



## Austausch und Unterstützung für Betroffene und Angehörige (Peerberatung)

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost bietet eine Peer-to-Peer-Beratung an. Die Peerberater:innen sind selbst von einer Hirnverletzung betroffen oder sind Angehörige und haben deshalb bereits viel Erfahrung rund um das Thema Hirnverletzung gesammelt.

Die Peerberatung ist ein kostenloser Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe von Betroffenen für Betroffene und von Angehörigen für Angehörige.

### Wenn Sie:

- Mühe haben mit Ihrem Alltag, dem Haushalt und der Ordnung.
- sich nicht verstanden fühlen.

### Dann bieten wir Ihnen:

- Persönliches Gespräch 1:1 mit einem anderen Betroffenen oder Angehörigen.
- Aufzeigen von neuen Möglichkeiten und Strategien bei folgenden Themen: Beziehung, Familie, Wohnsituation, Krankheitsverarbeitung, Vereinsamung, Überforderung, Beruf.
- Die Peers hören Ihnen zu und verstehen Ihre Situation, weil sie Ähnliches schon erlebt haben.

### Wie funktioniert es?

Bitte melden Sie sich an bei:  
FRAGILE Aargau/Solothurn Ost  
E-Mail: [aargau@fragile.ch](mailto:aargau@fragile.ch)  
Telefon: 056 442 02 60

Unsere Koordinatorin vom Vorstand, Frau Ineke Irniger, wird sich mit Ihnen in Verbindung setzen.

Je nach Thema sucht sie einen passenden Peer aus unserem Beratungspool aus, welche:r mit Ihnen Kontakt aufnimmt.

Die Treffen finden nach gemeinsamer Absprache zwischen Ihnen und dem Peer statt.