



JAHRESBERICHT 2019

FRAGILE Aargau / Solothurn Ost



Rückblick des Präsidenten



Das Vereinsjahr 2019 war für FRAGILE Aargau/Solothurn Ost ausserordentlich herausfordernd. Der Vorstand befand sich in einer dynamischen Wechselsituation, nachdem der Präsident Urs Burkard und Beatrice Züllig ihre

Ehrenämter im Frühjahr 2019 aufgegeben haben. Nach vielen erfolgreichen Jahren ihrer Tätigkeit für FRAGILE möchte ich ihnen im Namen des aktuellen Vorstandes und aller Mitglieder, auch für ihre Bereitschaft, dem Vorstand weiterhin punktuell und beratend zur Seite zu stehen, von Herzen danken. Zum Ende des Vereinsjahres verlassen unser langjähriges Vorstandsmitglied, Vizepräsident und Kassier Fredi Hächler aus Altersgründen und auch Frank Weinmann wegen beruflicher Neuorientierung den Vorstand. Fredi Hächler war nicht «nur» Kassier unseres Vereins, sondern erfahrener Ratgeber und immer bereiter selbstloser Helfer, wenn es um die Organisation aufwändiger Veranstaltungen ging. Ihm gebührt unser ganz besonderer Dank! Frank Weinmann hat sich wesentlich um das Ressort Selbsthilfegruppen gekümmert und uns immer in Angelegenheiten der Sozialversicherungen beraten. Auch ihm sei Dank für sein Engagement für den Verein. Der Generalversammlung 2020 kann wieder ein voll funktionsfähiger Vorstand zur Wahl vorgeschlagen werden.

Doch bestand unsere Aufgabe 2019 nicht nur darin, neue Ehrenamtliche zu suchen, sondern es wurde in allen Selbsthilfegruppen engagiert weitergearbeitet. Speziell den professionellen und freiwilligen Betreuerinnen und Betreuern sei gedankt. Die Freiwilligen haben uns auch im abgelaufenen Jahr bei allen Veranstaltungen tatkräftig unterstützt. Ich möchte auch Beatrice Bossert erwähnen, die die Sozialberatung für unsere Regionalvereinigung durchführt und uns auch darüber hinaus mit Rat und Tat zur Seite steht. Marianne Peter hat nach der Übernahme des Sekretariates dieses rasch routiniert und engagiert geführt und ist für die meisten Mitglieder eine

erste und kompetente Ansprechpartnerin. Der aktuelle Vorstand hätte das schwierige Vereinsjahr 2019 ohne ihr Engagement kaum bewältigt.

Der Vorstand hat 2019 sieben Sitzungen abgehalten. Die Mitgliederversammlung war gut besucht. Es wurden zwei neue Vorstandsmitglieder, Jana Renker und Ineke Igniger, gewählt, während der Unterzeichnete interimsmässig für das Präsidium gewählt wurde. Urs Burkard und Bea Züllig wurden herzlich verabschiedet. Leider hat Cornelia Vogt, Leiterin der Treffpunkte in Brugg, zum Jahresende aus beruflichen Gründen gekündigt. Die Nachfolgeregelung gestaltete sich bisher sehr schwierig. Doch scheint eine Lösung in Sicht, so dass wir die Treffpunkte nicht aufgeben müssen.

Die Veranstaltungen, die wir jährlich für alle Mitglieder organisieren, waren im Grossen und Ganzen sehr erfolgreich. Dies gilt insbesondere für die Brainweek, zu der FRAGILE Dani Albrecht eingeladen hatte, den Fachvortrag von Prof. Thierry Ettlins sowie die Jahresabschlussfeier im Tellli. Auch die Vereinsreise zur Glasi in Hergiswil war für die Teilnehmer sicher ein schönes Erlebnis. Wir hätten uns jedoch wesentlich mehr Teilnehmer gewünscht. Der Vorstand hat sich entschlossen, das Konzept der Vereinsreise zu überdenken und diese zukünftig noch attraktiver zu gestalten. Was die Publikumsveranstaltungen angeht, werden wir versuchen, am Bewährten festzuhalten.

Abschliessend möchte ich allen, die uns durch persönlichen Einsatz als Freiwillige, Ehrenamtliche, als Gruppenleiter oder durch ihre Mitgliedschaft und durch Spenden im vergangenen Jahr unterstützt haben, von Herzen für ihren Einsatz danken. Ohne ihre Hilfe wäre die Arbeit nicht möglich. Ich darf an dieser Stelle daran erinnern, dass sich der Verein etwa zu gleichen Teilen aus Spenden, Mitgliederbeiträgen und dem Beitrag des BSV (Bundesamt für Sozialversicherung) finanziert.

Ulrich Buettner, Präsident

Organisationszweck

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 Kurse. Mit Broschüren und Fachinformationen orientiert die gemeinnützige Organisation kompetent über das Thema Hirnverletzung.

Mitgliederzahl: 475 Einzel-, Familien- und Kollektivmitglieder (Stand 31.12.2019)

Vorstand und Geschäftsstellenleitung

- Prof. Dr. Ulrich Buettner, Präsident ad interim, seit 2013
- Fredi Hächler, Vizepräsident/Kassier, seit 2009
- Sabrina Caso, Beisitzerin, seit 2014
- Frank Weinmann, Beisitzer, seit 2018
- Ineke Irniger, Beisitzerin, seit 2019
- Jana Renker, Beisitzerin, seit 2019
- Urs Burkard, Präsident, bis 2019
- Beatrice Züllig, Selbsthilfe/Dienstleistungen, bis 2019

Geschäftsstellenleitung:

Marianne Peter (40 Prozent), seit 2018

Die Kontrollstelle:

Herzog Treuhand AG, Stein

Nahestehende Organisationen

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

Jahresziele

Der Vorstand von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost hat für 2019 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
- Suche nach Möglichkeiten eines effizienteren Fundraisings
- Angebot eines vielfältigen Jahresprogramms
- Weitere Vernetzungsarbeit mit Partnerorganisationen
- Aufklärung und Information für Laien und Fachpersonen zu Art und Folgen von Hirnverletzungen

Tätigkeitsbericht



FRAGILE Aargau/Solothurn Ost betreut Menschen mit einer Hirnverletzung und auch deren Angehörige. Täglich suchen Menschen, die von den Folgen eines Schlaganfalls, eines Unfalls

oder einer Krankheit aus der Bahn geworfen werden, unsere Hilfeleistungen. Für einen Menschen mit Hirnverletzung ist es meist schwierig, mit anderen Menschen über seine Probleme und Alltagsschwierigkeiten zu sprechen. Mit einer geschulten Person reden zu können, ist oft der erste Schritt in ein neues Leben. Ebenso wichtig ist der Austausch unter Betroffenen, den wir mit Selbsthilfegruppen und Treffpunktangeboten ermöglichen. Dafür sind die Hilfesuchenden sehr dankbar. Nicht zu vergessen sind die Angehörigen, welchen wir gleichfalls Entlastung und Gesprächsgruppen anbieten.

Unsere Regionalvereinigung bot im Jahr 2019 folgende Gruppen an: Für Betroffene vier fachlich geleitete Gesprächsgruppen, eine von Betroffenen geleitete Selbsthilfegruppe sowie zwei fachlich geleitete Treffpunkte. Für Angehörige wurden drei geleitete Gesprächsgruppen sowie eine von Angehörigen geleitete Selbsthilfegruppen angeboten. Die detaillierten Aktivitäten in den einzelnen Gruppen sind aus den nachfolgenden Einzelberichten ersichtlich. Für drei gemeinnützige Organisationen in unserer Region haben wir Fachvorträge zum Grundthema Hirnverletzung gehalten.

Mit Standaktionen an verschiedenen Anlässen war **FRAGILE** Aargau/Solothurn Ost auch dieses Jahr wieder präsent. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, sich über die Angebote von **FRAGILE** zu informieren und mit Fachpersonen zu diskutieren. Besonders hervorzuheben ist der Tag der offenen Tür der Klinik für Neurologie im KSA, an dem wir mit einem Glücksrad teilnahmen und dank vielen Sponsoren grosszügige Gewinne offerieren konnten.

Die Brainweek mit dem Vortrag des Ex-Skifahrers und Unternehmers Daniel Albrecht war ein grosser Erfolg. Seine Art und sein eindrücklicher Erlebnisbericht von seinem schwerem Unfall und der nachfolgender Rehabilitation berührte, beeindruckte und gab Hoffnung. Die jährliche Vereinsreise führte bei schönstem Wetter an den Vierwaldstättersee zur Glasi in Hergiswil, wo es nicht nur ein Mittagessen sowie eine Besichtigung, sondern auch genügend Zeit für ein gemütliches Zusammensein gab. Zu den Veranstaltungen, an denen **FRAGILE** regelmässig vertreten ist, gehört auch der Welttag des Schlaganfalles, an dem wir in der RehaClinic Zurzach mit einem Stand vertreten waren. Unser jährlicher Fachvortrag wurde im Hörsaal des KSA von Prof. Thierry Ettlin, Chefarzt der Reha Rheinfelden zum Thema der Regenerationsfähigkeit des alternden Gehirns gehalten. Er hat es fertiggebracht, dem zahlreich anwesenden Publikum ein schwieriges Thema anschaulich und spannend darzubieten. Die Jahresschlussfeier für Mitglieder, Freiwillige, Ehrenamtliche und Gruppenleitungen fand wieder im GZ Tell in Aarau statt. Es war ein bei gutem Essen und kurzweiliger Unterhaltung durch das «Trio-nettli» sehr gelungener Abend.

Im Jahr 2019 wurden für alle Dienstleistungen weit über 1'000 ehrenamtliche bzw. freiwillige Arbeitsstunden geleistet. Diese wurden von Vorstandsmitgliedern, freiwilligen Helferinnen und Helfern sowie der Geschäftsstelle erbracht. Die Sozialberatung, bei der sich ratsuchende Betroffene und Angehörige umfassend durch eine Sozialarbeiterin der Dachorganisation beraten lassen können sowie die Wohnbegleitung wurden wiederum rege genutzt.

Dank den vielen Spendern und Gönnern konnten auch dieses Jahr die bestehenden Dienstleistungen angeboten und weiter ausgebaut werden. Alle grösseren und kleineren Spenden seien an dieser Stelle nochmals herzlich verdankt.

Marianne Peter, Leiterin Geschäftsstelle



Prof. Ettl und Prof. Buettner beim Fachvortrag im KSA.

Einfach anders, einfach mehr.

Coop Rechtsschutz bietet Rechtsschutzversicherungen nach Mass.
Für Privat- und Geschäftskunden, Gewerkschaften und Organisationen.

Unsere Kundinnen und Kunden können auf erfahrene und engagierte
Juristen zählen.

www.cooprecht.ch

coop rechtsschutz
einfach anders.

Berichte der geleiteten Gruppen für Betroffene

Gruppe Aarau

Bereits dürfen wir im 2019 auf über ein Jahr monatlicher Treffen der Gesprächsgruppe für Menschen mit Hirnverletzungen am Kantonsspital Aarau zurückblicken. In diesem Jahr ist einerseits die bestehende Gruppe weiter zusammengewachsen, andererseits durften wir auch neue Mitglieder begrüßen und herzlich aufnehmen. In vertrauter und positiver Atmosphäre wurden aktuelle Themen des Alltags situativ aufgegriffen und sich dazu ausgetauscht, bei Bedarf durch fachliche Inputs ergänzt.

Insbesondere spielten thematisch dabei Strategien im Umgang mit Grenzen und Veränderungen eine grosse Rolle, welche vorgestellt, diskutiert und geteilt wurden. Speziell wurden dabei Hints und Tips im eigenen Umgang mit der eingeschränkten Belastbarkeit (z.B. Pausenmanagement) herausgearbeitet, aber auch im Umgang und der Kommunikation gegenüber Anspruchsgruppen wie Familie/Freunde/Arbeitgeber.

Die Treffen sind stets geprägt von grosser Offenheit und gegenseitigem Respekt; Einerseits herrscht jederzeit grosse Unterstützung und Feinfühligkeit unter den Teilnehmenden bei individuellen Problemen, andererseits wird auch sehr oft herzlich gelacht und sehr viel motiviert. Für das 2020 sind weiterhin monatliche Treffen am jeweils letzten Donnerstagnachmittag des Monats geplant und wir freuen uns auf ein weiteres spannendes Jahr!

Frau Dr. phil. Nicole Schmid,
Neuropsychologin, Neurologische Klinik
im Kantonsspital Aarau

Gruppe Baden

Auch 2019 war ein sehr facettenreiches Jahr in der Selbsthilfegruppe in Baden. Im gegenseitigen Erfahrungsaustausch erlebten wir alle zusammen Höhen und Tiefen, konnten Abladen und Auftanken. In der offenen Gesprächsrunde und in einer Atmosphäre gegenseitiger Akzeptanz und Offenheit erfuhren die Einzelnen, dass sie mit ihren Problemen nicht alleine sind, fanden für Sorgen und Ängste offene Ohren, mitfühlende

Herzen und mitdenkende Hirne. Der «harte Kern» ist offen für Besucher und «Neulinge» werden in der wohlwollenden, umgänglichen und interessierten Gruppe bei Kaffee und Knabbereien nicht lange neu blieben. Eine Voranmeldung ist für Betroffene alleine nicht nötig – nur wenn eine Begleitperson mitkommt.

Die Treffen zum gemeinsamen Austausch finden weiterhin in der Regel am letzten Donnerstag im Monat um 17.30 Uhr im Sitzungszimmer der RehaClinic Baden statt – Ausnahmen bilden Feiertage, die Sommerpause sowie das Weihnachtessen zum Jahresabschluss. Die genauen Daten können unter www.fragile-aargau.ch im Internet eingesehen werden.

Tamara Hueber, Neuropsychologin,
RehaClinic Zurzach/Baden/Kilchberg

Gruppe Lenzburg

Die geleitete Gesprächsgruppe in Lenzburg fand jeweils 14-tägig am Mittwochnachmittag von 14.45 bis 16.15 Uhr in den Räumlichkeiten der reformierten Kirchgemeinde Lenzburg statt. Wie bereits im Jahr davor wurden wir wieder von einer Teilnehmerin mit feinen selbstgemachten Backwaren verwöhnt.

Die Gruppe besteht aus einigen Mitgliedern, die schon viele Jahre dabei sind und regelmässig teilnehmen. Ihr Dabeisein gehört für sie zu einem festen Ritual. Dieses Jahr schauten auch besonders viele neue FRAGILE-Mitglieder herein. Sie wurden offen und herzlich willkommen geheissen, manche blieben für weitere Treffen dabei, andere zogen weiter.

Die Treffen im Jahre 2019 können mit einem gemütlichen und freundschaftlichen Beisammensein umschrieben werden, in denen ein Austausch über alltägliche Gegebenheiten oder Erlebtes stattfindet. Auch wenn viele der Teilnehmenden in unterschiedlichen Lebenssituationen unterwegs sind, verbindet sie die Art und Weise, wie sie ihre Welt als Betroffene erleben, sehr. Als Gesprächsgruppenleiterin spürt man, wie wertvoll dieser Austausch und das Miteinander ist, zumal die Welt der «Nichtbetroffenen» oft so ganz

anders funktioniert. Die Teilnehmenden fühlen sich untereinander stark verbunden, sprechen sich Mut zu und sind in schwierigen Situation füreinander da – ganz nach dem Motto «gemeinsam sind wir stark».

Wenn wir an das Jahr 2019 zurückdenken, erinnern wir uns schliesslich auch an unseren Museumsbesuch. Gemeinsam besuchten wir im Stapferhaus die Ausstellung «Fake News». Es war ein schöner und spannender Nachmittag in einer einmal etwas anderen Umgebung. Ich bedanke mich bei den FRAGILE-Gruppenmitgliedern sehr herzlich für ihr Mittun, ihre Offenheit und ihr Vertrauen. Ein grosses Danke geht auch an unsere Backkünstlerin, die uns bei den Treffen regelrecht verwöhnt. Und schliesslich möchte ich mich auch bei den MitarbeiterInnen und dem Vorstand von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost herzlich bedanken, welche mithelfen, dass diese Treffen ermöglicht werden und bei Anliegen stets ein offenes Ohr haben.

Dr. phil. Martina Hoffmann,
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP

Gruppe Olten

Die geleitete Gesprächsgruppe in Olten fand einmal pro Monat, jeweils am Montagnachmittag von 15 bis 16.30 Uhr in den Räumlichkeiten des Kantonsspitals Olten statt.

Nachdem Theresa Kuhn die Gruppe über viele Jahre geleitet hatte, übergab sie die Gruppe am ersten Treffen im Januar an die neue Leitung. Dabei wurde sie auch von allen herzlich und mit grosser Anerkennung ihres Einsatzes verabschiedet.

Die Gruppe startete nachfolgend im «Kleinformat» mit vier Teilnehmenden. Zu Beginn stand das gegenseitige Kennenlernen im Vordergrund. Dabei war es für mich sehr beeindruckend, wie jede und jeder Betroffene über grosse Ressourcen und Fähigkeiten verfügt, die er geschickt und kraftvoll in seinem Leben einfließen lässt und dies,

obwohl teilweise schwere Schicksalsschläge erlebt wurden oder schwere Behinderungen vorliegen.

Im Sommer mussten wir dann leider von Liliane Abschied nehmen, die unerwartet verstarb. Dies berührte uns alle tief, hatte sie uns doch mit ihrer mutigen Art, ihrem Schalk und ihrer unglaublichen Lebenskraft, die sie trotz ihrer schwersten Behinderung zeigte, sehr beeindruckt. Wir gedachten ihr in einem «Abschieds-Treffen» und waren uns alle einig, dass wir sehr dankbar sind, einen Menschen wie Liliane kennengelernt zu haben.

Die Geschichte von Liliane, die nur mühselig mit einem Sprachcomputer kommunizieren konnte, machte aber auch über ihren Tod hinaus weiteren Menschen Mut. So sties im Oktober zwei weitere Teilnehmende in die Gruppe, die aufgrund einer schweren Beeinträchtigung der Sprache über «andere Wege», d.h. über Mimik und Gestik, kommunizieren müssen. Sie wurden ebenso wie auch weitere Mitglieder herzlich aufgenommen und waren rasch Teil der Gruppe.

Im Verlauf des Jahres ist nicht nur die Grösse der Gruppe gewachsen. Vielmehr war auch mehr und mehr ein Gruppen- und Zusammengehörigkeitsgefühl spürbar. Die Mitglieder berichteten offen über ihre Empfindungen, sprachen einander Mut zu oder nahmen mit viel Respekt an Erlebtem Anteil. Ich bedanke mich bei den FRAGILE-Gruppenmitgliedern sehr herzlich für ihr Mittun und ihre Offenheit. Ein herzliches Dankeschön geht auch an FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, welche diese Treffen ermöglichen und deren Vorstand und MitarbeiterInnen sich mit viel Engagement für Menschen mit Hirnverletzungen einsetzen.

Dr. phil. Martina Hoffmann,
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP

Weitere Infos auf:
www.fragile-aargau.ch

Berichte der geleiteten Gruppen für Angehörige

Gruppe Brugg

Mit grosser Freude habe ich im Juni 2019 die Nachfolge von Romi Ruedin in der SHG Brugg übernommen. Schon von Anfang an zeigte sich mir eine starke Gemeinschaft, deren Dynamik sich am besten im Sinne von Aristoteles «das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile» beschreiben lässt. Der persönliche Erfahrungsaustausch und die gegenseitige verständnisvolle Anteilnahme führten immer wieder zu bereichernden Gesprächen und neuen Perspektiven. Das Teilen freudiger Erlebnisse und kleiner Fortschritte im Alltag hatte hierbei ebenso seinen Platz wie auch Zweifel, Ängste und Sorgen. Im Fokus der monatlichen Treffen standen Themen wie Entscheidungsfindung, Partnerschaft, Akzeptanz und Selbstfürsorge, aber auch praktisch orientierte Fragen zu Beratungsmöglichkeiten und Rechtsgrundlagen bei einer Hirnverletzung sowie psychoedukative Elemente zum Gehirn, Plastizität und Energiereserven wurden diskutiert. Hierbei wurde die gegenseitige Unterstützung grossgeschrieben und neue Mitglieder stets herzlich aufgenommen.

In diesem Sinne möchte ich mich herzlich bei allen Gruppenteilnehmenden für die wertvolle und bereichernde gemeinsame Zeit bedanken und freue mich bereits auf unsere weiteren Treffen im neuen Jahr.

MSc Sabrina Huber,
Psychologin

Gruppe Rheinfelden

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von hirnerkrankten Menschen wurde Ende Oktober 2014 ins Leben gerufen und findet seither regelmässig einmal pro Monat statt. Die Gruppe umfasste im Jahr 2019 acht feste Mitglieder. Per Ende Jahr hat ein Mitglied die Gruppe verlassen.

Die Gesprächsthemen werden von den Gruppenmitgliedern jeweils zu Beginn festgelegt. Wie im letzten Jahr stand der Umgang mit den hirnerkrankten bedingten kognitiven und emotionalen Beeinträchti-

gungen der Angehörigen im Vordergrund. Dabei geht es um konkrete Schwierigkeiten im Alltag, aber auch um Verlust- und Trauererleben durch die Veränderungen auf der Beziehungsebene. Fachliche Inputs von Seiten der Gruppenleiterin wurden ebenfalls geschätzt.

Die Belastungen im Zusammenleben mit hirnerkrankten Angehörigen sind oft sehr gross. Umso wichtiger ist es, dass die Angehörigen zum eigenen Kräftehaushalt Sorge tragen. Der Austausch in der Gruppe und die gegenseitige Unterstützung tragen zu einer gewissen Entlastung bei.

Die Gruppe wird im Jahr 2020 im gleichen Rahmen fortgeführt. Die Treffen finden jeweils jeden letzten Montag im Monat von 17.30 bis 19 Uhr in der Reha-Klinik Rheinfelden statt.

lic.phil. Marietta Haller
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP

Gruppe Aarau für Jugendliche und junge Erwachsene

Dieses Jahr fand erneut vier Mal in der Neurologischen Klinik des Kantonsspitals Aarau ein Themen- und Gesprächsabend für Jugendliche und junge Erwachsene statt, von denen ein Elternteil bzw. Geschwister eine Hirnverletzung (Hirnschlag oder Enzephalitis) leidet bzw. erlitten hat.

Die Treffen wurden jeweils von Frau lic. phil. Marie-Louise Lanz-Lüthi, Neuropsychologin/Psychologin FSP des Zentrums Verhaltensneurologie/Neuropsychologie Zürich geleitet und betreut. Das Ziel der Treffen war es, den Teilnehmern durch Wissensvermittlung über das Thema Hirnverletzung, deren Folgen, mögliche auftretende Gefühle in der oft schwierigen und veränderten häuslichen Situation, Unterstützung zu bieten.

Im Februar fand das erste Treffen mit zwei Teilnehmern im Alter von sechzehn bzw. zwanzig Jahren statt. Insgesamt haben wir uns vier Mal getroffen (teilweise war aus organisatorischen Gründen auch nur ein Teil-

nehmer dabei). Die Teilnehmer schätzten, dass sie nebst der Wissensvermittlung auch die Gelegenheit hatten, aktuelle Alltagsprobleme in Bezug auf die Hirnverletzung des Angehörigen innerhalb der Gruppe zu besprechen.

Die Jugendlichen haben von Beginn weg sehr offen über ihre täglichen Herausforderungen gesprochen, waren sehr interessiert und die Stimmung war sehr angenehm. Es ist berührend zu spüren, wie sie sich ihren neuen, nicht immer einfachen täglichen Aufgaben stellen. Die Teilnehmer konnten einmal mehr feststellen, dass die Hirnverlet-

zung des Familienmitglieds ein einschneidendes Erlebnis ist, viele unterschiedliche Gefühle auslösen kann und sie als Angehörige über sehr viele Stärken verfügen, die für das hirnverletzte Familienmitglied sehr hilfreich sind.

Ich würde mich freuen, wenn auch im nächsten Jahr eine Gruppe mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen zustande käme. Diese Arbeit bereichert mich einerseits sehr als Fach-, jedoch auch als Privatperson.

lic. phil. Marie-Louise Lanz-Lüthi,
Neuropsychologin/Psychologin FSP



Ex-Skirennfahrer Daniel Albrecht beim Interview mit Radio Aargovia anlässlich seines FRAGILE-Vortrages.

Bericht der Selbsthilfegruppe für Betroffene

«Feuer und Flamme» Baden

Wir starteten das Jahr mit dem Leitsatz: Mache das Unmögliche möglich und durften dies in vielen Situationen erleben. Wir zündeten zu Beginn der Stunde immer eine Kerze an, d.h. es ist für ein paar Minuten Stille und wir lassen uns leiten von unserer Intuition.

Auch letztes Jahr konnten wir wieder neue Mitglieder begrüßen und auch ein neues Maskottchen «Molly», den Hund eines Mitglieds. Wir treffen uns alle zwei Wochen in Baden. Der Austausch während der Treffen ist jeweils sehr angeregt und die gegenseitige Unterstützung ist gross. Gerne denken wir an die gemeinsamen Aktivitäten zurück: wie z.B. Grillplausch im Sommer, Schifffahrt und den alljährlichen Jahresausklang im Zeka.

Ein besonderer Dank für die grosszügige Spende gilt der Verwandtschaft von Mirca Pierson. Aussergewöhnlich war, dass ein Teil der Gruppe sich auf eine Reise nach Italien (Apulien) begab. Bei unseren Treffen führen wir regelmässig diverse Spiele, z.B auch konzentriertes Lesen in Zeitschriften oder Büchern, dies zur Unterstützung sowie Verbesserung unserer Gehirnleistung, durch.

Gemeinsam sind wir stärker!

Wir starteten im Januar 2020 mit dem Motto: Unsere Defizite offenbaren unsere Potenziale. Unsere crazy, aussergewöhnliche Gruppe freut sich auf neue Mitglieder.

Mirca Pierson, Christian Angerer,
Betroffene



Bericht der Selbsthilfegruppe für Angehörige

Gruppe Aarau

Wir haben uns gefreut, uns nach zwei Monaten wieder zu treffen zur Gesprächsrunde in Aarau. Es wurde rege ausgetauscht. Eine Teilnehmerin nahm als stille Zuhörerin teil und mochte sich nicht mitteilen, auch das hat bei uns Platz.

Insgesamt kamen wir 11 Mal zusammen. Meistens zur Gesprächsrunde. Im Frühjahr erzählte uns Frau Bea Bossert von ihrer Arbeit bei FRAGILE als Sozialarbeiterin. Frau Bossert stellte uns die Helpline sowie die Wohnbegleitung vor.

Im Sommer war Gemütlichkeit angesagt. Bei einem feinen Essen in Aarau hatten wie-

derum die persönlichen Gespräche Platz. Im Spätsommer durften wir eine neue Teilnehmerin begrüßen. Im Herbst wurde auf unseren Wunsch hin das Thema Partnerschaft mit Hirnverletzten von und mit Frau Dr. Martina Hoffmann Neuropsychologin bei FRAGILE, besprochen. Frau Hoffmann vermittelte uns gute Impulse und Lektüren. Zum Jahresabschluss fand der gesamte FRAGILE Aarau Höck im Tellizentrum statt, wo auch einige von uns teilnahmen.

Gabriela Wullschleger,
Angehörige



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

Bericht der fachlich geleiteten Treffpunkte

Nachmittagstreff Brugg

Im 2019 fand der Nachmittagstreff im Gesundheitszentrum Brugg statt. Auch dieses Jahr wurde fleissig gebacken, gebastelt und Spiele gespielt. Das Lotto war auch dieses Jahr ein beliebtes Spiel. Vor allem mit den feinen selbstgebackenen Preisen von Claire und Ruth.

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.

Outdoorgruppe «zäme underwägs»

Im letzten Jahr waren wir wieder bei jedem Wetter zusammen unterwegs. Den Ganztagesausflug unternahmen wir nach Biel. Wir machten die 3-Seenfahrt mit dem Schiff bis nach Murten. An den Regentagen besuchten wir das Kindermuseum in Baden und ein anderes Mal das Naturama in Aarau. Im Hochsommer genossen wir die kühlen Temperaturen im Schloss Wildegg. Der Favorit war allerdings der Aareweg von Brugg nach Schinznach Bad.

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. 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!

Das Nachmittagstreff- und «zäme underwägs»-Team, Cornelia Vogt, Ergotherapeutin, Claire Stalder, Heidi Müller, Ruth Hufschmied
Freiwillige Helferinnen

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge verabschiedete ich mich hier von euch. Mein Weg führt mich weiter an eine neue Arbeitsstelle. Daher habe ich meine Stelle bei FRAGILE auf Ende 2019 gekündigt. Vielen Dank für alle Begegnungen und Gespräche welche ich in den letzten sechs Jahren führen durfte! Ich wünsche euch allen von Herzen alles Gute und Liebe auf eurem weiteren Weg!

Cornelia Vogt, Ergotherapeutin



Verabschiedung von Theresa Kuhn, Urs Burkard und Bea Züllig an der Mitgliederversammlung.



Das führende Rehabilitationszentrum für Neurologie, Orthopädie und Geriatrie

Stationäre Rehabilitation

- Neurologische Rehabilitation inkl. Rehabilitative Intensivabteilung
- Muskuloskeletale u. Orthopädische Rehabilitation
- Geriatriische 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

Spezielle Angebote

- Medical Fitness Rheinfelden
- Kindertherapiezentrum inkl. Kinderneuropsychologie

- Intensive ambulante Rehabilitation
- Neurologisches Tageszentrum
- Memory Clinic
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Mobile therapeutische Dienste
- Versicherungsabklärungen
- Golf Medical Clinic

Therapieangebot

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

Reha Rheinfelden

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

Selbsthilfegruppen, Treffpunkte, Freizeitangebote und Kurse 2019

Angebot	Ort	Kennzahlen
Geleitete Gruppen für Betroffene	Aarau	7 Teilnehmende
	Lenzburg	20 Teilnehmende
	Baden	10 Teilnehmende
	Olten	14 Teilnehmende
Geleitete Gruppen für Angehörige	Brugg	12 Teilnehmende
	Rheinfelden	8 Teilnehmende
	Junge Erwachsene Aarau	2 Teilnehmende
Selbsthilfegruppen für Betroffene	«Feuer und Flamme» Baden	21 Teilnehmende
Fachlich geleitete Treffpunkte	Nachmittagstreff Brugg	14 Teilnehmende
	Outdoorgruppe «zäme underwägs» Brugg	7 Teilnehmende
Selbsthilfegruppen für Angehörige	Aarau	15 Teilnehmende

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

**am richtigen
Ort.**

Am
richtigen
Ort.ch



Aargauische
Kantonalbank

Veranstaltungen, Aktionen und Öffentlichkeitsarbeit 2019

Datum	Anlass	Kennzahlen
11. – 15. März	Brainweek Aarau Vorträge im KSA inkl. Parcours und Standaktion	> 1000 Besucher
23. März	Mitgliederversammlung, Baden	28 Teilnehmende
21. Juni	Vereinreise Glasi Hergiswil	19 Teilnehmende
21. September	Tag der offenen Tür «40 Jahre Klinik für Neurologie» im KSA mit Standaktion und Glücksrad	> 500 Besucher
29. Oktober	Vortragsabend RehaClinic Zurzach «Welttag Schlaganfall» mit Standaktion	60 Besucher
18. November	Fachvortrag «Was kann sich im Gehirn des 65-Jährigen verändern» im KSA mit Standaktion	200 Besucher
30. November	Jahresschlussfeier inkl. Helfer Anlass, GZ Tellli Aarau	60 Teilnehmende

Wir bedanken uns herzlich!

Unser Dank geht an alle Stiftungen, Kirchgemeinden, Firmen, Vereine und die vielen Privatpersonen, die uns 2019 finanziell unterstützt haben. Zum Schutz der Privatsphäre verzichten wir darauf, unsere Spenderinnen und Spender namentlich zu nennen, danken ihnen an dieser Stelle aber herzlich für ihre finanzielle Zuwendung und die Solidarität mit unseren Mitgliedern.

«Eine Hirnverletzung passiert mitten im Leben – und verändert alles»

Werden Sie Mitglied

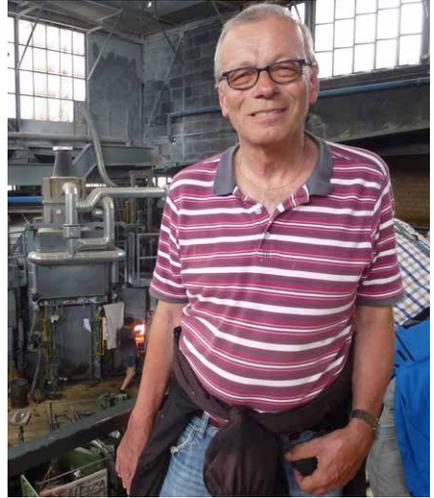
Mit einer Mitgliedschaft bei FRAGILE Aargau/Solothurn Ost tun Sie nicht nur Gutes, sondern profitieren auch von verschiedenen Angeboten und Vergünstigungen und erhalten regelmässig Informationen rund um das Leben mit einer Hirnverletzung. Die Anmeldung ist online über unsere Homepage oder via Email möglich. Der Mitgliederbeitrag beträgt CHF 40.00.

Bankverbindung für Mitgliederbeiträge und Spenden:

Raiffeisenbank Aare-Reuss, Mellingen
IBAN-Nr.: CH42 8070 4000 0061 4697 6

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

Vereinsreise in die Glasi Hergiswil



Jahresschlussfeier mit «Trionetti»



Jahresbericht

Abschluss nach Swiss GAAP FER 21

BILANZ	31.12.19	Vorjahr 31.12.18
AKTIVEN	CHF	CHF
Flüssige Mittel	26 388	31 079
Forderungen aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Forderungen gegenüber Nahestehenden	0	8 382
Sonstige kurzfristige Forderungen	6 748	2 840
Aktive Rechnungsabgrenzung	0	0
Umlaufvermögen	33 136	42 301
Finanzanlagen	40 000	40 000
Sachanlagen	0	0
Wertberichtigung Sachanlagen	0	0
Anlagevermögen	40 000	40 000
Total Aktiven	73 136	82 301
PASSIVEN		
Verbindlichkeiten aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Verbindlichkeiten gegenüber Nahestehenden	2 009	0
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten	6 305	8 745
Passive Rechnungsabgrenzung	0	130
Fremdkapital kurzfristig	8 314	8 875
Fondskapital	22 971	6 200
Fondskapital	22 971	6 200
Gebundenes Kapital	16 180	16 180
Freies Kapital	25 672	51 047
Organisationskapital	41 852	67 227
Total Passiven	73 136	82 301

Revision

Die Jahresrechnung wurde von der Firma Herzog Treuhand AG geprüft. Der Revisionsbericht hält fest, dass keine Sachverhalte vorgefunden wurden, aufgrund derer die Revisionsstelle darauf schliessen müsste, dass Verstösse gegen Gesetz, Statuten sowie das «true and fair view»-Prinzip vorliegen.

Anmerkung

Aus Platzgründen publizieren wir nur die Bilanz und Betriebsrechnung. Die vollständige Jahresrechnung nach Swiss GAAP FER 21 umfasst die Teile Bilanz, Betriebsrechnung, Mitteleflussrechnung, Kapitalveränderungsrechnung, Anhang und Leistungsbericht. Sie ist auf unserer Webseite publiziert. Alternativ können Sie die ausführliche Jahresrechnung bei unserer Geschäftsstelle anfordern:

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg
 Telefon: 056 442 02 60 E-Mail: aargau@fragile.ch

Betriebsrechnung

ERTRAG	2019	Vorjahr 2018
Ertrag aus Geldsammelaktionen	CHF	CHF
Zweckbestimmte Beiträge/Spenden	0	0
Spenden allgemein	36 575	29 310
Legate	0	0
Mitgliederbeiträge	19 790	12 640
Erhaltene Zuwendungen + Mitgliederbeiträge	56 365	41 950
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	1 840	1 300
Erträge aus Lieferungen + Leistungen	1 840	1 300
Betriebsertrag	79 195	64 240
AUFWAND		
Entrichtete Beiträge und Zuwendungen		
Lohnaufwand	22 905	23 149
Sozialversicherungsaufwand	12 063	8 258
Übriger Personalaufwand	0	1 030
Personalaufwand	34 967	32 437
Direkthilfe	24 127	20 190
Informations- und Sensibilisierungsaufwand	8 536	6 905
Aufwand Fundraising	2 516	1 911
Verwaltungsaufwand	17 667	13 823
Sachaufwand	52 845	42 829
Abschreibungen	0	0
Abschreibungen	0	0
Betriebsaufwand	87 813	75 267
Betriebsergebnis	-8 618	-11 027
Finanzergebnis	14	-121
Ausserordentliches Ergebnis	0	0
Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals	-8 603	-11 147
Zuweisungen	- 16 771	0
Entnahmen	0	0
Veränderung des Fondskapitals	-16 771	0
Jahresergebnis vor Zuweisungen an Organisationskapital	-25 374	-11 147
Zuweisungen/Entnahmen an erarbeitetes gebundenes Kapital	25 374	-11 147
erarbeitetes freies Kapital	25 374	-11 147
Jahresergebnis nach Zuweisungen an Organisationskapital	0	0



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

