



FRAGILE
AARGAU
SOLOTHURN OST



FRAGILE AG/SO zeigt Präsenz am Tag des Notrufs in Baden.
Foto: Bea Züllig

Jahresbericht 2015

Vereinigung für Menschen
mit Hirnverletzung und ihren Angehörigen





Jahresbericht 2015 der Präsidentin

Am 20.03.2015 konnten wir wiederum im Rahmen der Brainweek verschiedene Vorträge und eine Plenumsdiskussion durchführen, welche sich mit der Frage der Wiedereingliederung von Menschen mit Hirnverletzung in den Arbeitsmarkt beschäftigte.

Am 14.04. konnten wir am Tag des Notrufs beim Kantonsspital Baden mit einem Stand präsent sein, der sehr rege besucht wurde. Wir haben daher beschlossen, diesen erfolgreichen Anlass auch im Jahr 2016 wieder durchzuführen.

Die Vereinsreise führte uns im letzten Jahr mit dem Schiff von Stein am Rhein nach Schaffhausen. Sie war gut besucht und konnte bei strahlendem Wetter und guter Laune durchgeführt werden.

Im Oktober hielt Herr Prof. Dr. Ulrich Roelcke am KSA einen Vortrag zum Thema «Leben mit einem Hirntumor».

Das Vereinsjahr konnten wir an der Jahresabschlussfeier in Olten beenden. Mit einem feinen Dessert-Bufferet, dem Auftritt des Samichlaus und sehr guter Stimmung haben wir gemeinsam das Vereinsjahr gefeiert.

Unter der Federführung von FRAGILE AG/SO Ost wurden 2015 insgesamt acht Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige geführt, wo in regelmässigen Treffen die Probleme des Alltags aufgearbeitet werden konnten. In zwei Treffpunkten konnten Betroffene einen gemeinsamen betreuten Nachmittag mit Basteln, Spiel und Wan-

dern verbringen, währenddessen deren Angehörige für ein paar Stunden entlastet wurden.

Danke an unsere vielen Spender und Gönner, auf deren wertvolle Unterstützung wir auch im Vereinsjahr 2015 zählen konnten. Auch wurde wiederum sehr viel unbezahlte Freiwilligenarbeit geleistet, wofür ich mich bei allen Vorstandsmitgliedern und Helferinnen und Helfern bedanken möchte. Der Vorstand hielt wiederum sieben Sitzungen ab.

Beatrice Fäs hat neu ihre Arbeit im Vereinsbüro in Brugg aufgenommen und sowohl die Umstrukturierung der Büroarbeit sowie die Einarbeitungszeit mit Bravour gemeistert, wofür der Vorstand ihr ausgesprochen dankbar ist.

Weiter konnten wir in Zusammenarbeit mit dem Dachverband verschiedene Anlässe für junge Hirnverletzte durchführen, organisiert wurde dies im Vorstand durch Sabrina Caso. Diese Anlässe sind sehr beliebt und wir hoffen, diese weiterführen zu können. Ebenfalls konnten wir neu die Sozialberatung zusammen mit dem Dachverband in den Aargau holen. Auch dieses Angebot wird rege benutzt und bietet den Mitgliedern einen guten Mehrwert. Dank der Unterstützung des Dachverbands können wir dieses als Pilotprojekt gestartete Angebot nun fest installieren.

Ich hoffe auf ein ebenso erfolgreiches 2016.

Elisabeth Tribaldos, Präsidentin

Organisationszweck

Eine Hirnverletzung als Folge eines Schlaganfalls, Hirnblutung, Schädel-Hirn-Trauma oder Hirntumor ist für die betroffenen Menschen meist ein gravierendes und einschneidendes Ereignis. Bleibende offensichtliche und verborgene Behinderungen 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 Beratung, Selbsthilfegruppen, Freizeitangebote und Informationsveranstaltungen. Mit Broschüren und Fachinformationen orientiert die gemeinnützige Organisation kompetent über das Thema Hirnverletzung.

Mitgliederzahl: 353 Einzel-, Familien- und Kollektivmitglieder

Vorstand und Geschäftsstellenleitung

- Präsidium: Elisabeth Tribaldos, seit 2013
- Fredi Hächler, Vizepräsident und Kassier seit 2009
- Beatrice Züllig, Selbsthilfe, Dienstleistungen, seit 2008
- Prof. Dr. Ulrich Buettner, Beisitzer, seit 2013
- Urs Burkard, Protokollführer, seit 2013
- Sabrina Caso, Beisitzerin, seit 2014
- Sabine Lirgg, Beisitzerin, seit 2015
- Beatrice Vanini, Beisitzerin seit 2015

Geschäftsstellenleitung: Béatrice Fäs (20-Prozent-Pensum)

Nahestehende Organisationen

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

Jahresziele

Der Vorstand von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost hat für das Jahr 2015 folgende Ziele definiert:

- Weiterentwicklung von Vorstand und Verein.
- Pflege des Angebots von Selbsthilfegruppen und Treffpunkten.
- Organisation von Themenanlässen in Form von Vorträgen.
- Professionelles Beratungsangebot in Zusammenarbeit mit der Dachorganisation.
- Ausbau des Angebotes für junge Betroffene.
- Angebot eines reichhaltigen Jahresprogramms.
- Fortführen der Vernetzungstätigkeit mit Partnerorganisationen.
- Aufklärung der Laien und Fachpersonen zu Art und Folgen von Hirnverletzungen

HERZLICH WILLKOMMEN IN DER

praxis57plus

DIE PRAXIS MIT SPEZIALISIERTEN ANGEBOTEN FÜR MENSCHEN
MIT HIRNVERLETZUNGEN

NEUROPSYCHOLOGISCHE DIAGNOSTIK

- ▶ mit Fokus auf individuelle Ressourcen
- ▶ als Basis für eine zielgerichtete neuropsychologische Behandlung

THERAPIE UND BEHANDLUNG

- ▶ in einem interdisziplinären Team von Fachärzten, Neuropsychologen und Psychotherapeuten
- ▶ mit lösungs- und alltagsorientierten Ansätzen
- ▶ mit Elementen der neurologischen Musiktherapie

BERUFSORIENTIERTES COACHING

- ▶ Begleitung bei beruflichen Problemstellungen
- ▶ Laufbahnberatung für Menschen mit Handicap

PROGRAMME ZUR FÖRDERUNG VON GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

- ▶ Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung
- ▶ Mind-Body-Medizin
- ▶ psychologisch geleitete Gesprächsgruppen



Praxis57plus . Eisengasse 5 . 5600 Lenzburg Tel.: +41 62 844 57 57 info@praxis57plus.ch

Erbrachte Leistungen

Die einschneidenden Veränderungen im persönlichen, familiären und psychosozialen Bereich durch eine Hirnverletzung erfordern ein breites Angebot an Beratung und Selbsthilfe für die Betroffenen. Die Folgen einer Hirnverletzung begleiten die Betroffenen ein Leben lang, woraus sich ergibt, dass unsere Angebote dauernd bedarfsgerecht und altersgerecht angepasst werden müssen.

Das Angebot von FRAGILE AG/SO Ost umfasste 2015 insgesamt 8 Selbsthilfegruppen und 2 Treffpunkte. Die Nachfrage nach solchen Angeboten war ungebrochen hoch.

Der Treffpunkt in Brugg ermöglichte es Betroffenen, unter professioneller Betreuung zu spielen und zu basteln. Der Treffpunkt in Brugg konnte dieses Jahr um eine Outdoor-Gruppe erweitert werden.

Fachlich geleitete Gesprächsgruppen für Betroffene konnten in Lenzburg, Olten und Baden angeboten werden. Für Angehörige stand in Rheinfelden eine fachlich geleitete Gesprächsgruppe offen, während speziell für junge Angehörige eine solche in Aarau angeboten wurde.

FRAGILE AG/SO Ost nahm auch 2015 seinen Informationsauftrag wahr: Durch Standaktionen an der Brainweek im Kan-

tonsspital Aarau und am Tag des Notrufs in Baden konnte ein breites Publikum erreicht werden. Die Fachvorträge im Frühjahr und im Herbst stiessen ebenfalls auf ein grosses Interesse.

Im Jahre 2015 wurden für all diese Dienstleistungen 2548 Stunden durch die Geschäftsstelle, durch die Vorstandsmitglieder und durch freiwillige Helferinnen und Helfer geleistet.

In Zusammenarbeit mit der Dachorganisation konnte neu eine umfassende Sozialberatung durch eine Fachperson angeboten werden. Dieses Angebot wurde rege in Anspruch genommen. Die umfassende Beratung erstreckte sich über Themen wie: Bewältigung der Hirnverletzung, Partnerschaft und Familie, Wohnen und Arbeit, Finanzen und Versicherungen sowie rechtliche Fragen. Die Fachperson übernahm in Einzelfällen eine längere punktuelle Begleitung. So wurden 2015 insgesamt 37 Dossier-Beratungen geführt, welche total 233 Arbeitsstunden in Anspruch nahmen, weiter wurden während rund 2 Stunden 6 Kurzberatungen getätigt.

Ermöglicht wurden all diese Tätigkeiten von FRAGILE AG/SO Ost im Dienste der Menschen mit Hirnverletzung durch viele Freunde und Gönner, welche uns mit ihrer grosszügigen Spende unterstützten.



Wer wird beschenkt?



Teilnehmer der Vereinsreise.

Berichte der geleiteten Gruppen für Betroffene

Gruppe Lenzburg

Die geleitete Gesprächsgruppe in Lenzburg startete im 2015 ins zweite Jahr. Mittlerweile ist die Gruppe fest etabliert und es finden sich 14-tägig jeweils mittwochnachmittags bis zu neun Betroffene in den Räumlichkeiten der Praxis 57plus in Lenzburg ein.

Die Gemeinschaft ist nunmehr für viele ein wichtiger Treffpunkt geworden – ein Ort der Begegnung, des Lernens und auch ein Ort, um Freunde zu finden und zu treffen. Neue Mitglieder wurden jeweils herzlich willkommen geheissen und rasch in die Gruppe integriert. Bereits im Wartezimmer war jeweils die Herzlichkeit untereinander offensichtlich und immer wieder schwappte diese fröhliche Atmosphäre auf andere wartende Patienten oder Mitarbeiterinnen der Praxis über.

Während der Gesprächsrunde trat die Fröhlichkeit zuweilen etwas in den Hintergrund, wenn von Erlebnissen im Alltag berichtet wurde, welche verunsicherten, verärgerten oder gar verängstigten. Dabei schätzten die Teilnehmenden den gemeinsamen Austausch von Erfahrungen, das voneinander Lernen in der Bewältigung solcher Erlebnisse sowie die Möglichkeit, fachliche Hintergrundinformationen zu erhalten.

Immer wieder hörten wir auch schöne, manchmal nahezu unmöglich erscheinende Erzählungen über Lebensereignisse, welche die Betroffenen trotz – oder auch gerade wegen – der Hirnverletzung erfahren haben. Diese Erzählungen waren für alle besonders beglückend und spendeten Freude und Mut.

Die Teilnehmenden berichteten am Ende des Jahres, dass sie die Treffen als grosse Bereicherung erlebt haben, in denen ein Verstehen des Geschehenen, das gegenseitige Getragensein ebenso wie das fröhliche Miteinander wichtige Elemente darstellten.

Ich bedanke mich bei allen in der Gruppe für ihr Mitwirken und ihre Offenheit. Ein herzliches Dankeschön geht auch an FRAGILE Aargau/Solothurn Ost – respektive

deren MitarbeiterInnen –, welche die Treffen ermöglichen und durch ihr grosses Engagement im Hintergrund wesentlich dazu beitragen, dass Menschen mit Hirnverletzungen diesen Ort der Begegnung finden. Ich freue mich, die Fragile-Mitglieder auch im neuen Jahr begleiten zu dürfen.

Dr. phil. Martina Hoffmann
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP

Gruppe Baden

Auch 2015 war wieder ein lebendiges und sehr facettenreiches Jahr. Wir erlebten happige Schicksalsschläge, fieberten bei Therapieverläufen mit, konnten aber auch grosse Freude miteinander teilen! Wie immer kamen im gegenseitigen Erfahrungsaustausch auch «die ganz alltäglichen Themen» wie Fragen, Sorgen, Ärgernisse und – ganz wichtig – der Humor nicht zu kurz. Mittlerweile hat sich ein «harter Kern» gebildet, wobei auch die selteneren BesucherInnen und ebenso die Neulinge immer wieder gerne gesehen sind und sich in der interessierten, umgänglichen und wohlwollenden Runde bei Kaffee und Knabberereien nicht als Aussenseiter fühlen müssen.

Und «alle Jahre wieder»... – den Jahresabschluss feierten wir traditionell mit viel Gemütlichkeit in erweiterter, geselliger Runde zusammen mit den Angehörigen im La Cappella in Baden.

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.

Wir freuen uns auf weitere Neuzugänge!

Tamara Hueber, Neuropsychologin
RehaClinic Zurzach/Baden/Kilchberg

Gruppe Olten

Nach einer längeren Winterpause, die sich die Gruppe wünschte, trafen sich am 30.03. 2015 wieder sechs TeilnehmerInnen – drei Frauen und drei Männer – im Kantonshospital Olten (KSO). Insgesamt fanden in diesem Jahr acht Treffen statt.

Die Gruppe – einschliesslich mir – freute sich über drei neue TeilnehmerInnen, wobei nur einer davon regelmässig kam und sich jetzt dazugehörig fühlt. Eine Person kam nur einmal und eine andere dreimal. So ist die Teilnehmerzahl leider bei den letzten fünf Treffen wieder auf vier geschrumpft. Seit Jahresmitte war ein noch relativ jüngerer Teilnehmer, der regelmässig an den Treffen teilnahm, erkrankt. Leider ist er am 7.11.2015 verstorben, was alle sehr traurig stimmte.

Überhaupt war das Thema Tod besonders im letzten Halbjahr sehr präsent und häufig Gesprächsthema, weil bei zwei Teilnehmern enge Bezugspersonen verstorben sind.

Es ist schön zu erleben, wie die vier regelmässigen Teilnehmenden zusammengewachsen sind und jeweils an den Freuden und Leiden der Einzelnen Anteil nehmen. Man versucht sich gegenseitig zu unterstützen, Mut zuzusprechen und auch hilfreiche Informationen auszutauschen. Die jeweiligen Treffen werden genutzt sich mitzuteilen, auszutauschen und auch Geselligkeit zu pflegen. Dies kam insbesondere beim letzten Treffen zum Zug – bei Kaffee, Tee, Kuchen, Dessertcrème.

Immer wieder machte ich meine Logopädie-Kolleginnen in den Spitälern, Rehakliniken und privaten Praxen auf unsere Treffen aufmerksam, denn es wäre schön, wenn die Gruppe noch etwas wachsen würde.

Theresa Kuhn
dipl. Logopädin, Psychotherapeutin



Gemütliche Runde am Spielnachmittag der jungen Betroffenen.

Berichte der geleiteten Gruppen für Angehörige

Gruppe Rheinfelden

Bei unseren Treffen handelt es sich um eine offene, zeitlich nicht begrenzte Gesprächsgruppe für Angehörige von hirnerkrankten Menschen in der Region Rheinfelden. Die Gruppe wurde Ende Oktober 2014 mit zwei TeilnehmerInnen ins Leben gerufen und in diesem Jahr weitergeführt. Aufgrund der kleinen Gruppengrösse kam es leider aus Krankheitsgründen zu mehreren Ausfällen der monatlichen Gruppentermine. Insgesamt fanden im Jahr 2015 sechs Treffen statt. Im Jahresverlauf interessierten sich einige Personen für die Gruppe und nahmen auch ein oder mehrere Male an den Sitzungen teil. Zuverlässig und konstant wird die Gruppe aber weiterhin nur von zwei – beziehungsweise möglicherweise in Zukunft drei – TeilnehmerInnen genutzt.

Der Austausch während der Treffen war jeweils sehr angeregt und die gegenseitige Unterstützung gross. Die Gesprächsthemen handelten von Verlusterleben und Neuorientierung im Umgang mit den hirnerkrankten Lebenspartnern. Dabei zeigte sich, dass alle Teilnehmenden mit ähnlichen Belastungen konfrontiert sind oder waren, dass die Wege der Verarbeitung der Schicksalsschläge aber individuell gefunden werden müssen. Die Treffen sind auch für die beiden Gruppenleiterinnen eine Bereicherung und wir danken für den angeregten und angenehmen Austausch in diesem Jahr.

Die Gruppe wird 2016 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.

Über weitere Neuzugänge würden wir uns freuen.

lic.phil. Marietta Haller
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP
Dr. phil. Sara Kvrjic,
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP

Gruppe für junge Erwachsene Aarau

Wie bereits im 2014 trafen sich im vergangenen Jahr in ca. zweimonatigen Abständen durchschnittlich jeweils 7 bis 9 Jugend-

liche mit einem an einer Hirnverletzung erkrankten Elternteil zu einem Themen- und Gesprächsabend. Die Treffen wurden in Zusammenarbeit der FRAGILE Aargau/ Solothurn Ost mit der neurologischen Klinik des Kantonsspitals Aarau unter der Leitung von Frau Dr. phil. Nicole Schmid, Neuropsychologin, in der neurologischen Klinik des Kantonsspitals Aarau durchgeführt.

Gegenstand und Ziel dieser Treffen war es, den Jugendlichen die Möglichkeit zu geben, Fragen und Probleme im Umgang mit dem betroffenen Elternteil mit einer Fachperson und anderen betroffenen Jugendlichen auch ausserhalb der Familie zu besprechen. In den Gruppen wurden Informationen zu den Ursachen der jeweiligen Hirnverletzungen sowie deren Auswirkungen auf das Verhalten vermittelt und diese Aspekte in konkreten Situationen diskutiert. Auf diesen Grundlagen ergaben sich sehr interessante Diskussionen und Interaktionen zwischen den Jugendlichen. Es fand ein reger Austausch darüber statt, wie sich die Erkrankung der Eltern auf das eigene Leben und die Zukunft auswirkt und wie man diesen oft sehr herausfordernden Situationen begegnen könnte. Vor allem die gegenseitigen sehr alltagsrelevanten Ratschläge basierend auf eigenen Erfahrungen wurden von den Jugendlichen untereinander sehr geschätzt.

Nach nun zwei Jahren in der mehrheitlich gleichen Konstellation werden die Treffen im 2016 vorerst nicht mehr in diesem Rahmen, sondern in lockeren Treffen zum gemeinsamen Austausch stattfinden. Zudem begrüssen wir in diesem Jahr auch sehr gerne Jugendliche mit einem hirnerkrankten Geschwister.

Sämtliche Jugendliche zeigen sich sehr motiviert, ihre Erfahrungen und ihr Wissen an andere weiterzugeben, weshalb wir sehr hoffen, in Zukunft eine ähnliche Veranstaltung anbieten zu können.

Dr. phil. Nicole Schmid
Neurologische Klinik KSA, Aarau

Bericht der Gruppe für Betroffene «Feuer und Flamme» in Baden

Nach einem ziemlich turbulente Jahr 2014, das wir mit gegenseitiger Unterstützung erleben durften, fing das neue Jahr mit neuen gemeinsamen Unternehmungen an!

UND ES SCHLUG 2015

Wir gingen mit Neugier auf das Jahr 2015 zu!

Was wird kommen und gehen? Keiner von uns wusste es, doch mit gemeinsamen Kräften, lassen wir uns nicht unterkriegen, denn wir wissen:

Gemeinsam sind wir stärker!

Wir sind eine aussergewöhnliche, crazy Gruppe aus verschiedenen Menschen, die an Hirnblutungen, Hirninfarkten, Hirntumoren, MS und Unfällen litten oder leiden. Wir Betroffene unterstützen einander und nehmen wieder gemeinsam an den schönen Dingen unseres Lebens teil. Vertrauen ist die Blüte des Lebens, und Balsam für unsere Seelen ist die Verbundenheit.

Wir trafen uns wieder in vertrauter Regelmässigkeit – zweimal monatlich – im inzwischen heimatlichen Chorherrenhaus in Baden. Und wieder hatten wir unsere ganz speziellen Erlebnisse:

Schiffahrt auf dem Rhein

Am 20. Juli traf sich unsere Gruppe – wie im letzten Jahr – in Full am Rhein in der Nähe von Koblenz zu einer Rheinschiffahrt – diesmal mit rollstuhlgängiger Rampe. Das Wetter bescherte uns wieder einen strahlend blauen Himmel. Dieser verlieht

unserer Stimmung – welche froh und ausgelassen war – das Tüpfelchen auf dem i. Wir sind schon Glückspilze!

Fondue-Anlass zum Jahresausklang im ZEKA:

Am 14. Dezember trafen wir uns – wie schon im letzten Jahr – im ZEKA (Zentrum für Körperbehinderte Aargau) in den Räumlichkeiten des auch öffentlichen Restaurants Ristoro. Das angenehme Ambiente, die freundliche und flotte Bedienung sowie das wirklich gute und reichliche Fondue waren erstklassig. So konnten wir in guter Stimmung und schöner Geselligkeit den Jahresausklang begehen.

Dankbarkeit

Wir lieben das Leben und das Leben liebt uns!

Gehirn

Zwischen all diesen Turbulenzen trainieren wir unser Gehirn immer wieder mit spezifischen Spielen, ABC-Listen und anderen Methoden, für die Verbesserung der Lernfähigkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit. Die Gruppe schätzt den gemeinsamen Austausch und das fröhliche Beisammensein unter Betroffenen

Gemeinsam sind wir stärker!

Christian Angerer, Leiter und Betroffener
Mirca Pierson, Leiterin und Betroffene

Bericht des Nachmittagstreffs in Brugg

«Ein Treffpunkt für Menschen mit einer Hirnverletzung»

Ein feiner Vanilleduft steigt einem schon von Weitem in die Nase. Man hört ein eifriges Treiben aus dem Raum. Ein Mixer ertönt, Stimmen, welche miteinander fachsimpeln, erklingen. Mit grösster Konzentration wird eine Kelle voll Waffelteig zum Waffeleisen transportiert. Jemand anderes schliesst das Waffeleisen behutsam. «Zziisch» – der Vanilleduft wird noch intensiver. «Mmmhhh!» – jetzt ist die perfekte Waffel schon fertig.

Es ist wieder soweit, die Gruppe des Nachmittagstreffs hat sich im Gesundheitszentrum Brugg eingefunden, um zusammen zu backen, zu jassen, handwerklich kreativ zu sein, Gesellschaftsspiele zu tätigen, zu lachen, sich auszutauschen oder einfach das Miteinander zu geniessen. In der geselligen Runde werden soziale Kontakte gestärkt und in der Rehabilitation erlernte Fähigkeiten gefestigt.

Die Gruppe trifft sich einmal pro Monat und wird von einer Ergotherapeutin sowie freiwilligen Helfern geleitet.



Mmmhhh!» – die perfekte Waffel ist fertig.

Das Nachmittagstreff-Team
Cornelia Vogt, Ergotherapeutin
Claire Stalder, Bethly Müller, Heidi Müller,
freiwillige Helferinnen

Outdoorgruppe «zäme underwägs» in Brugg

Bist Du gerne aktiv und in der Natur unterwegs? Dann bist Du bei uns genau richtig! Unsere Gruppe bietet Menschen mit einer Hirnverletzung, welche gut zu Fuss sind, die Möglichkeit, in einer geselligen Runde aktiv zu sein und etwas zu unternehmen.

Die neue Outdoorgruppe «zäme underwägs» trifft sich seit dem Sommer 2015 einmal pro Monat beim Bahnhof Brugg. Von dort aus unternehmen wir zusammen Spaziergänge, kleine Ausflüge oder Besichtigungen 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

«Zäme underwägs» Leiterin
Cornelia Vogt, Ergotherapeutin

Gruppe in Aarau

VERÄNDERUNGEN

Veränderungen erleben wir alle. Wie reagiere ich darauf? Wie gehe ich mit Veränderungen um? Darüber lassen sich Bücher schreiben. Ich schreibe als Angehörige von Veränderungen nach einer Hirnverletzung, sei das durch einen Schlaganfall, ein Schädelhirntrauma oder durch andere Ursachen. Meist ist es eine plötzliche Veränderung. Zuerst stellt sich die bange Frage, ob die Person überlebt? Ja, sie überlebt, aber wie? Überwindet sie die Einschränkungen? Es zeigt sich immer deutlicher, dass mein Partner bleibende Defizite hat. Was ich zuerst nicht wahrhaben wollte, sieht man kaum: Er reagiert anders. Sein Wesen, seine Art, seine Persönlichkeit ist verändert. Ich sehe und

spüre es – es tut weh. Ich fühle mich allein und überfordert.

Genau deshalb gibt es die Selbsthilfegruppe für Angehörige. Dort werde ich verstanden, weil andere Ähnliches erlebt haben. Wir treffen uns einmal im Monat, tauschen uns über das tägliche Leben mit Frust und Sorgen, Hochs und Tiefs aus, machen einander Mut oder lachen über Alltagskomik. Aus solchen Situationen haben sich seit August fünf neue Personen der Gruppe angeschlossen und das ist eine sehr angenehme und bereichernde Veränderung.

So gehen wir mutig und zuversichtlich ins Jahr 2016 – den Veränderungen entgegen!

Martha Schlub, Angehörige

Gruppe in Brugg

Eine Kurzfassung des Jahres 2015

*...wieder ist ein Jahr vollbracht
allerlei Dinge halb oder ganz gemacht!
... so ziehen wir dann ins neue Jahr ein,
und lassen das Alte einfach sein!*

Die Selbsthilfegruppe für Angehörige trifft sich jeweils am ersten Dienstag im Monat von 14.15 Uhr bis um 16.00 Uhr im Gesundheitszentrum Brugg. Wie der Name selbst schon so schön sagt; suche und finde ich jeden ersten Dienstag im Monat meine eigene Hilfe in der Gruppe – Selbsthilfegruppe.

Immer wieder dürfen wir in der Gruppe erfahren, dass wir nicht alleine dastehen – mit unseren Sorgen, Ängsten und Alltagsfragen. Verstanden zu werden, aber auch das Gegenüber zu verstehen, hilft einem weiter, das Geschehene besser zu ertragen.

Häufig ist man guter Dinge, versucht Neues, animiert den Partner und freut sich, bei jedem kleinsten Erfolgserlebnis mit ihm und wie so oft kommt es dann doch anders, als dass man geplant hat oder sich gewünscht hat.

Deshalb haben wir uns im neuen Jahr ein neues Motto gesetzt: «Am besten alles nehmen wies kommt.» Gar nicht gross planen und Erwartungen aufbauen. Auf diesem Weg möchten wir uns auch in diesem Jahr gegenseitig und sich selbst helfen und begleiten.

Und weil es so guttut, treffen wir uns weiterhin immer am ersten Dienstag im Monat in unserer Selbsthilfegruppe in Brugg.

Wir freuen uns über Zuwachs!

Andrea Rhomberg, Angehörige

Kennzahlen zu den Selbsthilfegruppen und Treffpunkten

Angebot	Ort	Kennzahlen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Praxis 57 plus 5600 Lenzburg	9 Teilnehmende 19 Treffen
Fachlich geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Olten, Kantonsspital	5 Teilnehmende 8 Treffen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene	Baden, RehaClinic	13 Teilnehmende 11 Treffen
Selbsthilfe- und Freizeitgruppe für Betroffene «Feuer und Flamme»	Baden, Chorherrehus	17 Teilnehmende 18 Treffen
SHG Angehörige	Aarau, c/o Pro Infirmis	9 Teilnehmende 12 Treffen
SHG Angehörige	Brugg, Gesundheitszentrum	4 Teilnehmende 6 Treffen
Themen und Gesprächsabende für Jugendliche & junge Erwachsene mit einem Elternteil mit Hirnverletzung	Aarau, Kantonsspital	9 Teilnehmende 6 Treffen
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Angehörige	Rheinfelden, Rehaklinik	3 Teilnehmende 6 Treffen
Treffpunkt: Nachmittagstreff (Workshop) für Betroffene zur Entlastung von Angehörigen	Brugg, Gesundheitszentrum	1 Ergotherapeutin 2 Freiwillige 10 Teilnehmende 12 Treffen
Treffpunkt: «zäme underwägs» für bewegungsfreudige Menschen mit Hirnverletzung	Brugg, am Bahnhof	1 Ergotherapeutin 4 Teilnehmende 6 Treffen

Veranstaltungen, Aktionen und Öffentlichkeitsarbeit

Datum	Anlass	Kennzahlen
16. März bis 19. März	Brainweek KSA Aarau	18 HelferInnen 550 Besucher 800 Flyer
20. März	Vortrag zum Thema: Re-Integration am Arbeitsplatz	10 HelferInnen 80 Teilnehmende 500 Flyer
14. April	Tag des Notrufs	4 HelferInnen 200 Besucher
25. April	Mitgliederversammlung Baden	36 Teilnehmende 360 Flyer
31. Mai	Spielnachmittag für «Junge Betroffene»	5 HelferInnen 23 Teilnehmende
19. Juni	Mitglieder-Reise	6 HelferInnen 32 Teilnehmende 326 Flyer
26. Oktober	Vortrag zum Thema: Leben mit Hirntumor	2 HelferInnen 360 Flyer verteilt 80 Teilnehmende
21. November	Helfertreffen	52 Einladungen 15 Teilnehmende
28. November	Raclette-Plausch «Junge Betroffene»	3 Helfer 10 Teilnehmer
5. Dezember	Jahresschlussfeier	4 HelferInnen 29 Teilnehmende 350 Flyer

**BETRIEBSRECHNUNG/
COMPTÉ D'EXPLOITATION**
**Vorjahr
2014**
ERTRAG/PRODUITS
2015
CHF
**Ertrag aus Geldsammelaktionen/
Produits de campagnes de collecte de fonds**

Beiträge Bundesamt für Sozialversicherung BSV/OFAS	20990	8300
übrige Beiträge öffentliche Hand/Contributions du main publ.	0	0
Mitgliederbeiträge/Cotisations	14680	14420
Legate/Légats		
Zweckbestimmte Beiträge/Spenden	0	0
Spenden allgemein/Dons	20577	20960
Spenden durch Mailing/Mailing	5574	2675
	61821	46355

**Erträge aus erbrachten Leistungen/
Produits de prestations fournies**

Ertrag aus Verkäufen und Direkthilfe	1420	2776
	1420	2776

Total Erträge/Produits
63241 49131
Direkter Projektaufwand/Charges directes de projets

Direkthilfe/Aide directe	19562	19875
Informations- und Sensibilisierungsaufwand/Charges	4995	7597
	24558	27472

Personalaufwand/Frais de personnel

Lohnaufwand/Salaires	12469	8820
Sozialversicherungsaufwand/Prestations sociales	1334	1112
Übriger Personalaufwand/Divers	1703	794
	15506	10725

Übriger Betriebsaufwand/Frais d'exploitation

Raumaufwand/Loyers	3945	4020
Verwaltungsaufwand/Frais d'administrations	10345	10786
Informatikaufwand/Informatique	334	1410
Spendengewinnung/Grains de dons	1512	170
Übriger Betriebsaufwand/Divers	206	0
Abschreibungen/Amortissements	0	0
	16342	16386

Zwischenergebnis 1/Résultat intermédiaire 1
-6835 -5452
Finanzergebnis/Résultat financier

Finanzertrag/Produits financiers	5	11
Finanzaufwand/Charges financières	-233	-189
	-228	-179

Übriges Ergebnis/Autres résultats
0 0

Jahresergebnis ohne Fondsergebnis/ Résultat annuel sans résultat des fonds	-5 630	-2 277
Fondsergebnis zweckgebundene Fonds/ Résultat des fonds affectés		
Zuweisungen/Attributions	0	0
Entnahmen/Utilisation	0	0
Jahresergebnis vor Zuweisungen an Organisationskapital/ Résultat annuel avant attribution au capital de l'organisation	6 608	-5 630
Zuweisungen/Entnahmen an erarbeitetes gebundenes Kapital/Capital lié généré erarbeitetes freies Kapital/Fonds libres	-6 608	5 630
	-6 608	5 630
Jahresergebnis nach Zuweisungen an Organisationskapital Résultat annuel après attribution	0	0



Kompetent

**Mit Rat und Tat
zum finanziellen Erfolg.**

062 835 77 77 oder www.akb.ch



**Aargauische
Kantonalbank**

**BILANZ**

(Abschluss nach Swiss GAAP FER 21)

31.12.15

Vorjahr

31.12.14

SCHLUSS-BILANZ II/BILAN (Nach Zuweisung Jahresergebnis)

AKTIVEN / ACTIFS**Umlaufvermögen/Actif en circulation**

Flüssige Mittel/Liquidités	62 753	54 046
Forderungen/ Créances	3 270	2 360
Forderungen gegenüber nahestehenden Organisationen	1 708	1 690
Aktive Rechnungsabgrenzung/Actifs transitoires	335	800
	68 066	58 897

Anlagevermögen/Actif immobilisé

Sachanlagen/Immobilisations corporelles	0	0
Wertberichtigung Sachanlagen	0	0
Finanzanlagen/Placements financiers	0	0
Standaktionen		
	0	0

Bilanzsumme/Total du bilan**68 066****58 897****PASSIVEN / PASSIFS****Fremdkapital kurzfristig/Fonds étrangers**

Sonstige Verbindlichkeiten/Engagements à l'égard de tiers	8 373	5 812
Verbindlichkeiten gegenüber nahestehenden Organisationen	0	0
Passive Rechnungsabgrenzung/Passifs transitoires	0	98
	8 373	5 812

Fondskapital**6 200****6 200****Organisationskapital/Capital de l'organisation**

Erarbeitetes freies Kapital/Capital libre (SB 11)	37 313	30 705
Erarbeitetes gebundenes Kapital/Capital lié généré	16 180	16 180
	53 493	46 885

Bilanzsumme/Total du bilan**68 066****58 897**

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

Budget 2016

	Einnahmen	Ausgaben
Mitgliederbeiträge Einzel und Kollektiv	15 000.00	
Spenden, Sponsoring, Mailing Spenden	22 000.00	
Beitrag BSV / FRAGILE SUISSE	21 000.00	
Teilnehmerbeiträge Veranstaltungen/Kurse	1 000.00	
Übrige Erträge – Verkauf Bücher/Inserate/Zinsen	2 000.00	
Aufwand Spendenmailing (Porti, Druck) Retouren		300.00
Brainweek, KSA Aarau und Brainbus		1 000.00
Miete Beratungsbüro Brugg inkl. Parkkarte		4 000.00
Löhne und Sozialleistung Beratungsbüro Brugg		4 000.00
Löhne und Soziall. Büro Brugg infolge Aufstockung		14 000.00
Externer Aufwand Geschäftsstelle		1 100.00
Büromaterial, Drucksachen		3 000.00
Telefon, Fax, Internet		1 200.00
Postporti, Briefmarken für Versand/Bankspesen		2 000.00
Sitzungsgelder Vorstand/Aufwand Organe		3 000.00
Spesen Vorstand/Spesen Geschäftsstelle		2 000.00
Zwischentotal SHG		21 500.00
SHG Feuer und Flamme Baden		2 000.00
SHG Angehörige Aarau		1 000.00
Nachmittagstreff für Betroffene, Outdoor-Gruppe		5 000.00
Selbsthilfegruppe Angehörige Brugg		1 000.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Olten		2 000.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Lenzburg		6 000.00
Selbsthilfegruppe Angehörige Rheinfelden		3 000.00
Selbsthilfegruppe Betroffene Baden		0.00
Selbsthilfegruppe Junge Angehörige KSA Aarau		1 500.00
Publikationen inkl. Jahresbericht		2 500.00
Beitrag FRAGILE Suisse/Kollektiv/ZEWOKABO		625.00
Mitglieder Anlässe / Ausflüge / Ausstellungen		4 000.00
übriger Betriebsaufwand/Informatik		1 000.00
	66 075.00	82 225.00
		21 225.00
	66 075.00	61 000.00



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

Herzlichen Dank!

Für die grosszügige Unterstützung im vergangenen Jahr danken wir herzlich:

Spenden CHF 100.– bis CHF 499.–

Barth-Frei Irene, Schinznach-Bad
Brogli-Kaufmann Roland, Zeiningen
Edelmann Magdalena, Bad Zurzach
Evard Christine, Sierre
Fuchs Josef und Lotti, Klingnau
Gschwend Martina, Laufenburg
Hächler Fredi, Aarau-Rohr
Horlacher Fritz und Jeannette, Umiken
Koller-Erni Liselotte, Schinznach-Dorf
Lanz Marie-Louise, Umeä
Leutenegger Roland, Biberstein
Militärsanitätsverein, Aarau
Müller Peter René, Wohlern
Müller-Märki Elsbeth, Kleindöttingen
Ref. Frauenverein, Dulliken
Ref. Kirchgemeinde, Bremgarten
Ref. Kirchgemeinde, Tegerfelden
Rüegg Stephan, Villigen
Sartorius Peter, Suhr
Schaerer Monika und Peter, Riniken
Schaerer Peter, Niederrohrdorf
Scheibler Werner, Dulliken
Scherrer Christoph, Arni AG
Senn Anna, Kirchdorf
Steinhauer Marco und Darioli Alexandra,
Riniken
Steinhauer W., Brugg
Stöckli Ruth, Suhr
Studer Martin, Wettingen
Suter B., Birrwil
Vollenweider Hansueli, Buchs AG
Vogt Cornelia, Brugg
Wirz-Zeder Herbert, Reinach AG
Wolf Lydia, Rain LU

ab CHF 500.– und mehr

Brother (Schweiz) AG, Baden-Dättwil
Fäs Béatrice, Möhlin
Gervasi Romano, Lupfig
Malaiakas, Hürbin Gaby, Zuzgen

ab CHF 1000.– und mehr

Kuhn Theresia, Baden-Dättwil
Lions Club, Brugg
Ref. Kirchgemeinde, Brugg
RehaClinic Zurzach, Bad-Zurzach

Spenden in Form von Vergünstigungen/Naturspenden

Burkard Franz, Aarau-Rohr
Gesundheitszentrum, Brugg
Hächler Barbara, Aarau-Rohr
Herzog Treuhand, Stein
Huber André, Fotostudio, Wettingen
Kantonsspital Aarau
Kantonsspital Olten
Kath. Pfarramt, Baden
Klemenz Brigitte, Case-Managerin SUVA
Nef Hansueli, Kleindöttingen
Prof. Dr. med. Krassen Nedeltchev, KSA
Aarau
Pro Infirmis
Pflegezentrum Süssbach AG, Aktivierung,
Brugg
Raiffeisenbank Aare-Reuss, Mellingen
RehaClinic, Zurzach/Baden
Reha Rheinfelden
Rüttimann Niklaus, Lenzburg
Prof. Dr. med. Ulrich Roelcke, KSA Aarau
Dr. med. Karen Wachter, KSA Aarau

sowie verschiedene Gedenkspenden,
Spenden von Geburtstagsfeiern und von
weiteren Anlässen.

Herzlichen Dank allen Referenten,
GruppenleiterInnen, HelferInnen am
Nachmittagstreff 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 2016

- 11. Januar – 14. Juli** Ganzheitliches Gehirntraining in Aarau
Für Menschen mit Hirnverletzung
Académie FRAGILE Suisse, 044 360 26 90,
afs@fragile.ch
- 12. Februar** Führung durch die Studios
von Radio Argovia in Aarau
Treffen für junge hirnverletzte Menschen
- 14. März bis 17. März** Brainweek KSA Aarau
- 17. März** Vortrag zum Thema: Schmerz und Gehirn
im Kantonsspital Aarau
Referent PD Dr. med. Maurer
Vor/nach dem Referat wird
ein thematischer Parcours angeboten
- 02. April** Mitgliederversammlung,
Bullinger Haus Aarau
- 14. April** Tag des Notrufes auf dem Bahnhofplatz
in Baden
- 12. Mai – 23. Juni** Experimentelles Malen in Ennetbaden
Für Menschen mit Hirnverletzung und
Angehörige, Académie FRAGILE Suisse,
044 360 26 90, afs@fragile.ch
- 17. Juni** Mitglieder-Reise ins Emmental,
Besuch des Besucherzentrums
«Kambly Erlebnis» Trubschachen
- 20. August** Jubiläumsveranstaltung der KABO
«Konferenz der Aargauischen
Behindertenorganisationen»
- 24. Oktober** Fachvortrag in der Reha Rheinfelden
Referent: Dr. med. Heiner Brunnschweiler,
Stv. Chefarzt Reha Rheinfelden
- 03. Dezember** Jahresschlussfeier

Eine Hirnverletzung passiert mitten im Leben – und verändert alles.

**Hirnschlag, Kopfverletzung oder Hirntumor?
FRAGILE informiert und hilft!**



FRAGILE
AARGAU
SOLOTHURN OST

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

Werden Sie Mitglied von FRAGILE AG/SO Ost

Als Mitglied von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost profitieren Sie von verschiedenen Angeboten und Vergünstigungen, dazu werden Sie regelmässig mit Informationen rund ums Leben mit einer Hirnverletzung bedient.

Mitgliedschaft anmelden telefonisch oder online über unsere Homepage.

Der Mitgliederbeitrag beträgt CHF 40.–

FRAGILE AG/SO Ost

Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
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
Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
IBAN CH42 8070 4000 0061 4697 6



Der Outdoor-Treffpunkt unterwegs.

Geschäftsstelle	Informationen
<p>FRAGILE Aargau/Solothurn Ost Geschäftsstelle Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg</p> <p>056 442 02 60 aargau@fragile.ch www.fragile-aargau.ch</p>	<p>Öffnungszeiten Telefon: Montag, 16.30 bis 18.30 Uhr Büro und Telefon: Mittwoch, 9 bis 11 Uhr</p> <p>Die Helpline fürs Hirn: 0800 256 256 Helpline@fragile.ch</p>

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

Selbsthilfegruppen und Treffpunkte	Treffpunkt	Kontaktadresse
<p>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</p>	<p>Gesundheitszentrum Brugg (ehemals Spital) Fröhlichstr.7 5200 Brugg</p>	<p>FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg Tel: 056 442 02 60 aargau@fragile.ch</p>
<p>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</p>	<p>Bahnhof 5200 Brugg</p>	<p>FRAGILE AG/SO Ost Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg Tel: 056 442 02 60 aargau@fragile.ch</p>
<p>Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Dr. phil. Martina Hoffmann Jeden 2. Mittwoch im Monat 15.00 – 16.30 Uhr</p>	<p>Praxis 57 plusw Eisengasse 5 5600 Lenzburg</p>	<p>FRAGILE Aargau/Solothurn Ost Geschäftsstelle Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60, aargau@fragile.ch</p>
<p>Fachlich geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Theresa Kuhn, Logopädin Jeweils am Montag, 1x pro Monat 14.45 bis 16.15 Uhr</p>	<p>Kantonsspital Olten Baslerstr. 150 4600 Olten</p>	<p>FRAGILE Aargau/Solothurn Ost Geschäftsstelle Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg 056 442 02 60 aargau@fragile.ch</p>



Selbsthilfegruppen und Treffpunkte	Treffpunkt	Kontaktadresse
Neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Betroffene Leitung: Frau Tamara Hueber, Neuropsychologin Jeden letzten Donnerstag im Monat 17.30 bis 19.30 Uhr	RehaClinic Baden Bäderstr.16 5400 Baden	Frau Tamara Hueber 044 716 70 19 t.hueber@rehaclinic.ch oder 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 2. Montag im Monat 13.30 bis 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
Selbsthilfegruppe für Angehörige Leitung: Frau Martha Schlub, Angehörige Jeden letzten Freitag im Monat 19.30 bis 21.30 Uhr	c/o Pro Infirmis Bahnhofstr.18 5000 Aarau	Frau Martha Schlub 062 723 68 19 mschlub@gmx.ch oder FRAGILE AG/SO Ost 056 442 02 60 aargau@fragile.ch
Selbsthilfegruppe für Angehörige Leitung: Frau Andrea Rhomberg Jeden 1. Dienstag im Monat 14.15 bis 16.00 Uhr (Gleichzeitig wie der Nachmittagstreff)	Gesundheitszentrum Brugg (ehemals Spital) Fröhlichstr.7 5200 Brugg	FRAGILE Aargau/Solothurn Ost Geschäftsstelle 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 Dr. phil. Nicole Schmid Jeweils an einem Dienstag: 18.00 bis 19.30 Uhr Siehe unter Agenda: www.fragile-aargau.ch	Kantonsspital Aarau 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 und Dr. phil. Sara Kvrpic, Fachpsychologin FSP Jeweils letzten Dienstag im Monat 17.30 bis 19.00 Uhr	Reha Rheinfelden Salinenstrasse 98 4310 Rheinfelden	Frau Marietta Haller 061 836 51 51 m.haller@reha-rhf.ch oder FRAGILE AG/SO Ost 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 wäh-
rend Ihrer Genesung oder beim beruflichen
Wiedereinstieg – umfassend und individuell.

Informationen unter: rehaclinic.ch

