils 14-tägig am Donnerstag Nachmittag von 14.00 – 15.30 in den Räumlichkeiten der Praxis 57 Plus statt.

Die Gruppe ist mittlerweile auf 5 TeilnehmerInnen angewachsen, welche regelmässig am Gruppenangebot teilnehmen. Meist treffen sich die MitgliederInnen bereits vorzeitig im Wartezimmer, um sich auszutauschen. Nicht selten verweilen diese auch nach Abschluss der geleiteten Sitzung noch etwas in den Praxisräumen oder führen ihre Gespräche in einem nahegelegenen Kaffee weiter. Danach befragt, was sie an der Gruppe schätzen, nennen die TeilnehmerInnen die starke Solidarität untereinander und die «Chemie» in der Gruppe, die «einfach stimme». Ausserdem sind sich alle darin einig, dass sie immer wieder von den Erfahrungen der anderen Betroffenen profitieren können, welche teilweise an einem ganz anderen Punkt im Krankheitsverarbeitungsprozess stehen und eine neue oder andere Sichtweise einbringen.

Für die Gruppensitzungen selbst hat sich folgende Grobstruktur bewährt, welche gemeinsam mit den Teilnehmenden entwickelt wurde. Die Sitzungen werden jeweils mit einer kurzen «Befindlichkeitsrunde» gestartet, wobei auch Themenwünsche für den anstehenden Austausch gesammelt werden. Danach legt sich die Gruppe auf ein Thema fest. Die Gruppensitzung schliesst jeweils mit einer Art «Zusammenfassungsrunde», in der Rückmeldungen zur heutigen Stunde entgegengenommen werden und jede/r die Möglichkeit erhält,

kurz zusammenzufassen, was er/sie aus der heutigen Stunde mitnimmt. Die besprochenen Themen waren sehr vielseitig und reichten vom Umgang mit kognitiven Einbussen über den Austausch von Erfahrungen im Hinblick auf die berufliche Wiedereingliederung bis hin zu den sozialen Aspekten einer Hirnverletzung.

Ich bedanke mich bei allen GruppenteilnehmerInnen für ihre Offenheit, welche mir immer wieder neue Einblicke in die Welt von Betroffenen mit einer Hirnverletzung erlaubt. Die FRAGILE-Gruppentreffen stellen eine enorme Bereicherung im Hinblick auf meine berufliche Tätigkeit als Therapeutin dar und bilden mich stetig weiter.

Herzlichen Dank auch an die MitarbeiterInnen von FRAGILE Aargau / Solothurn Ost, die im Hintergrund mit viel Engagement und Tatkraft dazu beitragen, dass dieser Austausch ermöglicht wird und Menschen mit einer Hirnverletzung Orte der Begegnung finden.

Nina Koch
Fachpsychologin für Neuropsychologie

Gruppe Baden

Auch 2017 war die Selbsthilfegruppe in Baden ein lebendiger Treffpunkt zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch, zum Abladen und zum Auftanken.

Die Kerngruppe aus den «alten Hasen» hat sich um die «Neuen» zu einer neuen, spannenden Einheit erweitert. In einer Atmosphäre gegenseitiger Akzeptanz und Offenheit sind auch die gelegentlichen Besucher gern gesehen.

Da unser Stammlokal leider schliessen musste, feierten wir den Jahresabschluss im Dezember, traditionell in erweiterter Runde zusammen mit den Angehörigen, in einer Ersatzlokation. Ein Abend, der von «A» wie Aktion, über «C» wie Chaos, «G» wie Gemütlichkeit bis «Z» wie Zufriedenheit und Zusammenhalt ALLES beinhaltete. Leute – ihr seid einfach lässig!!!

Die Gruppentreffen finden weiterhin (bis

auf Feiertagsausnahmen und Sommerpause) am letzten Donnerstag im Monat um 17.30 Uhr im Gruppenraum/Personalwohnung der RehaClinic Baden statt. Die genauen Daten können unter www.fragile-aargau.ch im Internet eingesehen werden.

Tamara Hueber, Neuropsychologin
RehaClinic Zurzach/Baden/Kilchberg

Gruppe Olten

Die nun seit 5 Jahren bestehende geleitete Gesprächsgruppe traf sich im vergangenen Jahr neun Mal zum Austausch, sich aufmerksam zuhören und spüren, sich gegenseitig unterstützen, einfach miteinander sein.

Es wird gelacht, empathisch aufeinander eingegangen, auch miteinander getrauert. Oskar hat uns ganz plötzlich und unerwartet verlassen, wurde aber auch von quälenden Schmerzen erlöst. Trotzdem fehlt er in der Runde.

Ein neues Mitglied kam hinzu und fühlte sich vom ersten Augenblick an wohl in unserer Gruppe. Die Treffen sind für ALLE, meist 6 Personen, ein wichtiger Bestandteil in ihrem sozialen Leben.

Für die meisten ist es der Ort, wo man sich öffnen und vertrauensvoll mitteilen kann. Das Gesagte wird in keiner Weise gewertet wie sonst nirgendwo, wird man bemerkt! Dazu braucht es eine subtile, klare Führung und Struktur. Erfreulich ist zu beobachten, dass bei jedem und jeder Einzelnen eine Entwicklung möglich ist, insbesondere auf der psychosozialen Ebene.

Traditionsgemäss freuten sich alle auf den letzten Treff im Jahr bei Kaffee, Tee, Kuchen und Crème.

Theresa Kuhn, dipl. Logopädin,
Psychotherapeutin

Berichte der geleiteten Gruppen für Angehörige

Gruppe Rheinfelden

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von hirnerkrankten Menschen wurde Ende Oktober 2014 ins Leben gerufen und findet seither regelmässig einmal pro Monat statt. Im Verlauf der letzten drei Jahre stiess das Angebot auf erfreuliches Interesse, so dass die Gruppe inzwischen sieben feste Mitglieder umfasst.

Die Gesprächsthemen werden von den Gruppenmitgliedern jeweils zu Beginn festgelegt. Im letzten Jahr stand der Umgang mit den hirnerkrankten bedingten kognitiven und emotionalen Beeinträchtigungen der Angehörigen im Vordergrund. Auch fachliche Inputs von Seiten der Gruppenleiterin wurden geschätzt.

Die Belastungen im Zusammenleben mit hirnerkrankten Menschen sind teils sehr gross. Umso wichtiger ist es, dass die Angehörigen zum eigenen Kräftehaushalt Sorge tragen. Strategien zur Bewahrung des eigenen psychischen Gleichgewichtes sind darum ebenfalls ein wichtiger thematischer Schwerpunkt der Treffen.

Die Gruppe wird im Jahr 2018 im gleichen Rahmen fortgeführt. Die Treffen finden jeweils jeden letzten Montag im Monat von 17:30 – 19:00 Uhr in der Reha-Klinik Rheinfelden statt.

lic.phil. Marietta Haller
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP

Gruppe für junge Erwachsene Aarau

Mit unserem Angebot «Themen/Gesprächsabende für Jugendliche bis junge Erwachsene mit einem Elternteil/Geschwister mit Hirnerkrankung» bieten wir Jugendlichen ab 14 Jahren die Gelegenheit, Kontakt zu anderen jungen Angehörigen zu knüpfen. In der geleiteten Gruppe finden sie Rat und Unterstützung im gegenseitigen Austausch.

Geplant war, die Gruppe im November neu zu starten, was aufgrund weniger Anmeldungen leider nicht stattfand. Neue Daten für das Jahr 2018 sind bereits geplant und ausgeschrieben. Die Gruppe konnte im Frühjahr starten.

Wo man gut aufgehoben,
aber nicht abgehoben ist,
bin ich

am richtigen
Ort.

Am
richtigen
Ort.ch



Aargauische
Kantonalbank

Bericht der Selbsthilfegruppe für Betroffene

«Feuer und Flamme» Baden

Als neue Betroffene Mitglieder der Selbsthilfegruppe «Feuer und Flamme» dürfen wir ein paar Impressionen aus dem vergangenen Jahr 2017 geben.

Vorweg, liebe Freunde aus der Gruppe, herzlichen Dank für euer nettes Aufnehmen. Von Anfang an habt ihr es uns leichtgemacht, uns in der Gruppe wohl zu fühlen.

Im Chorherrenhaus in Baden

Wir trafen uns hier wieder in vertrauter Regelmässigkeit, meistens zweimal monatlich. Gegenseitig durften wir immer wieder Unterstützung erleben. Mirca Pierson würde sagen, wir sind eine aussergewöhnliche Gruppe aus verschiedenen Menschen mit ähnlichen Schicksalen wie Hirnblutungen, Hirninfarkte, Hirntumore, MS und Unfälle etc. Jeder Teilnehmer ist eine wunderbare Bereicherung.

Christian Angerer und Mirca Pierson leiten die Gruppe mit viel Herzblut! Danke euch viel Mal!

Unsere speziellen Erlebnisse im 2017

Am 26. Juni trafen wir uns im Haus von Sepp Steiner in Gipf-Oberfrick zum Grillieren. Es war ein geselliges und freudiges Ereignis! Ein herzliches Dankeschön an Sepp!
Am 14. August traf sich unsere Gruppe, wie schon in den letzten Jahren, in Full am

Rhein in der Nähe von Koblenz zu einer Rheinschiffahrt mit rollstuhlgängiger Rampe. Das Wetter: Wieder strahlend blauer Himmel, die Stimmung: froh und ausgelassen. Wir sind doch einfach Glückspilze!

Am 11. Dezember trafen wir uns schon wie in den letzten Jahren im ZEKA Baden Dättwil in den Räumlichkeiten des Restaurants ristoro. Das angenehme Ambiente, die freundliche Bedienung sowie das feine Fondue oder das leckere Tagesessen waren prima. Elsbeth bereicherte den Anlass mit einer wunderbaren Geschichte. So konnten wir in guter Stimmung und schöner Geselligkeit den Jahresausklang begehen. Zwischen all diesen schönen Erlebnissen, trainieren wir unser Gehirn immer wieder mit spezifischen Wortspielen, ABC-Listen etc... für die Verbesserung der Lernfähigkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit. Die Gruppe schätzt den gemeinsamen betroffenen Austausch und das fröhliche Beisammensein.

Gemeinsam sind wir stärker!

Wir starteten im neuen Jahr, am 8. Januar 2018, mit dem Motto:

«Engel kann man nicht sehen, doch man kann ihnen begegnen»

Sonja Bryner, Martina Bugman,
Francesca Meier
Betroffene



Die Selbsthilfegruppe «Feuer und Flamme» feiert Weihnachten

Berichte der fachlich geleiteten Treffpunkte

Nachmittagstreff Brugg – «Ein Treffpunkt für Menschen mit einer Hirnverletzung»

Im Jahr 2017 hat sich bei uns einiges getan! Leider mussten wir von Ernst Abschied nehmen, welcher im Frühling verstarb. Ernst genoss jeweils das gesellige Zusammensein und das Jassspiel. Im letzten Jahr mussten wir leider auch unseren Raum im Dachgeschoss verlassen. Neu sind wir nun im Raum Oase des Pflegezentrums Süssbach. Dort gefällt es uns sehr gut! Von Schneemännern, Filzkörbchen, Karten, Ostereiern, Klapperschlangen, Herbstkränzen, Seifen, Vermicelles, Spitzbuben, Gesellschaftsspielen und Jassen, es hatte für alle etwas dabei.

Die Gruppe des Nachmittagstreffs trifft sich jeweils einmal im Monat, im Gesundheitszentrum Brugg. In der geselligen Runde werden soziale Kontakte gestärkt und in der Rehabilitation erlernte Fähigkeiten gefestigt. Die Gruppe wird von einer Ergotherapeutin sowie freiwilligen Helfern geleitet. Für Angehörige besteht die Möglichkeit, zur gleichen Zeit, an einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen.

Das Nachmittagstreff-Team
Cornelia Vogt, Ergotherapeutin

Claire Stalder, Heidi Müller, Ruth Hufschmid
Freiwillige Helferinnen

Outdoorgruppe «zäme underwägs» Brugg

Mit der Outdoorgruppe «zäme underwägs» haben wir ein ideales Angebot für alle rüstigen Fussgänger! Zusammen unternehmen wir Spaziergänge in der Natur und erkunden die Umgebung in kleinen Ausflügen.

In der Outdoorgruppe besuchten wir im Jahr 2017 das Vindonissa Museum, welches uns die Römerzeit näher brachte. Den Brätelevent mussten wir wegen schlechtem Wetter leider absagen. Aber die Pommes Chips mundeten auch so. Im heissen Sommer flüchteten wir auf die

Baldegg und genossen ein kühles Glacé. Vor dem grossen Rummel, besichtigten wir die kreativen Bauten an der Badenfahrt. Sehr informativ war der Vortrag im Steinladen in Baden, wo wir einen Einblick in die interessante Welt der Heil- und Edelsteine erhielten. Zur inneren Ruhe und Besinnlichkeit, führte uns der Spaziergang zum Egiweiher in Wettingen. Der Adventsfensterevent mit anschliessendem Fondueessen war ein gebührender Jahresabschluss der Outdoorgruppe.

Wir treffen uns einmal pro Monat beim Bahnhof Brugg und unternehmen in der geselligen Runde kleine Ausflüge und Spaziergänge in der Region. Geleitet wird die Gruppe von einer Ergotherapeutin.

Kommst Du auch? Wir freuen uns auf Dich! Anmeldung und weitere Informationen unter www.fragile-aargau.ch

Cornelia Vogt, Ergotherapeutin

Berichte der Selbsthilfegruppen für Angehörige

Gruppe Aarau

2017 war ein bewegtes Jahr in unserer Selbsthilfegruppe.

Wir trafen uns an zwölf Abenden zu Gespräch und Erfahrungsaustausch über die persönliche Befindlichkeit und der unserer hirnerkrankten Angehörigen. Ausser in den Sommermonaten treffen wir uns an der Bahnhofstrasse 18, in Aarau. Im Januar genossen wir zwei Tage Höhenluft, Sonne und Schnee in Adelboden. Wir teilten uns auf: Die einen bewegten sich auf den Skiern, die anderen waren zu Fuss unterwegs. Für mich ist der gemeinsame Abend mit ernstern und heiteren Themen und Gemütlichkeit immer der Höhepunkt – nebst einem schmackhaften Abendessen.

Zum Februartreffen luden wir Herrn Erich Weidmann ein. Er brachte uns Kinaesthetics näher. Da geht es um Bewegung, genauer um die Entwicklung der bewussten Wahrnehmung der eigenen Bewegung. Ein interessanter und lehrreicher Abend! Unser gemeinsames Unterwegs-Sein verbindet. An Abenden, an denen wir uns nicht am üblichen Ort treffen, bietet sich Gelegenheit zu persönlicheren Gesprächen, zu zweit oder in kleinen Gruppen. Besonders in schwierigen Phasen sind Austausch und gegenseitige Unterstützung tragend und wichtig. Das ist ja auch Sinn und Zweck der Selbsthilfegruppe. Das heisst, wir nehmen Anteil an Veränderungen der TeilnehmerInnen und Teilnehmer und deren Umfeld, sei es eine Verbesserung – oder eine Verschlechterung, was leider häufiger vorkommt. Es macht uns sehr betroffen, dass eine Teilnehmerin im Jahr 2017 mehrere schwierige, traurige Situationen zu verkraften hatte, unter anderem erlitt ihr Sohn einen folgeschweren Unfall. Ebenfalls in diesem Jahr mussten gleich zwei Frauen von ihren geliebten Männern Abschied nehmen.

Auch dieses Jahr verliessen uns einige Personen und andere sind neu dazu gestossen. So gesehen sind wir auch in diesem Bereich in Bewegung!

Und genau das wünsche ich uns allen fürs 2018, dass wir beweglich und in Bewegung bleiben.

Martha Schlub, Angehörige

Gruppe Brugg

Letztes Jahr um diese Zeit berichtete ich vom Neubeginn der SHG Brugg und war gespannt, wie diese Gruppe sich wohl entwickeln mag.

Heute darf ich von einer in sich gewachsenen, stark gewordenen Gemeinschaft berichten, was mich und alle Teilnehmenden zutiefst erfreut!

Unser kleiner Raum wurde ein wichtiger, kostbarer Ort zum Ankommen und Loslassen, Reden und Zuhören, Weinen und Lachen, Nehmen und Geben.

So individuell die Geschichten und Themen auch sind, so gross sind das Verständnis und das Vertrauen untereinander.

Immer wieder bemerken wir, wie wichtig es ist, diese Gruppe zu haben. Es ist uns auch bewusst, dass sicher noch viel mehr Teilnehmende davon profitieren könnten. Zurzeit müssen wir uns aber noch mit den beschränkten Platzverhältnissen begnügen. Auf unserem Wunschzettel steht ganz oben ein grösserer Raum.

Ganz wichtig, vor allem über die Feiertage, ist uns auch die schriftliche Kommunikation via Natel und E-Mail, wo vorhanden. Ein paar Mut machende Worte erhellen oft einen Tag!

So ziehen wir miteinander ins kommende Jahr und freuen uns auf unser Wiedersehen.

Romi Ruedin, Angehörige,
Gedächtnistrainerin SVGT

Kennzahlen zu den Selbsthilfegruppen und Treffpunkte

Angebot	Ort	Kennzahlen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Lenzburg, Ref. Kirchgemeindehaus	16 Teilnehmende 21 Treffen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Lenzburg, Praxis 57 plus	5 Teilnehmende 5 Treffen
Fachlich geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Olten, Kantonsspital	8 Teilnehmende 10 Treffen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Baden, RehaClinic	12 Teilnehmende 11 Treffen
Selbsthilfegruppe für Betroffene «Feuer und Flamme»	Baden, Chorherrenhus	18 Teilnehmende 19 Treffen
SHG Angehörige	Aarau, c/o Pro Infirmis	17 Teilnehmende 13 Treffen
SHG Angehörige	Brugg, Gesundheitszentrum	6 Teilnehmende 11 Treffen
Themen und Gesprächsabende für Jugendliche & junge Erwachsene mit einem Elternteil mit Hirnverletzung	Aarau, Kantonsspital	Gruppe startet neu
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Angehörige	Rheinfelden, Rehaklinik	7 Teilnehmende 11 Treffen
Treffpunkt: Nachmittagstreff (Workshop) für Betroffene zur Entlastung von Angehörigen	Brugg, Gesundheitszentrum	1 Ergotherapeutin 3 Freiwillige 12 Teilnehmende 12 Treffen
Treffpunkt: «zäme underwägs» für bewegungsfreudige Menschen mit Hirnverletzung	Brugg, am Bahnhof	1 Ergotherapeutin 6 Teilnehmende 12 Treffen

Veranstaltungen, Aktionen und Öffentlichkeitsarbeit

Datum	Anlass	Kennzahlen
15. bis 16. März	Brainweek KSA Aarau	41 HelferInnen 390 Besucher 800 Flyer
25. März	Mitgliederversammlung Aarau	32 Teilnehmende 340 Flyer
16. Juni	Mitglieder-Reise Tierpark Goldau	4 HelferInnen 32 Teilnehmende 390 Flyer
15. Oktober	Bilderausstellung Mirjam Strebel, Betroffene	3 HelferInnen 40 Besucher
30. Oktober	Fachvortrag RehaClinic Zurzach mit Standaktion	3 HelferInnen 120 Besucher
24. November	Fachvortrag zum Thema Neglect Brugg	3 HelferInnen 250 Flyer 28 Besucher
9. Dezember	Jahresschlussfeier Aarau	3 HelferInnen 43 Teilnehmende 400 Flyer



Vereinsreise in den Tierpark Goldau

Betriebsrechnung / Compte d'exploitation

ERTRAG	2017	Vorjahr 2016
Ertrag aus Geldsammelaktionen		
Zweckbestimmte Beiträge/Spenden	2 092	0
Spenden allgemein	46 128	27 201
Legate	0	0
Mitgliederbeiträge	13 840	14 170
Erhaltene Zuwendungen + Mitgliederbeiträge	62 060	41 371
Beiträge Bundesamt für Sozialversicherung BSV	20 990	20 990
übrige Beiträge öffentliche Hand	0	0
Beiträge der öffentlichen Hand	20 990	20 990
Ertrag aus Verkäufen und Direkthilfe	1 900	1 600
Erträge aus Lieferungen + Leistungen	1 900	1 600
Betriebsertrag	84 950	63 961
AUFWAND		
Entrichtete Beiträge und Zuwendungen		
Lohnaufwand	20 791	10 600
Sozialversicherungsaufwand	8 489	1 877
Übriger Personalaufwand	606	1 019
Personalaufwand	29 886	13 495
Direkthilfe	18 046	20 437
Informations- und Sensibilisierungsaufwand	5 857	5 880
Aufwand Fundraising	1 666	1 058
Verwaltungsaufwand	14 442	12 964
Sachaufwand	40 011	40 339
Abschreibungen	0	0
Abschreibungen	0	0
Betriebsaufwand	69 897	53 834
Betriebsergebnis	15 053	10 127
Finanzergebnis	-134	-166
Ausserordentliches Ergebnis	0	0
Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals	14 919	9 961
Zuweisungen	0	0
Entnahmen	0	0
Veränderung des Fondskapitals	0	0
Jahresergebnis vor Zuweisungen an Organisationskapital	14 919	9 961
Zuweisungen/Entnahmen an erarbeitetes gebundenes Kapital	- 14 919	-9 961
erarbeitetes freies Kapital	- 14 919	-9 961
Jahresergebnis nach Zuweisungen an Organisationskapital	0	0

Bilanz (Abschluss nach Swiss GAAP FER 21)

BILANZ	Vorjahr	
	31.12.17	31.12.16
AKTIVEN		
Flüssige Mittel	81 562	74 856
Forderungen aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Forderungen gegenüber Nahestehenden	11 962	0
Sonstige kurzfristige Forderungen	5 090	2 830
Aktive Rechnungsabgrenzung	0	0
Umlaufvermögen	98 614	77 686
Finanzanlagen	0	0
Sachanlagen	0	0
Wertberichtigung Sachanlagen	0	0
Anlagevermögen	0	0
Total Aktiven	98 614	77 686
PASSIVEN		
Verbindlichkeiten aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Verbindlichkeiten gegenüber Nahestehenden	7 135	1 463
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten	6 776	6 568
Passive Rechnungsabgrenzung	130	0
Fremdkapital kurzfristig	14 041	8 031
Fondskapital	6 200	6 200
Fondskapital	6 200	6 200
Gebundenes Kapital	16 180	16 180
Freies Kapital	62 194	47 274
Organisationskapital	78 374	63 454
Total Passiven	98 614	77 686

Die vollständige und revidierte Jahresrechnung kann bezogen werden bei:
 FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
 Telefon 056 442 02 60, E-Mail: aargau@fragile.ch

Budget 2018

	Einnahmen	Ausgaben
Mitgliederbeiträge Einzel und Kollektiv	15 000.00	
Sponsoring, Mailing Spenden	40 000.00	
Beitrag BSV / FRAGILE SUISSE	20 000.00	
Übrige Erträge-Verkauf Bücher/Inserate	1 900.00	
Aufwand Spendenmailling(Porti,Druck,) Retouren		1 000.00
Brain-Week, KSA Aarau und Brainbus		500.00
Miete SHG-Lokal		300.00
Miete Beratungsbüro Brugg inkl. Parkkarte		4 000.00
Löhne und Sozialleistungen Büro Brugg		30 000.00
Externer Aufwand Geschäftsstelle		0.00
Personalbeschaffung		0.00
Büromaterial, Drucksachen		2 000.00
Telefon, Fax, Internet		1 500.00
Postporti, Briefmarken für Versand/Bankspesen		1 500.00
Sitzungsgelder Vorstand/Aufwand Organe		1 550.00
Spesen Vorstand Geschäftsstelle		1 000.00
Zwischentotal SHG		28 300.00
Selbsthilfegruppen Feuer & Flamme		2 000.00
Selbsthilfegruppen Angehörige Aarau		1 500.00
Nachmittagstreff für Betroffene/Outdoor Gruppe		5 000.00
Selbsthilfegruppe Angehörige Brugg		500.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Olten		2 000.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Lenzburg		6 700.00
Selbsthilfegruppe Angehörige Rheinfelden		3 000.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Baden		0.00
Selbsthilfegruppe Junge Angehörige KSA Aarau		1 400.00
Selbsthilfegruppe Lenzburg Nina Koch		6 200.00
Publikationen inkl. Jahresbericht		2 500.00
Beitrag FRAGILE Suisse Kollektiv/ZEWOKABO		625.00
Mitglieder Anlässe/Ausflüge/Ausstellungen		3 500.00
Übriger Betriebsaufwand/Informatik		1 150.00
	76 900.00	79 425.00
GEWINN/VERLUST		- 2 525.00
	76 900.00	76 900.00



Praxis für Neuropsychologie

neur thek

für Menschen mit Hirnverletzung oder Hirnerkrankung und ihre Angehörigen

- neuropsychologische Diagnostik
- Beratung, Therapie und Kurse
- berufsorientiertes Coaching

Dr. phil. Martina Hoffmann
Solothurnerstrasse 15, 4600 Olten

Tel. 062 213 83 60
www.neurothek.ch



Mitgliederversammlung ist geschäftlich und gesellig zugleich



Danke an unsere Zither-Spielerinnen





Die Reha Rheinfelden ist das führende Rehabilitationszentrum für Neurologie, Orthopädie, Rheumatologie und Sport.

Stationäre Rehabilitation

- Neurologische Rehabilitation inkl. rehabilitativer Intensivabteilung
- Muskuloskeletale und orthopädische Rehabilitation
- Geriatrische Rehabilitation
- Internistisch-onkologische Rehabilitation
- Psychosomatische Rehabilitation
- Sklerodermie

CURATIVA Das Ambulante Zentrum der Reha Rheinfelden

Ärztliche Sprechstunden für

- Neurologie
- Rheumatologie, Orthopädie und Sport
- Schmerz
- Haut- und Systemsklerose (Sklerodermie)
- Dermatologie

Therapieangebot

- Physiotherapie/Physikalische Therapien
- Ergotherapie
- Logopädie
- Osteopathie
- Traditionelle Chinesische Medizin TCM
- Neuropsychologie/Klinische Psychologie
- Musiktherapie
- Ernährungsberatung

Spezielle Angebote

- Medical Fitness Rheinfelden
- Kindertherapie-Zentrum inkl. Kinderneuropsychologie
- Intensive ambulante Rehabilitation
- Neurologisches Tageszentrum
- Memory Clinic
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Mobile therapeutische Dienste
- Versicherungsabklärungen
- Golf Medical Clinic

Reha Rheinfelden

Salinenstrasse 98
CH-4310 Rheinfelden
Tel. +41 (0)61 836 51 51
info@reha-rhf.ch
www.reha-rheinfelden.ch

Wir bedanken uns herzlich!

Besonderen Dank für die grosszügige Unterstützung im vergangenen Jahr geht an:

Spenden CHF 100.– bis CHF 499.–

Bircher Markus, Rombach
Buettner Ulrich, Erlinsbach
Edelmann Magdalena, Bad Zurzach
Evard Christine, Sierre
Fischer Roland, Rothenburg
Grossmann Walter Josef und Annemarie,
Riniken
Hächler Fredi, Aarau Rohr
Hug-Jegge Trudi & Viktor, Niederrohrdorf
Karch Ursula Christine, Muri
Kath. Pfarrei Peter u. Paul, Aarau
Landfrauen, Riniken
Meier Josef, Zofingen
Müller Peter René, Wohlen
Nyffeler Thomas, Luzern
Rüegg Stephan, Villigen
Schärer Peter und Monika, Riniken
Scheibler Metzgerei, Dulliken
Scherrer Christoph, Arni
Stöckli Ruth, Suhr
Studer Martin, Wettingen
Suter Bernhard, Birrwil
Vollenweider Hans Ulrich, Buchs AG
Wattinger René, Villigen
Wirz-Knörr Roger, Unterentfelden
Wirz-Zeder Herbert, Reinach
Wochele Jörg und Irene, Remigen
Wolf Tobler Marlene, Bern
Wyser Ulrich, Villigen

ab CHF 500.– und mehr

Gervasi Romano, Lupfig
Gubler Marcel und Regula, Mühlethal
Landfrauen Schinznach-Dorf
Ref. Frauenverein, Muri AG
Taussky Philipp, Salt Lake City/USA

ab CHF 1000.– und mehr

Inner Wheel Club Olten-Niederamt,
Lostorf
Kuhn Theresa, Dättwil
Ref. Kirchgemeinde, Brugg
Steinhauer Willi, Brugg

Spenden in Form von Vergünstigungen/Naturalspenden

Burkard Franz, Aarau Rohr
Gesundheitszentrum, Brugg
Hächler Barbara, Aarau Rohr
Herzog Treuhand AG, Stein
Kantonsspital Aarau
Kantonsspital Olten
Kath. Pfarrramt, Baden
Lüthy Josefine, Aarau Rohr
Müller Rosemarie, Erlinsbach SO
Pro Infirmis, Aarau
Prof. Dr. med. Krassen Nedeltchev, KSA
Aarau
Raiffeisenbank Aare-Reuss, Mellingen
RehaClinic, Zurzach/Baden
Süssbach AG, Aktivierung, Brugg

Sowie verschiedene Gedenkspenden,
Spenden von Geburtstagsfeiern und
weiteren Anlässen.

Herzlichen Dank allen Referenten, Grup-
penleiterInnen, HelferInnen im Nachmit-
tagstreff und an anderen Anlässen.

Ein herzlicher Dank gehört auch den
Inserenten.

Mitgliederbeiträge und Spenden an:

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, 5200 Brugg
IBAN CH42 8070 4000 0061 4697 6 (PC 50-2675-8)

Wichtige Anlässe 2018

- 1. Februar – 5. Juli**
1x wöchentlich
Kurs Gedächtnistraining in Aarau für Betroffene
Académie FRAGILE Suisse, 044 360 26 90, afs@fragile.ch
- 2. Februar – 26. Juni**
1x wöchentlich
Kurs Englische Konversation lernen in Olten für Betroffene
Académie FRAGILE Suisse, 044 360 26 90, afs@fragile.ch
- 12. – 16. März**
Woche des Gehirns: Brainweek am KSA Aarau
- 13. März**
Publikumsveranstaltung «Epilepsie – Das Gewitter im Gehirn» organisiert vom Neurozentrum Aarau in Partnerschaft mit EPI Suisse und FRAGILE AG/SO Ost
- 16. März**
Fachvortrag «Sind Gehirnerschütterungen harmlos?» organisiert von FRAGILE AG/SO Ost im Rahmen der Brainweek KSA Aarau (Details siehe Flyer)
- 13. März – 15. Mai**
1x wöchentlich
Kurs Gemeinsam unterwegs sein – Lauffreß Nordic Walking in Olten für Betroffene
Académie FRAGILE Suisse, 044 360 26 90, afs@fragile.ch
- 17. März**
Mitgliederversammlung
Regionales Pflegezentrum, Wettingerstrasse, 5400 Baden
- 14. April**
Tag des Notrufs, Aktionstag 144
- 15. Juni**
Mitgliederreise nach Brülisau (AI) Hoher Kasten
- 7. Juni – 12. Juli**
1x wöchentlich
Kurs Experimentelles Malen, Ennetbaden für Betroffene und Angehörige
Académie FRAGILE Suisse, 044 360 26 90, afs@fragile.ch
- 23. Oktober**
Fachvortrag organisiert durch FRAGILE AG/SO Ost
- 29. Oktober**
Welttag des Schlaganfalls, Fachreferat
Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der RehaClinic Bad Zurzach
- 1. Dezember**
Jahresschlussfeier GZ Telli, Aarau

Eine Hirnverletzung passiert mitten im Leben – und verändert alles.

**Hirnschlag, Schädel-Hirn-Trauma oder Hirntumor?
FRAGILE informiert und hilft!**

**Mit Ihrer Mitgliedschaft
und/oder Spende
helfen Sie uns helfen!**



FRAGILE
AARGAU
SOLOTHURN OST

Werden Sie Mitglied von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Als Mitglied von Fragile Aargau Solothurn Ost profitieren Sie von verschiedenen Angeboten und Vergünstigungen, dazu erhalten Sie regelmässig Informationen rund ums Leben mit einer Hirnverletzung. Anmeldung zur Mitgliedschaft telefonisch oder online über unsere Homepage. Der Mitgliederbeitrag beträgt CHF 40.–

FRAGILE AG/SO Ost

Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
Telefon Geschäftsstelle: 056 442 02 60
www.fragile-aargau.ch
aargau@fragile.ch

Spenden

Als gemeinnützige Vereinigung ist FRAGILE Aargau Solothurn Ost auf Spenden angewiesen. Mit einer Spende helfen Sie uns helfen! Die Namen von Spendern von Fr. 100.– und mehr, werden auf der Spenderliste unseres Jahresberichtes erscheinen. Näheres zu Spenden aus besonderem Anlass (Trauergedenk- oder Jubiläumsspenden) erfahren Sie auf unserer Homepage.

Bankverbindung:

Raiffeisen Bank
5507 Mellingen
PC 50-2675-8 FRAGILE AG/SO Ost
Fröhlichstr. 7, 5200 Brugg
IBAN CH42 8070 4000 0061 4697 6

Nützliche Adressen, Januar 2018

Geschäftsstelle	Informationen
FRAGILE Aargau/Solothurn Ost Geschäftsstelle Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg Telefon: 056 442 02 60 E-Mail: aargau@fragile.ch Homepage: www.fragile-aargau.ch	Öffnungszeiten: Dienstag 9.00 bis 11.00 Uhr Donnerstag 9.00 bis 11.00 Uhr Die Helpline fürs Hirn: 0800 256 256 Helpline@fragile.ch

Sozialberatung	Ort der Beratung	Kontaktadresse
Haben Sie Fragen? Wünschen Sie Unterstützung? Unsere Beratungspersonen sind für Sie da. Ihre Anfrage wird absolut vertraulich behandelt. Rufen Sie uns an, um einen Termin zu vereinbaren!	FRAGILE AG/SO Ost Geschäftsstelle Fröhlichstr. 7 5200 Brugg	FRAGILE AG/SO Ost Geschäftsstelle Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60, aargau@fragile.ch

Selbsthilfegruppen und Treffpunkte	Treffpunkt	Kontaktadresse
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Dr. phil. Martina Hoffmann Jeden zweiten Mittwoch im Monat 15.00 – 16.30 Uhr	Ref. Kirchengemeinde Zeughausstr. 9 5600 Lenzburg	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	5600 Lenzburg Ersatzlösung wird gesucht	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Fachlich geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Theresa Kuhn, Logopädin Jeweils am Montag, 1x pro Monat 14.45 – 16.15 Uhr	Kantonsspital Olten Baslerstr. 150 4600 Olten	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Tamara Hueber, Neuropsychologin Jeden letzten Donnerstag im Monat 17.30 – 19.00 Uhr	RehaClinic Baden Bäderstr. 16 5400 Baden	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Selbsthilfegruppe für Angehörige Leitung: Frau Gabriela Wullschleger, Angehörige Jeden letzten Freitag im Monat 19.30 – 21.30 Uhr	c/o Pro Infirmis Bahnhofstr.18 5000 Aarau	Gabriela Wullschleger 044 737 31 93 / 079 452 31 20 gabriela.wull@bluewin.ch oder FRAGILE AG/SO Ost 056 442 02 60 aargau@fragile.ch



Selbsthilfegruppen und Treffpunkte	Treffpunkt	Kontaktadresse
Selbsthilfegruppe für Angehörige Leitung: Frau Romi Ruedin Jeden ersten Dienstag im Monat 14.15 – 16.15 Uhr (Gleichzeitig wie der Nachmittagstreff)	Gesundheitszentrum Brugg (ehemals Spital) Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Themen- und Gesprächsabende für Jugendliche ab 14 Jahren bis junge Erwachsene mit einem Elternteil mit Hirnverletzung Leitung: Frau Marie-Louise Lanz-Lüthi Jeweils am Dienstag: 18.30 – 19.30 Uhr Siehe unter Agenda: www.fragile-aargau.ch	Kantonsspital Aarau Haus 4 Eingang Betten-trakt 5000 Aarau	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Angehörige Leitung: Frau lic. phil. Marietta Haller, Fachpsychologin FSP Jeweils am letzten Montag im Monat 17.30 – 19.00 Uhr	Reha Rheinfelden Salinenstr. 98 4310 Rheinfelden	FRAGILE AG/SO Ost 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
«Feuer und Flamme» Selbsthilfe & Freizeitgruppe für Betroffene Leitung: Frau Mirca Pierson-Lanz, Betroffene Herrn Christian Angerer, Betroffener Jeden zweiten Montag im Monat 13.30 – 15.30 Uhr	Chorherrehus Kirchplatz 12 5400 Baden	Frau Mirca Pierson 062 873 09 89 mirca@pierson-lanz.ch oder Herr Christian Angerer 056 209 14 30 plan4u@plan4u.ch oder FRAGILE AG/SO Ost 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Fachlich geleiteter Nachmittagstreff für Menschen mit Hirnverletzung (zur Entlastung der Angehörigen) Leitung: Frau Cornelia Vogt, Ergotherapeutin Jeden ersten Dienstag im Monat 14.00 – 16.30 Uhr	Gesundheitszentrum Brugg (ehemals Spital) Fröhlichstr. 7 5200 Brugg	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Fachlich geleiteter Outdoor-Treff «zäme underwägs» für bewegungsfreudige Menschen mit Hirnverletzung, die auf Begleitung angewiesen sind Leitung: Frau Cornelia Vogt, Ergotherapeutin Einmal pro Monat am Dienstag 14.00 – 17.00 Uhr	Bahnhof 5200 Brugg	FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch

* Eine Anmeldung vor dem ersten Gruppenbesuch ist erwünscht.
 Die aktuellen Daten der jeweiligen Gruppentreffen sind publiziert unter:
www.fragile.ch/betroffene-und-angehoerige/agenda



RehaClinic

Unternehmensgruppe für
Rehabilitation und Prävention

«Heute stehe ich wieder mitten im Leben.»

Nach einem Unfall oder einer Krankheit braucht der Weg zurück in Beruf und Alltag oft viel Kraft. RehaClinic unterstützt und begleitet Sie während Ihrer Genesung oder beim beruflichen Wiedereinstieg umfassend und individuell.

Informationen unter: rehaclinic.ch

