



Eingeladen sind Frauen und Männer, die an den Folgen einer Hirnverletzung – nach Unfall, Schlaganfall, Hirnblutung, Hirntumor leiden.

Das Zusammensein mit Gleichbetroffenen schafft Austauschmöglichkeiten, fördert die Eigeninitiative und bringt Selbstverantwortung und Selbstvertrauen.

Entsprechend den Bedürfnissen der Teilnehmer wird während eines halben Tages eine Struktur geboten, um so Vereinsamung und Isolation entgegenzuwirken.

Wir bieten Interessierten die Möglichkeit, einen «Schnupper-Nachmittag» zu besuchen.

Anmeldung und weitere Informationen:



Alderstrasse 40  
8008 Zürich  
Tel: 044 262 61 13

zuerich@fragile.ch  
www.fragile-zh.ch

### Wir freuen uns über Ihre Mitgliedschaft.

Die Kursbeiträge sind nicht kostendeckend. Bitte unterstützen Sie unsere Dienstleistungen und Projekte damit wir auch in Zukunft Betroffene und Angehörige auf dem schwierigen Weg im Alltag begleiten können. Helfen Sie grosszügig mit

Spenden Konto 80 - 11964 – 8

Im Namen aller Betroffenen und Angehörigen bedanken wir uns herzlich bei Ihnen.

FRAGILE Zürich trägt das Zewo-Gütesiegel.  
Es bescheinigt, dass Ihre Spende am richtigen Ort ankommt und effizient Gutes bewirkt.



Ihre Spende  
in guten Händen.



Aktiv Treff in Zürich



Lebensfreude

Lebenslust

Dabei sein

Mitmachen

Gute Gesellschaft

## Unser Angebot für Sie:

Durch Gesprächs- und Gedächtnistraining fördern wir die Hirnleistung und durch gestalterische Tätigkeit verbessern wir die kreativen und motorischen Fähigkeiten und steigern die Körperwahrnehmung. Wir lernen neue Möglichkeiten kennen, uns mitzuteilen und mit den alltäglichen Hindernissen leichter und selbstbewusster umzugehen. Wir gewinnen Freude am kreativen Arbeiten und schöpferischen Tun.

Hier einige Beispiele zur gemeinsamen Gestaltung der Nachmittage:

- Wir reden und diskutieren über das, was uns beschäftigt.
- Wir trainieren unser Gedächtnis.
- Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien und gestalten etwas.
- Wir hören Musik oder Singen.
- Wir entspannen und bewegen uns.
- Wir backen.
- Wir sitzen zusammen, plaudern, machen Spiele.
- Wir machen Ausflüge.

Unsere Ergotherapeutinnen bringen ein spezielles Fachwissen mit, sowohl über Hirnverletzung wie auch über körperliche Einschränkungen und Behinderungen.

## Aktiv Treff im Schindlergut, 8006 Zürich

### Leitung:

Yvonne Stutz, Ergotherapeutin

### Kursdaten:

Dienstags von 13:00 bis 16:00 Uhr  
Freitags von 13:00 bis 16:00 Uhr

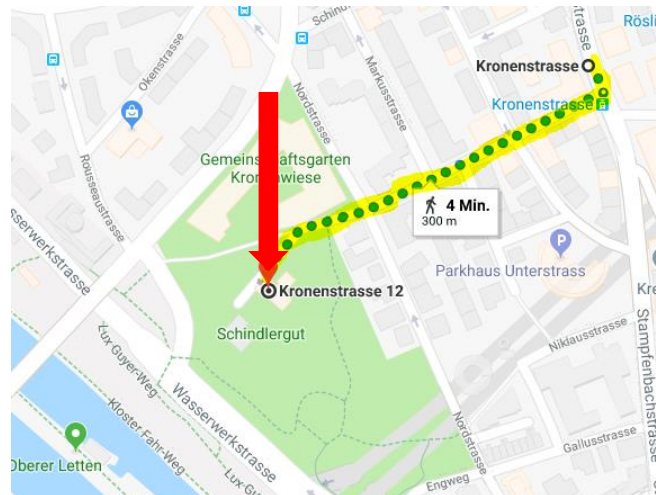
Kosten pro Termin: Fr. 15.00

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
Einstieg jederzeit möglich.

### Ort:

Gemeinschaftszentrum Schindlergut  
Kronenstrasse 12, 8006 Zürich

Ab HB Zürich mit Tram Nr. 11 und 14 nach Oerlikon bis Kronenstrasse



## Aktiv Treff im GZ Höngg, 8049 Zürich

### Leitung:

Nora Wittlinger, Ergotherapeutin

### Kursdaten:

Dienstags von 13:30 bis 16:30 Uhr

Kosten pro Termin: Fr. 15.00

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
Einstieg jederzeit möglich.

### Ort:

Gemeinschaftszentrum Höngg,  
Limmattalstrasse 214, 8049 Zürich

Tram Nr. 13 nach Frankental bis Zwielplatz

