



**FRAGILE**  
AARGAU  
SOLOTHURN OST

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und Angehörige



# JAHRESBERICHT 2018

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost



**FRAGILE AG/SO Ost**, Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg  
Telefon: 056 442 02 60, Helpline: 0800 256 256, E-Mail: [aargau@fragile.ch](mailto:aargau@fragile.ch), [www.fragile-aargau.ch](http://www.fragile-aargau.ch)  
IBAN-Nr.: CH42 8070 4000 0061 4697 6

# Rückblick des Präsidenten



Anfangs März fand am KSA die Woche des Gehirns statt. Als Partner durften wir von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost den Kantonsschülern an ihrem Fortbildungstag einen interessanten Parcours zum Thema Gehirn anbieten. Bea Züllig hat mit ihrem Team diese Veranstaltung erneut hervorragend organisiert. Im Rahmen der Brainweek organisierten wir einen Vortrag mit dem Titel «Sind Gehirnerschütterungen harmlos». Referent war Dr. med. Peter Zangger, Mitgründer und Ehrenmitglied von FRAGILE Suisse.

In der gleichen Woche fand in Zusammenarbeit mit dem Neurozentrum Aarau im Tellli eine Publikumsveranstaltung zum Thema «Epilepsie – das Gewitter im Gehirn» statt. Am Tag des Notrufs, der jährlich am 14.4. stattfindet, waren wir mit einem Informationsstand auf dem Bahnhofplatz in Baden präsent. Rettungssanitäter zeigten dem Publikum u.a. eine Übung, wie ein Mensch mit vermutetem Hirnschlag versorgt werden muss.

Die Vereinsreise wurde durch Fredi Hächler organisiert. Der behindertengerechte Reisebus führte die Gesellschaft nach Brülisau im Appenzellerland und von hier mit der Seilbahn auf den Hohen Kasten. 24 Personen haben die wunderbare Aussicht auf dem Ausflugsberg sowie das Mittagessen im Drehrestaurant genossen.

Im Oktober, zum Anlass des Welttages des Schlaganfalls, organisierte die RehaClinic Bad Zurzach in Kooperation mit FRAGILE Aargau/Solothurn Ost einen Vortragsabend zum Thema «Hirnschlag - Vorbeugen und Behandeln». Martha Schlub und Gabriela Wullschlegler stellten unsere Angebote vor und haben die zahlreichen Besucher kompetent beraten. Für unseren Fachvortrag im November «Fahreignung im Strassenverkehr» organisierten wir ein Dreiergespann von Referenten: Herr Rolf Nagel, Rechtsmediziner und die Neuropsychologinnen Frau Dr. Andrea Kälin und Frau Dr. Nicole Schmid. Das Thema stiess selbst in Fachkreisen auf beachtliches Interesse.

Die Jahresschlussfeier, die mit dem Helferabend zusammengelegt wurde, war ein voller Erfolg. Das Duo Lachbox liess im Gemeinschaftszentrum Aar-

au die Stimmung steigen. Die rund 70 Personen genossen bei Speis und Trank die Gemeinschaft; es wurde lebhaft diskutiert und neue Bekanntschaften geschlossen. Zu diesem Anlass waren alle Mitglieder eingeladen sowie alle Personen, die in unserem Verein eine Dienstleistung erbringen; sei es als LeiterIn einer Gesprächsgruppe, als SanitäterIn auf der Vereinsreise, als HelferIn an der Brainweek oder als Hilfspersonal bei Stand- und anderen Aktionen.

Bei unseren Gesprächsgruppen gab es im Jahresverlauf 2018 mehrere Wechsel: Die Gesprächsgruppe von Frau Koch wurde von Lenzburg nach Aarau verlegt und wird neu von Frau Dr. Schmid geleitet. Frau Wullschlegler löste in der Angehörigengruppe Aarau Frau Schlub als Leiterin ab. Frau Kuhn hat die Gesprächsgruppe Olten auf Ende Jahr verlassen, neu wird diese von Frau Hoffmann geleitet. Im Vorstand wurde ein Wechsel im Ressort «Gesprächsgruppen und Treffpunkte» von Bea Züllig zu Frank Weinmann eingeleitet. Wir hoffen, dass wir im neuen Jahr kräftigen Zuwachs in der Gruppe für junge Angehörige Aarau haben werden.

Ohne eine gut funktionierende Geschäftsstelle könnten die Gruppen und Aktivitäten nicht wie gewohnt so erfolgreich organisiert und durchgeführt werden. Unsere Geschäftsstelle in Brugg wird neu durch Frau Marianne Peter geführt, nachdem Frau Béatrice Fäs ausgeschieden ist.

Der Vorstand hat in fünf Sitzungen den Verein organisiert und in vielen weiteren Stunden den Grundstein zu einem erfolgreichen Vereinsjahr gelegt. Wir durften 2018 erfreulicherweise Frank Weinmann als neues Vorstandsmitglied begrüssen.

Unser Verein ist auf die Beiträge der vielen Spender angewiesen. Speziell erwähnen möchte ich den Verein «Singen für einen guten Zweck» in Aarau, der anlässlich eines Gospelweekends ein Konzert in der Stadtkirche Aarau durchgeführt hat, welches einen grossen Betrag zu unseren Gunsten einbrachte. Auch die Pilgerreise zu Fuss nach Flüeli-Ranft, organisiert durch unser Mitglied Guido Frey, brachte eine Spende von einigen tausend Franken. Alle grösseren und kleineren Spenden seien an dieser Stelle nochmals herzlich verdankt!

Allen Personen, welche sich in irgendeiner Weise für unseren Verein eingesetzt haben, gehört mein herzlicher Dank. Sie ermöglichen es, unsere Angebote für die Menschen mit Hirnverletzung und ihrer Angehörigen durchzuführen.

Urs Burkard, 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 an. Mit Broschüren und Fachinformationen orientiert die gemeinnützige Organisation kompetent über das Thema Hirnverletzung.

**Mitgliederzahl:** 442 Einzel-, Familien- und Kollektivmitglieder (Stand 31.12.2018)

## Vorstand und Geschäftsstellenleitung

- Urs Burkard, Präsident, seit 2013
- Fredi Hächler, Vizepräsident/Kassier, seit 2009
- Beatrice Züllig, Selbsthilfe/Dienstleistungen, seit 2008
- Prof. Dr. Ulrich Buettner, Beisitzer, seit 2013
- Sabrina Caso, Beisitzerin, seit 2014
- Frank Weinmann, Beisitzerin, seit 2018

### **Geschäftsstellenleitung:**

Béatrice Fäs (40 Prozent) bis Mai 2018,  
Marianne Peter (40 Prozent) ab August 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 2018 folgende Ziele definiert:

- Weiterentwicklung von Vorstand und Verein
- Stabilisierung der personellen Situation der Geschäftsstelle
- 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

# Bericht

Täglich beanspruchen 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, mitfühlenden und verständnisvollen 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.

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost bot im Jahr 2018 folgende Gruppen an: für Betroffene vier fachlich geleitete Gesprächsgruppen, eine von Betroffenen geleitete Selbsthilfegruppe sowie zwei fachlich geleitete Treffpunkte. Für Angehörige wurden zwei geleitete Gesprächsgruppen sowie zwei von Angehörigen geleitete Selbsthilfegruppen angeboten. Die detaillierten Aktivitäten in den einzelnen Gruppen sind in den nachfolgenden Einzelberichten ersichtlich.

Mit diversen Standaktionen an verschiedenen Anlässen war FRAGILE Aargau/Solothurn Ost auch dieses Jahr wieder an vielen Orten präsent. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, sich über die verschiedenen Angebote zu informieren und mit Fachpersonen zu diskutieren, um auf ihre Fragen kompetente Antworten zu erhalten.

Die Fachvorträge und Veranstaltungen im Rahmen der Brainweek im Frühjahr sowie der Fachvortrag im Herbst im Kantonsspital Aarau waren wiederum gut besucht.

Für unsere Mitglieder boten wir auch dieses Jahr wieder ein abwechslungsreiches Programm mit geselligen Anlässen sowie der Vereinsreise an. Ein besonderes Highlight war die Jahresschlussfeier im Dezember, welche erstmals und erfolgreich mit dem Helfer Anlass kombiniert wurde.

Im Jahr 2018 wurden für alle Dienstleistungen zahlreiche ehrenamtliche Stunden geleistet. Diese wurde 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, wurde wiederum rege genutzt.

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

**Weitere Infos auf**  
[www.fragile-aargau.ch](http://www.fragile-aargau.ch)

# Berichte der geleiteten Gruppen für Betroffene

## Gruppe Lenzburg

Die geleitete Gesprächsgruppe in Lenzburg fand jeweils 14-tägig am Mittwochnachmittag von 15.00 bis 16.30 Uhr in den Räumlichkeiten der reformierten Kirchgemeinde Lenzburg statt.

Die Treffen sind zwischenzeitlich bei vielen Teilnehmenden zu einem festen Bestandteil ihrer Aktivitäten geworden. Sie sind nun schon längere Zeit dabei und fühlen sich mit der Gruppe stark verbunden. Im Verlauf des Jahres durften wir immer wieder neue FRAGILE-Mitglieder begrüßen. Eine Teilnehmerin bot an, für uns jeweils ein feines Zvieri herzurichten. So genossen wir feinste selbstgemachte Backwaren und Desserts. An dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön!

In den Gesprächen war unter den Teilnehmenden jederzeit eine grosse Verbundenheit spürbar. Diese erlaubt es, in schwierigen Situationen füreinander da zu sein, sich bei schönen Ereignissen oder Erfolgen miteinander zu freuen oder auch einfach sich gemeinsam über Alltägliches auszutauschen. Im vergangenen Jahr prägten auch gesellschaftliche und politische Gegebenheiten die Gespräche. Die unsichtbaren Folgen, welche eine Hirnverletzung oder -erkrankung mit sich bringen kann, stossen bei Nichtbetroffenen zuweilen auf wenig Verständnis. Es braucht viel Mut und Durchhalten, die Thematik der unsichtbaren Verletzungen und deren Folgen für den Alltag gegenüber Nichtbetroffenen anzusprechen und damit ein wenig mehr Verständnis in der Bevölkerung zu gewinnen. Die Treffen wurden so von den Teilnehmenden auch als eine Art Oase empfunden. Sie stellen ein Ort dar, an welchem man sich vom Alltag «draussen» einmal zurückziehen kann und man einfach verstanden wird.

Indem mich die Betroffenen an ihren Erlebnissen, ihrer Wahrnehmung und ihren Ansichten teilhaben liessen, sind die Gruppenstunden nicht zuletzt auch für mich eine Bereicherung und damit ein wertvolles Gut, um Menschen mit Hirnverletzungen noch besser zu verstehen. So bedanke ich mich bei den FRAGILE-Gruppenmitglieder sehr herzlich für ihr Vertrauen, ihre Verbundenheit und ihre Offenheit. Ich freue mich, dass ich die Gruppe auch im Jahr

2019 begleiten darf.

Ein herzliches Dankeschön geht auch an FRAGILE Aargau/Solothurn 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 Aarau (KSA)

Seit August 2018 findet die in der Praxis 57 in Lenzburg etablierte Gesprächsgruppe für Menschen mit Hirnverletzungen neu am Kantonsspital Aarau statt. Die monatlichen Treffen werden in Zusammenarbeit von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost mit der neurologischen Klinik des Kantonsspitals Aarau von Frau Dr. phil. Nicole Schmid, leitende Neuropsychologin der neurologischen Klinik des KSA, begleitet.

Gegenstand und Ziel dieser Treffen ist es, Anliegen und durch die Hirnverletzungen bedingte Veränderungen im Alltag zu thematisieren und den Austausch der Teilnehmenden mit fachlichen Inputs zu ergänzen.

In den einzelnen Sitzungen wurden von den Teilnehmenden Leitthemen vorgebracht, welche zu sehr konstruktiven Diskussionen führten: Durch die Hirnverletzung gesetzte Grenzen und Probleme und damit einhergehende Veränderungen wurden identifiziert und der Umgang damit sowie mögliche Lösungsvorschläge aufgrund eigener Erfahrungen durch die Teilnehmenden diskutiert.

Es herrscht stets ein sehr wertschätzendes und vertrauensvolles Ambiente, auch neue Teilnehmende wurden stets sehr herzlich und offen empfangen. Sehr getroffen hat uns indes die Nachricht des unerwarteten Todes eines sehr geschätzten Mitgliedes, die ganze Gruppe spricht den Angehörigen ihr tiefes Beileid aus.

Für das Jahr 2019 sind weiterhin monatliche Treffen am jeweils letzten Donnerstagnachmittag des Monats geplant. Aktuell können bei erreichter Gruppengrösse keine weiteren Anmeldungen entgegengenommen werden, dies wird aber stets neu evaluiert. Interessen-

ten sind herzlich eingeladen, sich bei der Geschäftsstelle FRAGILE Aargau/Solothurn Ost zu melden.

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

### **Gruppe Baden**

Auch 2018 bot die neuropsychologisch geleitete Gesprächsgruppe für Menschen mit Hirnverletzung Betroffenen und Angehörigen die Möglichkeit, sich gegenseitig zu unterstützen und Kontakte zu knüpfen.

In der Gruppe finden sich Teilnehmende in ähnlichen Lebenssituationen, die durch den gemeinsamen Erfahrungsaustausch voneinander lernen, Emotionen abladen und Kraft tanken können. Auch dieses Jahr waren die Gespräche geprägt von Offenheit, Toleranz und einem beeindruckenden Zusammenhalt. Vielen Dank an alle Teilnehmenden!

Die Gruppentreffen finden weiterhin (ausgenommen Feiertage und Sommerpause) am letzten Donnerstag im Monat von 17.30 bis 19.00 Uhr im Gruppenraum der RehaClinic Baden statt.

Tamara Hueber, Neuropsychologin  
RehaClinic Zurzach/Baden/Kilchberg

### **Gruppe Olten**

Das vergangene Jahr war für die Gruppe sehr dynamisch. Es fanden insgesamt 10 Treffen statt. Ab dem Frühlingsmonat Mai kamen im Verlauf des Jahres 5 neue Leute zur Gruppe hinzu; 3 Frauen, 2 Männer; interessanterweise alles jüngere Menschen, was die Gruppe insgesamt «verjüngte».

Im Gegenzug pausierten im Verlauf des Jahres 3 langjährige Mitglieder, und einer musste aus gesundheitlichen Gründen ganz ausscheiden. Ein früheres Mitglied kam nach längerer Pause, zur Freude aller, zurück.

Zu Beginn des Jahres, in der noch «alten», vertrauten Gruppe, kamen sehr persönliche Themen aus dem privaten Beziehungsleben zur Sprache. Um die neuen Mitglieder zu integrieren gab es immer wieder kleinere Vorstel-

lungsrunden, wobei die «Alten» ihr Ereignis, welches zur Behinderung führte, jeweils kurz skizzierten, die «Neuen» bekamen einen grösseren zeitlichen Rahmen, um über ihre Lebensgeschichte zu berichten. Die schwerwiegenden Lebensveränderungen lagen teilweise noch nicht lange zurück. Aufmerksames, interessiertes Zuhören und das sich ungeschminkte Mitteilen von all den täglichen Einschränkungen, Belastungen, was man alles nicht mehr kann und beruflichen wie privaten grossen Veränderungen, schufen jeweils eine Atmosphäre von gegenseitigem Verständnis und einfühlsamer Anteilnahme. Gerade die Betroffenen, die seit vielen Jahren mit ihrer Behinderung leben, sprachen aufbauenden Mut zu, der dankbar angenommen wurde. Denn wer kann all die verschiedenen Symptome eines hirnverletzten Menschen besser verstehen als Betroffene selbst.

Insbesondere ein neues Gruppenmitglied, bei welchem keine direkte Kommunikation möglich war und ist, löste in der Gruppe spürbare Betroffenheit aus. Mithilfe eines Sprechcomputers konnte sich die betroffene Person jeweils einbringen. Sie hat in ihrem eigenen Buch «Rosenmeer» über ihre Geschichte geschrieben. Indem sie bei jedem Treffen ein Kapitel aus ihrem Buch vorlesen liess, gab sie der Gruppe tiefe Einblicke in ihr Leben und wie sie versucht, die tragische Ereignisse, die ihr Leben von einer Minute auf die andere komplett veränderten, zu verarbeiten. Damit gab sie allen, einschliesslich mir, einen kraftvollen Input, dass sich das Leben «trotz Allem» lohnt und schön, wertvoll und lebenswert sein kann. Ein beispielloses und ermutigendes Zeugnis.

Zum Jahresende konnte ich meine Leitungsfunktion mit einem lachenden und weinenden Auge nach fünf Jahren an meine Nachfolgerin übergeben, der ich ebenso viel Freude wünsche, wie ich sie hatte. Das Gefühl von Geben und Nehmen lässt mich für diese Zeit dankbar sein.

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. Die Gruppe umfasst sieben feste Mitglieder. Ab Januar 2019 wird ein weiteres Mitglied dazu stossen.

Die Gesprächsthemen werden von den Gruppenmitgliedern jeweils zu Beginn festgelegt. Wie im letzten Jahr stand der Umgang mit den hirnerkrankten bedingten kognitiven und emotionalen Beeinträchtigungen der Angehörigen im Vordergrund. Auch fachliche Inputs von meiner Seite wurden 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 ebenfalls zu einer gewissen Entlastung bei.

Die Gruppe wird im Jahr 2019 im gleichen Rahmen fortgeführt. Die Treffen finden jeweils jeden letzten Montag im Monat von 17:30 bis 19:00 Uhr in der Reha-Klinik Rheinfelden statt.

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

Krankheit oder aus organisatorischen Gründen auch nur ein Teilnehmer dabei).

Die Teilnehmer schätzten, dass sie nebst der Wissensvermittlung jeweils im zweiten Teil des Abends Gelegenheit hatten, aktuelle Alltagsprobleme einer Hirnerkrankung innerhalb der Gruppe zu besprechen.

Die Jugendlichen haben von Beginn weg 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 feststellen, dass mehr Wissen über die Funktion des Gehirns und dessen mögliche Defizite ihnen hilft, besser in ihrer speziellen familiären Situation zu agieren. Ich würde mich freuen, wenn sich im nächsten weitere Jugendliche oder junge Erwachsenen für die Teilnahme an diesen Treffen entschliessen könnten. Die Leitung und Betreuung dieser Gruppe bereichert mich einerseits sehr als Fach-, jedoch auch als Privatperson.

lic. phil. Marie-Louise Lanz-Lüthi  
Neuropsychologin/Psychologin FSP  
Zentrum Verhaltensneurologie/  
Neuropsychologie Zürich

## Gruppe Junge Erwachsene KSA Aarau

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

Das Ziel der Treffen war es, den Teilnehmern durch Wissensvermittlung über das Thema Hirnerkrankung und deren Folgen in der oft schwierigen und veränderten häuslichen Situation Unterstützung zu bieten.

Im März fand das erste Treffen mit zwei Teilnehmern im Alter von fünfzehn bzw. neunzehn Jahren statt. Insgesamt haben wir uns viermal getroffen (teilweise war aufgrund

# Bericht der Selbsthilfegruppe für Betroffene

## «Feuer und Flamme» Baden

Unser Jahresmotto war: «Engel kann man nicht sehen, aber man kann Ihnen begegnen». Das durften wir im letzten Jahr immer wieder erleben. In Baden treffen wir uns alle zwei Wochen in der SHG, die von zwei Betroffenen moderiert und geführt wird. Unsere Treffen sind stets gemütlich, heiter und lustig.

Die Kerngruppe hat sich um die neuen Mitglieder zu einer spannenden Einheit erweitert. In einer Atmosphäre gegenseitiger Akzeptanz und Zuneigung haben wir Erfahrungen ausgetauscht und Erlebnisse geteilt.

## Unsere Ereignisse 2018

Wir hatten ein gemütliches Grillfest bei einem Freund. Im August durften wir gemeinsam eine wunderschöne Schifffahrt ge-

niessen; Petrus war uns dabei gut gesinnt. Den Jahresausklang feierten wir bei einem lustigen und schmackhaften Essen im Zeka in Baden-Dättwil. Das angenehme Ambiente und die freundliche Bedienung möchten wir gerne wieder erleben.

Zwischen all diesen schönen Erlebnissen trainieren wir unser Gehirn immer wieder aufs Neue mit Wortspielen und Denkaufgaben. Dies verbessert unsere Lernfähigkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit.

## Gemeinsam sind wir stärker!

Wir starteten im neuen Jahr mit dem Motto: «Mach das Unmögliche MÖGLICH».

Mirca Pierson, Christian Angerer  
Betroffene



Die Selbsthilfegruppe «Feuer und Flamme» unterwegs





Brainweek Telli

Schon zum 2. Mal  
die 1. Wahl von  
Schweizer Anwälten!

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

Unsere Versicherten können auf  
erfahrene und engagierte Juristen zählen.

[www.cooprecht.ch](http://www.cooprecht.ch)



**coop** rechtsschutz  
einfach anders.

# Berichte der fachlich geleiteten Treffpunkte

## Nachmittagstreff Brugg

Im 2018 konnten wir den Nachmittagstreff jeweils im neuen Raum Oase des Gesundheitszentrums Brugg durchführen. Wir haben u.a. Schneesterne geklebt, Herbstlichter gestaltet und Engelchen gebastelt und viele Köstlichkeiten hergestellt. Die Jassgruppe liess sich von unserem Tun jeweils nicht beirren, als wir herrlich duftende Brätzeli backten oder Erdbeeren zu einer leckeren Creme verarbeiteten. Sie erhielten stets ein willkommenes «Probierli». Bei den Gesellschaftsspielen war Lotto, mit den feinen selbstgebackenen Preisen von Claire und Ruth, der Spitzenreiter.

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

Im vergangenen Jahr waren wir oft an Gewässern. Wir spazierten am Hallwilersee entlang und wärmten uns beim Kaffee wieder auf. In den warmen Monaten waren wir im kühlen Bruggerwald oder der Aare entlang unterwegs. Das Highlight war der Ganztagsausflug auf die Insel Mainau. Bei schönstem Wetter konnten wir die Insel geniessen. Wohin es wohl in diesem Jahr geht?

Leider mussten wir im September von Dani Obrist Abschied nehmen. Dani, wir vermissen Dich und Dein ansteckendes Lachen sehr!

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!

Cornelia Vogt, Ergotherapeutin



Posten Prismabrille am Parcours

# Berichte der Selbsthilfegruppen für Angehörige

## Gruppe Aarau

Der erste Anlass im neuen Jahr waren die Schneetage in Adelboden. Am 19. Januar stieg ich in Olten zu der lustigen Gesellschaft, die auf dem Weg ins Berner Oberland war. Ich, Gabriela Wullschleger, bin erst seit September 2017 ein Teil dieser Gruppe, so hatte ich Gelegenheit, die Teilnehmer besser kennen zu lernen, da ich ja ab Mai 2018 die Verantwortung der Gesprächsgruppe übernehmen werde. Das Wetter war uns nicht so hold, dafür die Stimmung an diesen zwei Tagen umso mehr. Die erste Gesprächsrunde im Februar in Aarau wurde interim von Cornelia Vogt übernommen. Martha Schlup hatte auf Ende 2017 ihren Rücktritt eingereicht. Martha bleibt zum Glück der FRAGILE Aargau/Solothurn Ost ehrenamtlich für öffentliche Veranstaltungen an den Ständen erhalten.

Im März und April trafen sich die Teilnehmer bei einer Gesprächsrunde und einem lockeren Treff mit Cornelia Vogt.

Ende Mai galt es Ernst; ich hatte meine Feuerprobe als neue Moderatorin der Gruppe.

Im Juni nahmen wir bei der Gesprächsrunde wie immer an den Hochs und Tiefs der Einzelnen teil. Es stiessen neue Menschen mit verschiedenen Schicksalen zur Gruppe.

Im Juli gingen wir zusammen essen und konnten uns in einem anderen Rahmen kennenlernen und uns auch zum Beispiel über Hobbys austauschen.

Im August und September fanden dann wieder die normalen Gesprächsrunden statt.

Für den Oktobertreff hatte ich Frau Dr. Martina Hoffmann, Neuropsychologin, eingeladen. Wir lernten, wie sie arbeitet und dass ein gutes Pausenmanagement wichtig ist. Danke Frau Hoffmann.

Unsere letzte Gesprächsrunde im November beinhaltete unter anderem die Planung fürs kommende Jahr. Wir begrüßten ein neues Mitglied in der Gruppe und besprachen auch, was uns momentan bewegt.

Für mich war es rückblickend eine Bereicherung, diese Gruppe moderieren zu dürfen. Danke den Mitgliedern der Gruppe sowie dem Vorstand.

Gabriela Wullschleger, Angehörige

## Gruppe Brugg

Für uns Angehörige von Menschen mit Hirnverletzungen ist jeder Tag eine Achterbahn an Emotionen, eine ungewollte Wundertüte, eine grosse Herausforderung.

Neben dem Müssen und Wollen klopfen unverhofft auch die Fragen nach dem Können und Dürfen an: Habe ich die Kraft und den langen Atem, um diese Aufgabe zu meistern? Darf ich eigene Träume haben, eigene Pläne, die mir viel bedeuten, weiterverfolgen? Darf ich nicht mehr mögen, darf ich «Nein» sagen? Wohin mit meiner Wut?

Die Menschen um uns herum mögen es noch so gut meinen: es ist für uns schwierig, ihnen mitzuteilen, wie es uns und dem betroffenen Menschen selbst ergeht. Worte können diese schwierige Reise nicht beschreiben, von aussen sieht man oft nicht viel und dennoch ist es eine riesige Aufgabe, Tag für Tag.

So ist die Selbsthilfegruppe Brugg zu einem Ort geworden, wo wir Verständnis finden, ohne viel erklären zu müssen. Ein kurzer Halt zum Auftanken, zum Mut fassen. Ein sehr wichtiger Ort für uns.

Romi Ruedin, Angehörige,  
Gedächtnistrainerin SVGT

# Selbsthilfegruppen, Treffpunkte, Freizeitangebote und Kurse 2018

Angebot	Ort	Kennzahlen
Geleitete Gruppen für Betroffene	Lenzburg	16 Teilnehmende
	Aarau KSA	7 Teilnehmende
	Baden	18 Teilnehmende
	Olten	14 Teilnehmende
Geleitete Gruppen für Angehörige	Rheinfelden Rehaklinik Junge Erwachsene Aarau KSA	9 Teilnehmende 2 Treffen
Selbsthilfegruppen für Betroffene	«Feuer und Flamme» Baden	21 Teilnehmende
Fachlich geleitete Treffpunkte	Nachmittagstreff Brugg	13 Teilnehmende
	Outdoorgruppe «zäme underwägs» Brugg	5 Teilnehmende
Selbsthilfegruppen für Angehörige	Aarau	16 Teilnehmende
	Baden	8 Teilnehmende

Wo man gut aufgehoben,  
aber nicht abgehoben ist,  
bin ich  
**am richtigen**  
**Ort.**

Am  
richtigen  
Ort.ch



Aargauische  
Kantonalbank

# Veranstaltungen, Aktionen und Öffentlichkeitsarbeit 2018

<b>Datum</b>	<b>Anlass</b>	<b>Kennzahlen</b>
12. –16. März	Brainweek Aarau Vorträge im KSA inkl. Parcours und Standaktion	> 350 Besucher
13. März	Brainweek Aarau (mit Neurozentrum Hirslanden Aarau) Event im Einkaufszentrum Telli mit Standaktion	80 Besucher
15. März	Brainweek Aarau Event im Kultur- und Kongresshaus Aarau mit Standaktion	120 Besucher
17. März	Mitgliederversammlung, Baden	23 Teilnehmende
14. April	Tag des Notrufs, Baden, mit Standaktion	> 100 Besucher
15. Juni	Vereinsreise	24 Teilnehmende
23. Oktober	Fachvortrag KSA Aarau «Fahreignung im Strassenverkehr» mit Standaktion	60 Besucher
29. Oktober	Vortragsabend RehaClinic Zurzach «Hirnschlag» mit Standaktion	120 Besucher
1. Dezember	Jahresschlussfeier inkl. Helfer Anlass, GZ Telli Aarau	70 Teilnehmende

## Wir bedanken uns herzlich!

Unser Dank geht an alle Stiftungen, Kirchgemeinden, Firmen, Vereine und die vielen Privatpersonen, die uns 2018 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.

# Jahresbericht

## Abschluss nach Swiss GAAP FER 21

SCHLUSS-BILANZ II	31.12.18	Vorjahr 31.12.17
<b>AKTIVEN</b>		
Flüssige Mittel	31 079	81 562
Forderungen aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Forderungen gegenüber Nahestehenden	8 382	11 962
Sonstige kurzfristige Forderungen	2 840	5 090
Aktive Rechnungsabgrenzung	0	0
<b>Umlaufvermögen</b>	<b>42 301</b>	<b>98 614</b>
Finanzanlagen	40 000	0
Sachanlagen	0	0
Wertberichtigung Sachanlagen	0	0
<b>Anlagevermögen</b>	<b>40 000</b>	<b>0</b>
<b>Total Aktiven</b>	<b>82 301</b>	<b>98 614</b>
<b>PASSIVEN</b>		
Verbindlichkeiten aus Lieferungen + Leistungen	0	0
Verbindlichkeiten gegenüber Nahestehenden	0	7 135
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten	8 745	6 776
Passive Rechnungsabgrenzung	130	130
<b>Fremdkapital kurzfristig</b>	<b>8 875</b>	<b>14 041</b>
Fondskapital	6 200	6 200
<b>Fondskapital</b>	<b>6 200</b>	<b>6 200</b>
Gebundenes Kapital	16 180	16 180
Freies Kapital	51 047	62 194
<b>Organisationskapital</b>	<b>67 227</b>	<b>78 374</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>82 301</b>	<b>98 614</b>

### 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, Mittelflussrechnung, Kapitalveränderungsrechnung, Anhang und Leistungsbericht. Sie ist auf unserer Webseite publiziert. Alternativ können Sie die ausführliche bei unserer Geschäftsstelle anfordern:

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost  
Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg

Telefon: 056 442 02 60  
E-Mail: aargau@fragile.ch

### Mitgliederbeiträge und Spenden an FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Raiffeisenbank Aare-Reuss, Mellingen  
Postkonto: 50-2675-8  
IBAN-Nr.: CH42 8070 4000 0061 4697 6

# Betriebsrechnung

<b>ERTRAG</b>	<b>2018</b>	<b>Vorjahr 2017</b>
<b>Ertrag aus Geldsammelaktionen</b>		
Zweckbestimmte Beiträge/Spenden	0	2 092
Spenden allgemein	29 310	46 128
Legate	0	0
Mitgliederbeiträge	12 640	13 840
<b>Erhaltene Zuwendungen + Mitgliederbeiträge</b>	<b>41 950</b>	<b>62 060</b>
Beiträge Bundesamt für Sozialversicherung BSV	20 990	20 990
übrige Beiträge öffentliche Hand	0	0
<b>Beiträge der öffentlichen Hand</b>	<b>20 990</b>	<b>20 990</b>
Ertrag aus Verkäufen und Direkthilfe	1 300	1 900
<b>Erträge aus Lieferungen + Leistungen</b>	<b>1 300</b>	<b>1 900</b>
<b>Betriebsertrag</b>	<b>64 240</b>	<b>84 950</b>
<b>AUFWAND</b>		
<b>Entrichtete Beiträge und Zuwendungen</b>		
Lohnaufwand	23 149	20 791
Sozialversicherungsaufwand	8 258	8 489
Übriger Personalaufwand	1 030	606
<b>Personalaufwand</b>	<b>32 437</b>	<b>29 886</b>
Direkthilfe	20 190	18 046
Informations- und Sensibilisierungsaufwand	6 905	5 857
Aufwand Fundraising	1 911	1 666
Verwaltungsaufwand	13 823	14 442
<b>Sachaufwand</b>	<b>42 829</b>	<b>40 011</b>
Abschreibungen	0	0
<b>Abschreibungen</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Betriebsaufwand</b>	<b>75 267</b>	<b>69 897</b>
<b>Betriebsergebnis</b>	<b>- 11 027</b>	<b>15 053</b>
<b>Finanzergebnis</b>	<b>- 121</b>	<b>- 134</b>
<b>Ausserordentliches Ergebnis</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals</b>	<b>- 11 147</b>	<b>14 919</b>
Zuweisungen	0	0
Entnahmen	0	0
<b>Veränderung des Fondskapitals</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Jahresergebnis vor Zuweisungen an Organisationskapital</b>	<b>- 11 147</b>	<b>14 919</b>
Zuweisungen/Entnahmen an erarbeitetes gebundenes Kapital		
erarbeitetes freies Kapital	- 11 147	- 14 919
	<b>- 11 147</b>	<b>- 14 919</b>
<b>Jahresergebnis nach Zuweisungen an Organisationskapital</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

# «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.

## Mitgliederbeiträge und Spenden an FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Raiffeisenbank Aare-Reuss, Mellingen

Postkonto: 50-2675-8

IBAN-Nr.: CH42 8070 4000 0061 4697 6

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



Praxis für Neuropsychologie

neurothek

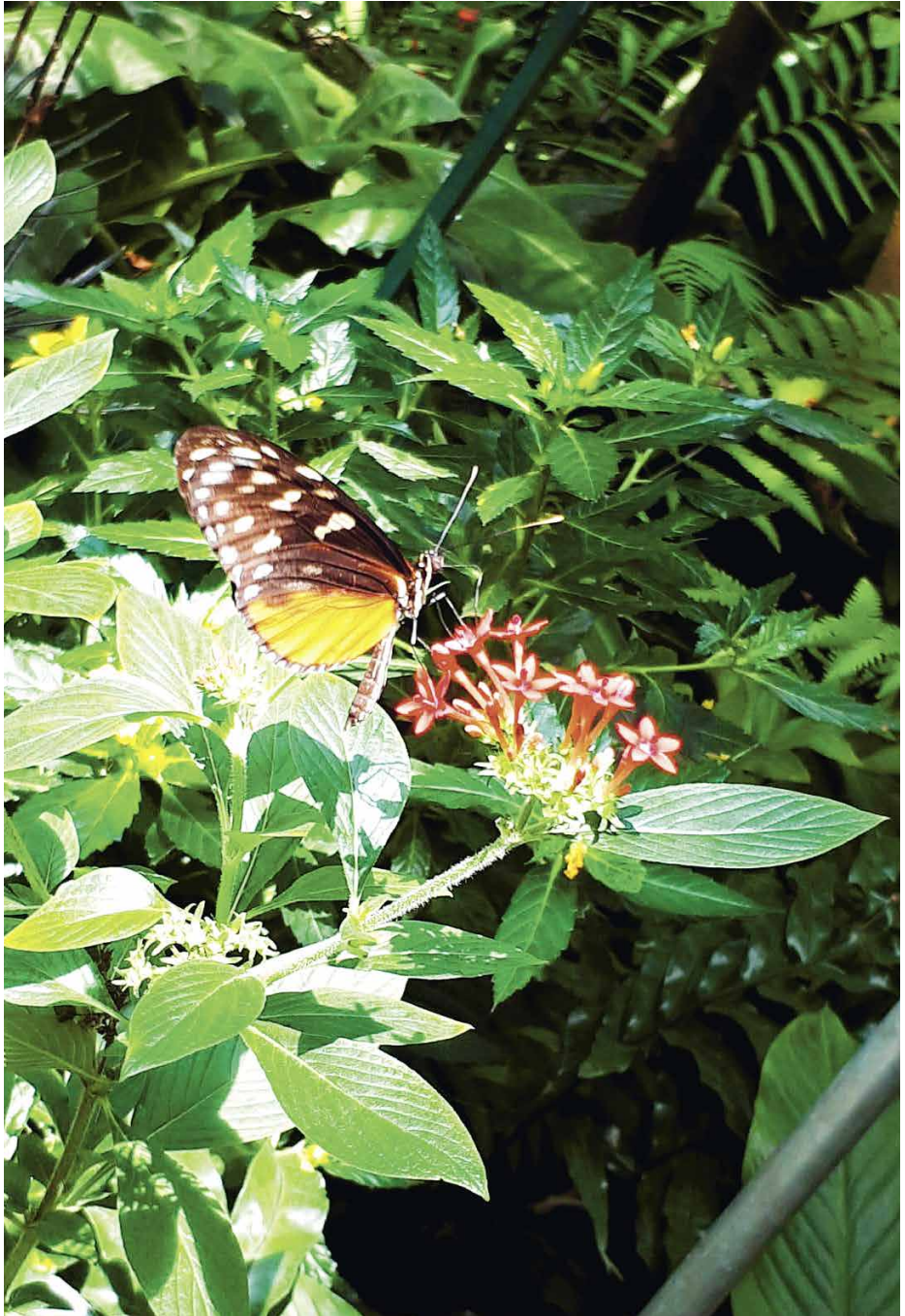
für Menschen mit Hirnverletzung oder Hirnerkrankung und ihre Angehörigen

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

Dr. phil. Martina Hoffmann  
Solothurnerstrasse 15, 4600 Olten

Tel. 062 213 83 60  
[www.neurothek.ch](http://www.neurothek.ch)





Auflug Insel Mainau



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

#### **Stationäre Rehabilitation**

- Neurologische Rehabilitation inkl. rehabilitativer Intensivabteilung
- Muskuloskeletale und 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

##### **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

# Wichtige Veranstaltungen 2019 zum Vormerken

<b>Datum</b>	<b>Anlass</b>
21. Juni 2019	Vereinsreise
18. November 2019	Öffentlicher Fachvortrag im KSA Aarau, Hörsaal: «Was kann sich im Gehirn des 65-Jährigen verändern» Prof. Thierry Ettl, Chefarzt Reha Rheinfelden
30. November 2019	Jahresschlussfeier, GZ Telli Aarau



Jahresschlussfeier GZ Telli



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](http://rehaclinic.ch)

