



FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Für Menschen mit Hirnverletzung
und ihre Angehörigen



20 JAHREFRAGILE
2003-2023



 **FRAGILE** Aargau/Solothurn Ost
Für Menschen mit Hirnverletzung
und ihre Angehörigen

JAHRESBERICHT 2023

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost



FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg

Telefon: 056 442 02 60, E-Mail: aargau@fragile.ch, Homepage: www.fragile.ch/aargau-solothurn/

IBAN-Nummer: CH55 8080 8006 5643 1862 3

Jahresbericht des Präsidenten für das Jahr 2023



Geschätzte Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost.

Das Jahr 2023 war das kurzweiligste, interessanteste, forderndste, erfolgreichste und anstrengendste in meiner Amtszeit. Irgendwie bin ich froh, dass es vorbei ist. Aber es durfte auch ein spezielles sein, feierten wir doch unser 20-jähriges Jubiläum.

An der Brainweek des KSA im März waren wir an drei Tagen mit unserem Stand präsent. Unsere Mitgliederversammlung fand erstmalig in der Fachhochschule Nordwestschweiz in Olten statt. Wir konnten mit ca. 50 Mitgliedern eine Rekordteilnahme registrieren.

Nach längerem Unterbruch machten wir wieder am Tag des Notrufs 144 in Baden, organisiert vom KSB, auf dem Platz vor dem Manor mit. Marianne, Miro und ich betreuten unseren FRAGILE-Stand mit dem Posten Rübelschälchen mit Spezialbrillen und den Giveaways. Es ergaben sich einige gute Gespräche. Als Hit entpuppte sich der Besuch des Circus Monti. Anlässlich dieses Vereinsausflugs verzeichneten wir mit 54 Teilnehmern einen Rekord. Das Jubiläumsprogramm von Monti gefiel allen sehr gut. Zum ersten Mal führte FRAGILE Aargau/Solothurn Ost zusammen mit FRAGILE Suisse einen Sponsorenlauf, angeregt von Daniel Stämpfli, durch. Ein toller Erfolg.

Die Jubiläums- und Jahresschlussfeier konnten wir bei der Stiftung Integra in Wohlen in deren Restaurant Hans und Heidi am 18. November durchführen. Es nahmen sagenhafte 92 Mitglieder teil. Es war ein stimmiger, kurz-

weiliger Anlass, nicht zuletzt wegen der Sängerin Syléna Vincent und dem tollen Essen. An diesem Abend fand auch die Vernissage des Jubiläumsbuches 20 Jahre FRAGILE Aargau/Solothurn Ost statt. Es ist ein sehr gelungenes Werk geworden, welches allen gefällt. Marianne, ich und die beiden Lektorinnen – als OK – wissen jetzt, wie viel so ein Buch (wir hatten den Aufwand völlig unterschätzt) zu tun gibt.

Mit einem herzlichen Danke an alle Sponsoren, Freunde von FRAGILE sowie an unsere zahlreichen Mitglieder (neu sind wir über 650) sowie die unabdingbaren Helfer und Gruppenleitungen schliesse ich diesen Rückblick auf 2023, welches finanziell mit einer schwarzen Null abschloss.

Nun grüsse ich euch alle recht herzlich und wünsche euch allen ein gesundes, erfolgreiches Jahr 2024 mit vielen erfreulichen Begegnungen.

Euer Präsident André Hug
im Februar 2024



Vereinsreise Circus Monti

Titelseite: Spendenlauf September 2023 sowie Jubiläumsschrift

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: 659 Einzel- und Kollektivmitglieder (Stand 31.12.2023)

Vorstand und Geschäftsstellenleitung

- André Hug, Präsident, seit 2020
- Jasmin Antener, Beisitzerin, seit Mai 2021
- Miro Barp, Beisitzer, seit Mai 2021
- Prof. Dr. Ulrich Buettner, seit 2013
- Ineke Irniger, Peerberatung, seit 2019
- Andrea Kälin, SHG und Fachnewsletter, seit 2023
- Peter Reimann, Finanzen, seit 2020
- Jana Renker, Selbsthilfegruppen, bis 2023

Geschäftsstellenleitung:

Marianne Peter (45 Prozent), seit 2018

Kontrollstelle:

Herzog Treuhand AG, Stein



Vorstand und Geschäftsstelle von links Ulrich Buettner, André Hug, Peter Reimann, Andrea Kälin, Marianne Peter, Jasmin Antener, Ineke Irniger, Miro Barp

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 hatte für 2023 folgende Ziele definiert:

- Herausgabe einer Festschrift zum 20-jährigen Jubiläum.
- Durchführung eines Spendenlaufes in Zusammenarbeit mit FRAGILE Suisse.

Alle wurden erreicht.

Aktuelles finden Sie auch immer auf unserer Homepage:

www.fragile.ch/aargau-solothurn/

Tätigkeitsbericht der Geschäftsstelle



Ganz allgemein darf man sagen, auf unserer Geschäftsstelle in Brugg wird es nie langweilig; es läuft immer etwas. So sicher wie der Ablauf der Jahreszeiten reihen sich die Arbeiten und Anlässe aneinander.

Trotzdem hat jedes Jahr ein eigenes Gepräge. 2023 stand ganz klar im Zeichen unseres Jubiläums. 20 Jahre wollten gefeiert werden, und wir haben uns entschieden, eine Jubiläumsschrift herauszugeben. Damit es nicht nur bei einem internen Rückblick bleibt, haben wir viele verschiedene Geschichten und Fachberichte zusammengetragen. Die Arbeit war nicht immer einfach, schlussendlich durfte sich das Ergebnis aber sehen lassen. Wir haben uns über viele positive Rückmeldungen gefreut. Mehr dazu auf Seite 7.

Auch sonst gab es ein Auf und Ab im Jahresverlauf. Anfang Jahr hat uns der unerwartete Tod unseres ehemaligen Präsidenten Urs Burkard sehr bestürzt. Schöne Erlebnisse waren dafür der Start des Fachnewsletters, der unser neues Vorstandsmitglied Andrea Kälin vierteljährlich versendet. Auch eine Umfrage bei den Mitgliedern unserer Gesprächsgruppen hat sehr positive Resultate zu den Gruppen gebracht, was ein grosses Kompliment für die Leitenden ist. Ausserdem gab es verschiedene Preise zu feiern, z. B. von der Gruppe Blumengarten beim Saatgutwettbewerb in der Stadtbibliothek Aarau. Ende Jahr wurde unser Mitglied Marguerite Paus-Luiselli für ihr grosses Freiwilligenengagement mit dem Prix Sana ausgezeichnet – wir freuten uns mit ihr. Um mit der Zeit zu gehen, wurde unser Logo etwas modernisiert – ist es Ihnen aufgefallen?

Wie jedes Jahr habe ich all die persönlichen Begegnungen mit unseren Mitgliedern, neuen und bisherigen, sehr geschätzt. Immer wieder

bin ich beeindruckt von den Schicksalen, aber auch von der Kraft und den Ideen, die sich im Umgang damit ergeben.

Unser Verein kann nur dank des grossen und vielfältigen Engagements von freiwilligen Helferinnen und Helfern bestehen. Um das Miteinander zu stärken, haben wir die Tradition eines Dankeschönanlasses wieder aufgenommen. Auch die Zusammenarbeit mit dem Vorstand war immer abwechslungsreich und spannend. Es macht Freude, mit euch zusammen zu wirken und für unsere Mitglieder da zu sein.

Marianne Peter
Leiterin Geschäftsstelle



Dankeschön-Abend



Jubiläumsschrift

Veranstaltungen, Aktionen und Öffentlichkeitsarbeit 2023

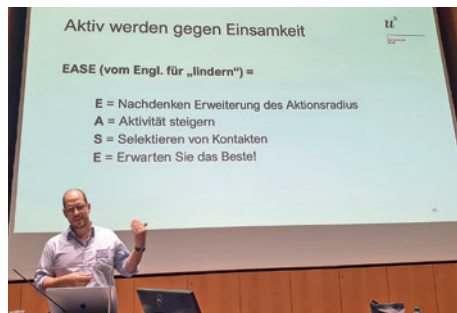
Februar	Preisverleihung Saatgutbibliothek, Stadtbibliothek Aarau
März	Brainweek, Infostand anlässlich Vorträgen, KSA Aarau
April	Mitgliederversammlung mit Brunch, Olten Tag des Notrufs 144, Baden, Infostand
Mai	Frühlingsfest Suhr, Setzlingsmarkt Info- und Verkaufsstand mit Team des Blumengartens Sommerwind Begegnung am Bach, Suhr Gemeinsame Aktion mit der ref. Kirchgemeinde Suhr-Hunzenschwil
Juli	Besuch der KAB Aargau im Blumengarten Suhr, Vortrag Prof. Buettner
August	Vereinsreise «Besuch im Circus Monti» in Windisch
September	FRAGILE Spendenlauf, in Zusammenarbeit mit FRAGILE Suisse, in Aarau
Oktober	Fachvortrag von PD Dr. phil. Tobias Krieger zum Thema «Einsamkeit» im KSA Aarau Welttag Schlaganfall, Infostand an Anlass KSA im Wynencenter, Buchs
November	Dankeschönabend für unsere freiwilligen Helfenden, Suhr Jahresschluss- / Jubiläumsfeier mit Vernissage Jubiläumsschrift, Integra Wohlen
Dezember	Adventsfenster Blumengarten Suhr

Selbsthilfegruppen, Treffpunkte und Freizeitangebote 2023

Detaillierte Berichte folgen ab Seite 8.



Infostand Brainweek



Fachvortrag zum Thema Einsamkeit

Spendenlauf

Auf Anregung unseres Mitgliedes Daniel Stämpfli und in Zusammenarbeit mit der Dachorganisation FRAGILE Suisse führten wir im September einen Spendenlauf durch. Die jüngste Läuferin, die im Leichtathletikstadion Schachen in Aarau ihre Runde drehte, war etwa zwei Jahre alt. Die ältesten dürften im Pensionsalter gewesen sein. Total gingen 59 Läuferinnen und Läufer an den Start. Unser Mitglied Magali legte ihre Runden im Rollstuhl zurück, ein Läufer mit Sehbehinderung lief mit seinem Blindenführhund.

«Wir möchten etwas zurückgeben, es kann uns alle treffen», lässt sich eine Läuferin zitieren. Sie ist Teil einer 17-köpfigen Gruppe, die extra aus dem Kanton Graubünden anreiste



und für eine Freundin lief. Diese wurde von einem Auto angefahren und erlitt ein schweres Schädel-Hirn-Trauma.

Total wurden 1394 Runden gelaufen, was 557,6 Kilometern und fast CHF 38 000.– entspricht. Nach allen Abzügen floss die Spendensumme in die Angebote von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost und FRAGILE Suisse.



Jubiläumsschrift

Aus Anlass des 20-jährigen Bestehens unserer Regionalvereinigung wurde eine Jubiläumsschrift konzipiert und den Mitgliedern als Geschenk zugestellt. Mit dieser Jubiläumsschrift, die ein eigentliches Buch mit 136 Seiten ist, sollen die betroffenen Personen und ihre Angehörigen eine Stimme in der Öffentlichkeit erhalten. Gleichzeitig soll FRAGILE bekannter gemacht sowie vertiefte Einblicke ins Thema «Hirnverletzung» gegeben werden. Dieses wird aus den unterschiedlichsten Perspektiven beleuchtet. Natürlich kommen in erster Linie Betroffene und deren Angehörige zu Wort, aber auch die Menschen, die sich seit vielen Jahren uneigennützig für FRAGILE engagieren, dazu auch zahlreiche Fachleute, die sich beruflich mit dem menschlichen Gehirn befassen und ihr Fachwissen in den Dienst der Betroffenen, deren Angehörigen und der Organisation stellen.

Zudem haben auch Alex Hürzeler, Regierungsrat des Kantons Aargau, und Susanne Schaffner, Regierungsrätin des Kantons Solothurn, prominente Schweizer Autorinnen und Autoren sowie Kulturschaffende Artikel beigetragen. Sie beschäftigen sich in ihren Texten auf unterschiedlichste Art und Weise mit Hirnverletzungen und damit auch mit plötzlichen, unerwarteten Wendungen, die das Leben nehmen kann.

Das Buch wurde an der Vernissage im November präsentiert und ist weiterhin über den Shop auf unserer Homepage sowie in ausgesuchten Buchhandlungen für CHF 19.– erhältlich.



Vernissage Jubiläumsschrift (von links Ulrich Buettner, Marianne Peter, André Hug, Sibylle Scherer, Sibylle Wyss)

Berichte der geleiteten Gruppen für Betroffene

Gruppe KSA Aarau

Das Jahr 2023 war für die Gesprächsgruppe am Kantonsspital Aarau eine Zeit intensiver Herausforderungen, aber auch eine Periode der Solidarität und der gemeinsamen Bewältigung. Der Ablauf der Treffen fand in bewährtem Schema statt mit einem einleitenden fachlichen Input nach Wunsch; zum Beispiel über Zeitmanagement, Zielsetzung und Stressbewältigung. Anschliessend war Raum da für eigene Themen, Gedanken und Hürden. Auch dieses Jahr beschäftigten die Gruppe Themen wie der Umgang mit der eigenen Krankheit, Akzeptanz des Umfeldes, versicherungsmedizinische Fragen, bevorstehende Gutachten, externe Anlaufstellen wie Rechtsberatung / Ombudsstellen und wie man lernen kann, mal nur auf sich zu schauen. Dazu wurden auch eigene Erfahrungen mit verschiedenen therapeutischen Angeboten ausgetauscht. Gemeinsam gefreut haben wir uns über individuelle Erfolge, so wurde u.a. ein Mitglied vom Fernsehen begleitet und ein weiteres erhielt eine Auszeichnung für ihr freiwilliges Engagement. Auch dieses Jahr kam es innerhalb der Gruppe zu Veränderungen; so wurde gleich zu Jahresbeginn ein neues Mitglied in bekannter Herzlichkeit in die Gruppe aufgenommen und integriert.

Frau M. sc. Ladina Schlosser
Neuropsychologin
Kantonsspital Aarau

Gruppe Bullingerhaus Aarau

Unsere Gruppe hat sich einmal im Monat, in gemütlicher Atmosphäre im Bullingerhaus in Aarau getroffen. Die Sitzungen boten in erster Linie Raum dafür, einander offen zu berichten, was die Gruppenteilnehmenden gerade beschäftigt und belastet, aber auch was in letzter Zeit gelungen ist und erfreut hat. Dabei war eine grosse Offenheit und ein starkes Interesse sowohl für die alltäglichen Herausforderungen als auch die aktuellen Lebensereignisse der jeweils anderen spürbar. Öfters wurde mit Interesse und Anteilnahme in der Gruppe nachgefragt, wie die eine oder andere Herausforderung im Alltag, zu der man sich im letzten

Gespräch mit Rat und Tat zur Seite gestanden hatte, gemeistert wurde. Veränderungen ergaben sich im Verlauf des Jahres nicht nur in den einzelnen Lebensgeschichten, sondern auch in der Gruppenzusammensetzung, welche von mehreren Wechseln geprägt war, wofür sich die Teilnehmenden sehr offen zeigten. Ob in grösserer oder vereinzelt auch in sehr kleiner Runde, es ergaben sich immer wieder intensive und wertvolle Gespräche. Für mich als Gruppenleitung war es äusserst spannend, an der Entwicklung, die die einzelnen Teilnehmenden, aber auch die Gruppe als Ganzes in diesem Jahr durchlaufen ist, teilzuhaben. Ich möchte mich hierfür bei allen herzlich bedanken und freue mich auf ein weiteres gemeinsames Jahr.

Frau lic. phil. Yvonne Lötscher
Neuropsychologin FSP
Neurothek Olten



Gruppe Baden

Die Gruppe trifft sich einmal im Monat, jeweils am letzten Donnerstag im Monat, in den Räumlichkeiten von Zurzach Care im Freihof in Baden von jeweils 16.30 bis 18.00 Uhr. Für viele Teilnehmer ist die Gruppe ein fester Bestandteil ihrer Agenda geworden. Es ist eine offen geführte Gruppe, das heisst, neue Teilnehmende sind jederzeit herzlich willkommen. In der Gruppe erfahren die Teilnehmenden Zuwendung, Verständnis und können Hoffnung schöpfen, wenn andere Mitglieder berichten, wie sie vergleichbare Probleme gemeistert haben und wie sich eine ausweg-

los scheinende Situation verbessert hat. Die unterschiedlichen Erfahrungen der einzelnen Gruppenmitglieder ermöglichen einen Perspektivenwechsel und schaffen den Blick auf neue Lösungswege.

Auch dieses Jahr haben wir über einen bunten Strauss an Themen gesprochen, wie Einsamkeit und Ausgrenzung, Ansprüche anderer oder an sich selbst, Umgang mit Stress und reduzierter Belastbarkeit, berufliche Wiedereingliederung oder der Aufbau sozialer Kontakte. Immer wieder kamen auch sozialrechtliche Fragen, gerade von Neubetroffenen auf, auf welche die erfahrenen Teilnehmenden häufig eine Antwort fanden oder sie konnten wertvolle Tipps für weiterführende Unterstützung und Informationen geben. Manche Themen waren schwer, wiederum andere boten die Gelegenheit, zusammen zu lachen. Jedenfalls war es auch dieses Jahr erfreulich zu sehen, wie die gegenseitige Anteilnahme, Unterstützung und Motivation lebte.

In diesem Sinne möchte ich mich bei allen Teilnehmenden herzlich bedanken und freue mich auf die regelmässigen Treffen im kommenden Jahr. Die genauen Daten können auf der Homepage von FRAGILE eingesehen werden.

Herr lic. phil. Samuel Parak, Neuropsychologe,
Fachpsychologe für Psychotherapie FSP,
eigenössisch anerkannter Psychotherapeut,
ZURZACH Care

Gruppe Lenzburg

Die Gruppe trifft sich zwei Mal im Monat an einem Mittwochnachmittag im reformierten Kirchgemeindehaus in Lenzburg, abwechselnd einmal mit Gesprächsgruppenleitung und einmal ohne Leitung.



Herzlichen Dank der Gruppe Lenzburg für Eure Offenheit, das Vertrauen in die Gruppe und Eure Empathie für die neuen Mitglieder, welche im 2023 zu uns gestossen sind. Einen weiteren Dank für Eure Unterstützung in Form von Znüni, saisonale Tischdekoration, für Eure Ideen und Themen, für das Mithelfen und Mitgestalten der Gesprächsgruppe Lenzburg.

Frau Beatrice Bossert
Sozialpädagogin HFS
Wohnbegleiterin FRAGILE Suisse

Gruppe Olten

Die geleitete Gesprächsgruppe traf sich im 2023 einmal im Monat, jeweils montagnachmittags von 15.00 bis 16.30 Uhr, im «Haus zum Adler», inmitten der Oltnen Altstadt. Zur Gruppe gehören einige langjährige sowie auch erst kürzlich hinzugetretene Mitglieder, wobei untereinander ein spürbarer und grosser Zusammenhalt besteht. Neue Mitglieder wurden auch im vergangenen Jahr mit einer grossen Offenheit aufgenommen und rasch in die bestehende Gruppe integriert. Im Herbst hatten wir zudem Besuch einer Gruppenleiterin von FRAGILE Bern, welcher uns dazu veranlasst hat darüber nachzudenken, was die Gruppe für die Teilnehmenden bedeutet. Hierbei wurden nicht nur der Wissens- und Erfahrungsaustausch genannt, sondern vor allem auch das Erleben von uneingeschränktem Verständnis durch andere Betroffene. Nicht zuletzt sind es auch die vielen geselligen Momente, welche die Herausforderungen des Alltages vergessen und die Verbundenheit in freundschaftlicher Atmosphäre wachsen lassen. So erinnern wir uns mit Freude an das weihnächtliche und von einer Teilnehmerin mit der Zither begleitete Singen, welches allen viel Spass bereitet hat. So freuen wir uns auch auf weitere



Begegnungen im 2024. Ich bedanke mich bei den Mitgliedern für ihr Mitgestalten, ihre Offenheit und Treue und FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, dass sie diese Treffen ermöglicht.

Frau Dr. phil. Martina Hoffmann
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP
Neurothek, Olten

Berichte der geleiteten Gruppen für Angehörige

Gruppe Aarau Junge Angehörige

Dieses Jahr fanden erneut Themen- und Gesprächsabende für Jugendliche und junge Erwachsene statt, von denen ein Elternteil bzw. Geschwister an einer Hirnverletzung leidet bzw. eine Hirnverletzung erlitten hat. Alle Gruppenmitglieder vom Vorjahr waren auch in diesem Jahr dabei, aufgrund des dichten Alltagsprogramms (mit Uni, Ausbildung, Lehrabschluss und Militärdienst) fanden die Treffen dieses Jahr insgesamt nur zweimal statt.

Eines der Themen war zum Beispiel «Zufriedenheit»: Im Gespräch haben wir herausgefunden, was für jede/n einzelne/n Zufriedenheit beinhaltet und bedeutet sowie was die TeilnehmerInnen als Angehörige brauchen, um ausgeglichen auf ihrem Lebensweg vorwärtszugehen. Zudem haben wir auch aktuelle Alltagsprobleme in Bezug auf die Hirnverletzung des Angehörigen besprochen und reflektiert, was in den letzten Monaten in ihrem Leben geschehen ist.

Auch in diesem Jahr haben die Jugendlichen 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 und als Gruppe erneut noch stärker zusammengewachsen sind.

Alle TeilnehmerInnen sind motiviert, unsere Treffen auch im nächsten Jahr fortzusetzen, was mich sehr freut. Neue Mitglieder sind jederzeit herzlich willkommen. Diese Arbeit bereichert mich einerseits als Fach-, jedoch auch als Privatperson sehr.

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

Gruppe Bellikon

Nach einer neurologischen Erkrankung übernimmt die Familie häufig einen grossen Teil der Unterstützung bis hin zu Pflegetätigkeiten für Patienten. Häufig stellt sich die Erkrankung somit für die Angehörigen als grosse physische, psychische, emotionale, soziale sowie finanzielle Herausforderung dar. Mitunter werden deshalb pflegende Angehörige gar als «hidden patients» («verborgene Patienten») bezeichnet. Die gesundheitliche Situation von Angehörigen kann wiederum erhebliche Konsequenzen für deren Umgang mit dem Patienten haben.

Die Rehaklinik Bellikon möchte die Angehörigen in ihrer schwierigen Situation unterstützen und hat deshalb vor einem Jahr in Zusammenarbeit mit FRAGILE Aargau/Solothurn Ost eine Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit einer Hirnverletzung ins Leben gerufen. Es handelt sich dabei um eine offene, zeitlich nicht begrenzte Gruppe. Ziele sind der Austausch von Erfahrungen und Tipps mit anderen Angehörigen, Informationsvermittlung, etwa zu den neuropsychologischen und psychischen Folgen von Hirnverletzungen, und der Vermittlung von Bewältigungsstrategien im Umgang mit dem/der hirnverletzten Angehörigen bzw. mit der veränderten Lebenssituation. Die Gruppe trifft sich einmal im Monat und wird von Fachpersonen der Rehaklinik Bellikon aus den Bereichen Medizin, Neuropsychologie, Psychotherapie, Sozialberatung und weiteren therapeutischen Fachrichtungen moderiert.

Herr dipl. Psych. Niklas Mansel
Leiter Psychotherapie
Rehaklinik Bellikon

Gruppe Brugg

Die Gruppe Brugg traf sich für gewöhnlich monatlich in der katholischen Kirchgemeinde Brugg. Im Zentrum unserer Gespräche standen diverse Themen, welche Angehörige von Personen mit einer Hirnverletzung begleiten, wie z. B. Selbstfürsorge, familiäre Herausforderungen oder praktische Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag. Unsere Zusammenkünfte starteten wir jeweils mit einem theoretischen Input zu einem Wunschthema oder vertieften uns direkt in persönliche Geschichten und Erlebnisse. Für mich als Kursleiterin immer wieder schön zu beobachten war, dass nicht nur praktische Tipps und Ratschläge aus den eigenen Erfahrungen geteilt wurden, sondern auch persönliche Momente und Anekdoten ihren Platz fanden. So konnten wir sowohl bewegende Momente durchleben, als auch immer wieder gemeinsam lachen.

Hierbei hatten wir das Glück, zwei neue Teilnehmerinnen begrüßen zu dürfen, welche sofort herzlich aufgenommen wurden und unsere Gruppe bereicherten. Leider mussten uns auch einige Mitglieder verlassen, um sich neuen und erfüllenden Aufgaben in ihrem Leben zu widmen.

Da auch für die bestehenden Teilnehmenden viele spannende persönliche Unternehmungen und Projekte anstanden, beschränkte sich unser Kontakt in der zweiten Jahreshälfte vorwiegend auf den Austausch via E-Mail. Dieser stellte jedoch – der modernen Technik sei Dank – eine wunderbare Möglichkeit dar, in Kontakt zu bleiben.

In diesem Sinne möchte ich mich herzlich bei allen Gruppenmitgliedern für die gemeinsamen Momente in diesem Jahr bedanken und freue mich auf weitere Begegnungen im neuen Jahr.

Frau M. Sc. Sabrina Hall
Neuropsychologin
Neurothek Olten

Gruppe Rheinfelden

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von hirnerkrankten Menschen in der Reha Rheinfelden wurde Ende Oktober 2014 ins Leben gerufen und findet seither regelmässig einmal pro Monat statt.

Im Jahr 2023 konnten zehn Treffen stattfinden. Insgesamt besuchten im Verlauf des Jahres sechs Angehörige die Gruppe, davon nahmen jedoch nur vier regelmässig teil. Ein Mitglied, welches seit 2014 regelmässig teilnahm, verliess die Gruppe Mitte Jahr, da die hirnerkrankte Partnerin verstorben ist.

Die Gesprächsthemen werden von den Gruppenmitgliedern jeweils zu Beginn der Sitzung festgelegt. Im Vordergrund stehen Fragen zum Umgang mit den wahrgenommenen psychischen Veränderungen der hirnerkrankten Angehörigen. Diese umfassen das Denken, die Emotionen und das Verhalten. Weiter werden eigene Themen als pflegende/betreuende Angehörige und Fragen der Selbstfürsorge vor diesem Hintergrund beleuchtet. Die Erfahrung gemeinsamer oder ähnlicher Schwierigkeiten und Herausforderungen wirkt entlastend auf die Beteiligten.

Durch die langjährige Gruppenteilnahme einzelner Gruppenmitglieder ist eine Vertrautheit entstanden, welche einen offenen und entspannten Austausch ermöglicht, der auch neuen Mitgliedern den Einstieg erleichtert. Aktuell sind neue Mitglieder gerne willkommen. Wünschenswert wäre allerdings die Absicht einer verbindlichen, regelmässigen Teilnahme, da nur auf diese Weise ein hilfreiches Angebot entstehen kann.

Die Gruppentreffen finden weiterhin jeden letzten Montag im Monat von 17.30 bis 19.00 Uhr in der Reha Rheinfelden statt.

Frau lic. phil. Marietta Haller
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP
Fachpsychologin für Neuropsychologie FSP
Reha Rheinfelden

ZURZACHCare

Neurologische Sprechstunde im Ambulanten Zentrum Bad Zurzach

Wir sind Ihr Ansprechpartner für allgemeine neurologische Abklärungen, bei Epilepsie, Schwindel, nach einem Hirnschlag, bei Bewegungsstörungen, Spastik und Multiple Sklerose.

Für einen Termin: +41 56 269 53 53 oder
badzurchach.ambulant@zurzachcare.ch



Bericht der Selbsthilfegruppe für Betroffene

«Feuer und Flamme» Baden

Unser diesjähriges Motto war

«Es geht mir mit jedem TAG in jeder HINSICHT immer besser und besser»

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

Nachfolgend die Eindrücke von zwei neuen Mitgliedern:

«Ich bin froh, dass ich all meinen Mut damals zusammenfassen konnte und die Tür zur FRAGILE Gruppe Feuer & Flamme geöffnet hatte. Ich finde es gut, dass ich neue Leute kennenlernen durfte, die ein ähnliches Schicksal im Leben durchgemacht hatten und auch von heute auf morgen aus der Bahn geworfen wurden. Es tut gut und ist schön, dass man sich verstanden fühlt und dass wir uns treffen und miteinander reden können.»

«Ich bin seit Mitte Februar 2023 bei der Gruppe Feuer & Flamme dabei. Ich wurde sehr lieb, offen und auf Anhieb in der Gruppe aufgenommen. Besonders die Gespräche und Hilfestellungen waren für mich sehr willkommen und wichtig, auch das Zusammensein nach dem offiziellen Treffen. Was mir sehr an der Gruppe gefällt, ist, dass wir uns gegenseitig helfen und einander immer aussprechen lassen. Wir freuen uns für den Anderen. Auch habe ich das Gefühl, durch die Gruppe in meinen Tätigkeiten bestärkt zu werden. Ich habe 2023 viel über mich selbst gelernt, unter anderem wieder zu sprechen nach meiner Krankheit, Selbstheilungskräfte aktiviert, mein Selbstwertgefühl wieder etwas aufgebaut und versucht im Präsens (nicht in der Vergangenheit oder in der Zukunft) zu leben.»

Highlights waren im Jahr 2023:

Das gemeinsame, vertraute Essen am 12. Juni in der Arcade Baden und die Bootstour am 7. August auf dem Rhein. Für das Networking waren es äusserst willkommene Anlässe. Ein besonderes Erlebnis war, als uns Mirca mit

ihrem Hund Rocky sowie der Hundedompteu-se und Trainerin Steffi sowie Silvan in Baden besuchten. Wir hatten sehr viel Spass. Rocky wird fleissig trainiert und hat einen sehr guten Gehorsam. Wir haben sehr viel Freude mit Rocky und er gehört schon zur Familie.

Frau Mirca Pierson
Herr Robert Lechner
Betroffene



Bericht der Selbsthilfegruppe für Angehörige

Gruppe Aarau

In diesem Jahr haben wir uns vier Mal getroffen. Die Gruppe ist leider kleiner geworden und wir sind offiziell noch neun Mitglieder. Bei den einzelnen Treffen waren jeweils höchstens vier Personen anwesend. Die Gespräche sind nach wie vor interessant. Wir machen einander Mut, geben Hoffnung und eventuelle Tipps aus dem eigenen Alltag.

Im Frühling trafen wir uns zum Nachessen in Aarau. Wir hatten anregende Gespräche und waren die Letzten, die heimgingen. Wir haben einen Gruppenchat und dieser wird gebraucht für die Einladung zum Treffen, aber auch Fotos und Gedanken werden geteilt. So bleiben wir doch miteinander verbunden. Trotzdem sind die Treffen wichtig, weil oft kann man mit niemand mehr reden über seine

alltäglichen Herausforderungen als Angehörige eines Hirnverletzten. Für Aussenstehende scheint es so, dass nach einiger Zeit alles wieder okay ist und man sich an das «neue» Leben gewöhnt hat. Leider gewöhnt man sich nie dran. Angehörige haben zusätzlich auch die normalen Anforderungen wie alle anderen auch. Manchmal ist das dann doch etwas viel. FRAGILE hat immer mehr Anlässe und so kann es sein, dass man sich trifft, auch ehemalige Gruppenteilnehmende an der Mitgliederversammlung, am Jahresschlussfest, an der Vereinsreise, dem Zmorge-Geschichten-Treff oder an einem Vortrag. Ich freue mich, uns auch im 2024 wieder zu treffen und uns auszutauschen.

Frau Ineke Irniger,
Angehörige

Berichte der Treffpunkte

Nachmittagstreff Brugg

Der Nachmittagstreff ist gekennzeichnet für seine Gemütlichkeit. Während die Angehörigen in einem separaten Raum die Gesprächsgruppe besuchen, spielen wir verschiedene Gesellschaftsspiele. Memory wird sehr gerne gespielt aber auch Uno. Obschon wir eigentlich das «Gegenüber» sind von der Angehörigengruppe ist es auch vorgekommen, dass wir den Nachmittagstreff durchführten,

während die Angehörigengruppe ausfiel. Wir haben auch neue Spiele eingeführt, aber da es am Anfang noch nicht so sicher war, wie diese Spiele gespielt werden mussten, habe ich vorgeschlagen, das Spiel nach Hause zu nehmen um es dann in Ruhe zu studieren, um es danach beim nächsten Treffen miteinander zu spielen. In diesem Jahr gab es verschiedene Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die neu dazugekommen sind und das bereicherte unsere



Gruppe. Obschon eigentlich unser Ziel ist, den Nachmittag mit einem Spiel zu verbringen, gab es auch Momente, in denen es wichtiger war, uns in einem Gespräch zu vertiefen. Dies gibt uns Gelegenheit, über unsere Sorgen, Verunsicherungen zu sprechen oder einfach einen Austausch zu tätigen, was in unserer Gruppe sehr wichtig ist. Natürlich darf der Kaffee nicht fehlen und es gab auch Nachmittage, an denen ein Teilnehmer einen Kuchen vorbeibrachte, was natürlich unser Treffen versüsste.

Herr Pino Caci
Sozialpädagoge

Outdoor-Treff «zäme underwägs» Brugg

Wenn ich mir die Präsenzliste von «zäme underwägs» anschau, dann kann ich mit Stolz sagen, dass wir kein einziges Mal ein Treffen ausfallen lassen mussten. Wir sind nicht eine grosse Gruppe, wenn alle kommen, dann sind wir sechs Personen. Dies kommt aber selten vor, wir sind auch zu dritt gewesen und dies hat die Stimmung nicht getrübt. Wir erlebten immer gute Gespräche und eine tolle gemeinsame Zeit. Dies zeigt mir, wie wichtig es für Menschen mit einer Hirnverletzung ist, beim Outdoor «zäme underwägs» dabei zu sein. Wir hatten wunderbare Tage mit Sonnenschein wie auch gegen den Winter trübe Tage. Dies aber gab uns Anlass, das Museum im Brugg zu besuchen. Da fanden wir, aus der alten Römerzeit, schöne Münzen, verschickte Depeschen sowie unzählige römische Rüstungen sowie auch Waffen, die für mich schon bedrohlich

wirkten. Interessant waren auch die Bauten rund um Brugg und Windisch. Ich bezeichne dieses Jahr als gutes Jahr für die Outdoor-Gruppe, der Höhepunkt war sicher auch die Reise zu der Königin der Berge, die Rigi. Wir planten die Reise zuerst mit dem Zug zur Rigi und danach mit dem Schiff nach Luzern und wieder retour. Das Wetter auf der Rigi war nicht besonders gut, es war Hochnebel, aber bei der Schifffahrt hatten wir wunderbaren Sonnenschein. Was auch nicht zu unterschätzen ist, sind die Nachrichten, die wir uns in unserem Chat senden. Da können wir auch erfahren, was die einzelnen Mitglieder erleben und beglücken uns mit unseren Bildern. Kurzum sind es schöne Erlebnisse gewesen und wir sind weiterhin offen für neue Mitglieder.

Herr Pino Caci
Sozialpädagoge

Blumengarten Sommerwind in Suhr

Bereits Anfang Jahr wurden wir mit einer erfreulichen Nachricht überrascht: Unser Beitrag gewann den Saatgutwettbewerb der Stadtbibliothek Aarau. Im Februar gestaltete jeder von uns seinen eigenen Minigarten in einem grossen Glas. Jasmin besuchte uns Anfang März und teilte faszinierende Geschichten mit uns. Wir jäteten, schnitten die Stauden zurück und bereiteten den Boden für das Wildblumenwiesenbeet vor. Das Jahr brachte extreme Witterungsbedingungen, was den schönen Blumen das Wachsen erschwerte. Die blutrote Fingerhirse übernahm das Terrain, trotz unserer Be-



mühungen, sie zu jäten. Um die Blumenwiese abzugrenzen, holten wir Weiden vom «Gallegge-Buur» und bauten einen Zaun. Anfang Mai nahmen wir wiederum am Setzlingsmarkt beim «Alten Konsum» teil und verkauften unsere selbstgezogenen Kräuter sowie verschiedene Stauden und Blumen aus unserem Garten. Dort lernten wir auch Monica kennen, die seither zu unserem Gartenteam gehört. Wir besuchten Martin auf seinem Bauernhof in Leutwil und durften den Hühnerstall besichtigen. Anfang Juli organisierte die KAB Kanton Aargau einen Ausflug mit über 30 Teilnehmern in den Blumengarten. Dr. Ulrich Buettner hielt einen Vortrag über Hirnverletzungen und stellte FRAGILE vor. Ende August besuchte uns das Haus Selun von Walenstadt. Wir gestalteten zusammen einen neuen Sitzplatz bei der Reptilienburg. Eine andere Gruppe bemalte Steine

oder faltete Samentüten und befüllte sie. Im September stiess Peter zu unserem Trüppi. Wir konnten Himbeeren, rote und schwarze Johannisbeeren und Stachelbeeren ernten. Aus unseren selbst angebauten Kartoffeln machten wir einen Salat, den wir bei einem gemeinsamen Mittagessen genossen. Marguerite hatte im November den Prix Sana gewonnen. Zu diesem Anlass kamen ihre Eltern in die Schweiz und besuchten auch uns im Garten. Aus Modelliermörtel formten wir Kugeln und Schalen, mit welchen wir das Adventsfenster vom 21. Dezember beim Weidensitzplatz gestalteten und den Platz mit Lichterketten, Lämpfli, LED Kerzen und einer beleuchteten Giesskanne schmückten. So schlossen wir ein weiteres Jahr mit vielen schönen gemeinsamen Erlebnissen und Momenten ab. Wir blicken gespannt auf das neue Jahr und freuen uns darauf, was es bringen wird.



Von Herzen danke für dieses ereignisvolle Jahr!

Frau Karin Schnellmann
Gruppenleiterin

Nordic Walking Aarau und Olten

In den Nordic Walking Gruppen in Aarau und Olten durften wir im Jahr 2023 zahlreiche schöne Treffen erleben. Erfreulich ist auch,





das die eine Gruppe gewachsen ist. Für neue Mitglieder ist der Einstieg jederzeit möglich.

Weil sich in den Gruppen grossartige Menschen gefunden haben, leite ich Nordic Walking in Aarau und Olten auch im Jahr 2024 weiter. Gruppen können sich nur bilden, wenn Menschen mitmachen, dafür danke ich, zugleich ermuntere ich weitere Mitglieder, sich uns anzuschliessen.

Herr Daniel Stämpfli
Betroffener

den verbringen. Leider waren die Angebote nur spärlich besucht und es sind auch keine neuen Mitglieder dazugestossen. Woran es liegt ist schwer zu sagen, aber bestimmt hat unsere geografisch abgelegene Lage auch einen Einfluss. Lange Reisezeiten sind für hirnerkrankte Menschen nach wie vor eine Herausforderung und somit auch eine Hemmschwelle.

Leider mussten wir ein paar Treffen absagen, da sich für uns der Aufwand bei nur ein bis zwei Anmeldungen einfach nicht lohnt. Einige Angebote hatten gar keine Anmeldungen. Darum haben wir beschlossen, unser Angebot im nächsten Jahr auf vier Daten zu reduzieren (anstatt einmal im Monat). Wir hoffen, dass so der Anreiz wieder etwas grösser ist. Natürlich steht die Tür weiterhin für jedermann/-frau offen, unsere Tiere und unseren Garten zu besuchen und bei einem Kaffee oder Kaltgetränk die Natur zu geniessen, Tiere zu beobachten oder einfach die Seele baumeln zu lassen.

Wir freuen uns auf viele schöne Begegnungen im 2024, egal ob mit Hirnverletzung oder ohne.

Frau Martina Gschwend
Betroffene

Erlebnisgarten Schwaderloch

Auch dieses Jahr durften wir wieder einige schöne Begegnungen mit hirnerkrankten Personen erleben und mit ihnen gemütliche Stunden

Zmorge-Geschichten Treff Suhr

Nach der «Hauptprobe» an der Mitgliederversammlung startete im Frühling der Zmorge-Geschichten-Treff in Suhr sehr erfolgreich. In gemütlichem Ambiente des Nachbarschafts-



hauses beim Blumengarten lauschten die Teilnehmenden den Geschichten aus fernen Ländern und genossen nachher das Zusammensein und Plaudern beim feinen Zmorge – die Zeit verflog jeweils im Nu. Es hat sich ein treuer Stamm von Personen gebildet, die die Gelegenheit nutzten, an einem Sonntagmorgen eine Auszeit vom Alltag zu nehmen und etwas ganz Neues zu erleben.

Frau Jasmin Antener
Gruppenleiterin

Kaffeetreff Boswil

Bei diesem neuen Angebot treffen sich maximal acht Teilnehmende, Betroffene und Angehörige, bei mir zu Hause zum gemeinsamen Kaffeetrinken und Austausch. Folgende Zitate wurden abgegeben:

«An der FRAGILE-Gruppe schätze ich den Austausch mit Mitbetroffenen. Es ist ein Ort, wo man sich nicht immer wieder erklären und/oder rechtfertigen muss, sondern Verständnis und Unterstützung erfährt. Danke, dass es dieses Angebot gibt!»

«Ein Geschenk. Eine Wohlfühl- und Entspannungsoase. Für mich ein Ferienausflug, wo ich meinen Rucksack mit Tipps, Ratschlägen und besonders mein Herz auffüllen kann.»

«Es gibt Momente, wo wir etwas überfordert, unruhig oder nervös sind vor dem Treffen. Nicht (nur) wegen dem Besuch, sondern weil vielleicht sonst noch etwas war (ist). Sobald ich Cindys Ruhe wahrnehme, ist schon einiges vergessen.»

«Die Gruppe ist ein wertvolles Verbindungsglied, da ich nur noch wenige Kontakte pflegen kann, und dass diese Gruppe sich im gleichen Dorf trifft, wo ich wohne, ist doppelt schön.»

«Die Treffen tun mir vor allem seelisch gut, denn in der Gruppe fühle ich mich verstanden, geborgen und gut aufgehoben. Vieles, was in der Gruppe besprochen wird, kann ich gut nachfühlen, und es ist wichtig, sich austau-

schen zu können unter Gleichgesinnten, die ein ähnliches Schicksal und eine «unsichtbare Verletzung» mit sich tragen, die nur ein Betroffener oder ein Angehöriger verstehen kann.»

«Die Gruppe gibt mir Halt. Man versteht sich, weil alle ein ähnliches Schicksal erlebt haben. Ich freue mich jedes Mal auf das Treffen. Der Austausch mit Gleichgesinnten tut gut. Nachher zu Hause bin ich entspannt und zufrieden.»

«Die Selbsthilfegruppe ist für mich ein wichtiger Ort, um sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Ich freue mich vor jedem Treffen auf die tollen Kontakte und die Möglichkeit, sich über Probleme im Alltag und mit Mitmenschen auszutauschen. Beim Treffen selbst fühle ich mich wohl und verstanden. Ich bin immer mit dem guten Gefühl und befreit nach Hause gegangen, dass wir nicht alleine sind mit den Problematiken, die sich im Alltag ergeben.»

Folgende Strategien haben wir entwickelt, die hilfreich für das Zusammensein sind:

Nicht durcheinander reden (wenn möglich), was manchmal nicht einfach ist. Wir versuchen, keine Extratöne zu machen, z.B. nicht mit einem Papierli zu spielen, keinen Kugelschreiber zu drücken, statt Kaffeelöffel benutzen wir Kunststofflöffel, statt automatischer Kaffeemaschine eine Thermoskanne usw.

Ein Dankeschön an alle Beteiligten für eure Offenheit, eure Emotionen und das Gefühl von weniger Alleinsein.

Frau Cindy Koch
Betroffene



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.




Praxis für Neuropsychologie

neur  thek

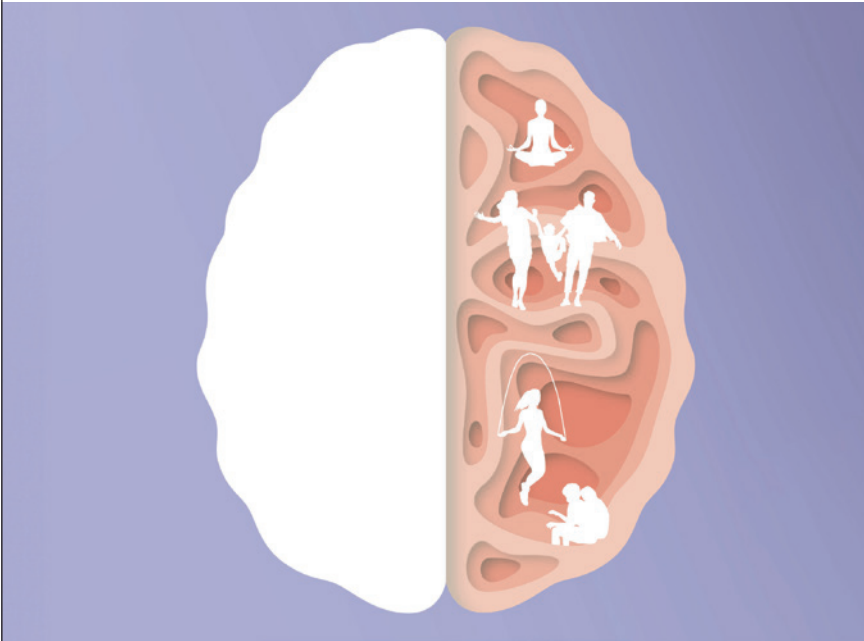
für Menschen mit Hirnverletzung oder Hirnerkrankung und ihre Angehörigen

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



Ringstrasse 4
4600 Olten

Tel. 062 213 83 60
www.neurothek.ch



Online-Vorträge rund um die Themen Demenz, seltene Erkrankungen und künstliche Intelligenz in der Neurologie

Im Rahmen der Woche des Gehirns 2024 referieren Expertinnen und Experten des Kantonsspitals Aarau zu verschiedenen neurologischen Themen. Sie sprechen über die Nutzung von künstlicher Intelligenz in der Neurologie, seltene Erkrankungen und Fortschritte in der Behandlung von Demenzen.

↓ Hier Videos anschauen



ksa.ch/brainweek

Wir bedanken uns herzlich!

Unser Dank geht an alle Stiftungen, Kirchgemeinden, Firmen, Vereine und die vielen Privatpersonen, die uns 2023 mit einer Spende unterstützt oder ihren Mitgliederbeitrag aufgerundet haben. Zum Schutz der Privatsphäre verzichten wir darauf, unsere Spenderinnen und Spender namentlich zu nennen, danken ihnen an dieser Stelle aber ganz herzlich für ihre finanzielle Zuwendung und die Solidarität mit unseren Mitgliedern. Auch kleine Zuwendungen machen einen Unterschied, und wir sind sehr dankbar dafür.

Auch im 2023 gab es einige ausserordentliche Zuwendungen und Sponsoringbeiträge, welche wir speziell erwähnen und verdanken möchten:

Brother (Schweiz) AG, Dättwil	500 Franken	
Reformierte Kirche Baden plus, Baden	500 Franken	Kanton Aargau
Stadt Aarau, Ortsbürgergemeinde, Aarau	500 Franken	
Reformierte Kirche Balsthal, Suppentag-Team	730 Franken	
Herzog Treuhand AG, Stein	861 Franken	
Reformierte Kirche Kirchberg, Rombach	800 Franken	Fonds des
click it, Smart Media, Seon	1 000 Franken	Kantons Solothurn
Andres AG Präzisionsdrehteile, Lohn-Ammansegg	1 044 Franken	
Migros Kulturprozent, Genossenschaft Aare	1 500 Franken	
Dr. Philipp Tausky, USA	2 610 Franken	
Swisslosfonds Kanton Solothurn	4 000 Franken	
Coop Rechtsschutz, Aarau	5 000 Franken	
Graber-Brack-Stiftung, Aarau	5 000 Franken	
Swisslosfonds Kanton Aargau	13 000 Franken	

«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 regelmässige Informationen rund um das Leben mit einer Hirnverletzung. Die Anmeldung ist online über unsere Homepage oder via E-Mail aargau@fragile.ch möglich. Der Mitgliederbeitrag beträgt CHF 40.– für Einzelpersonen bzw. CHF 200.– für Kollektivmitgliedschaften (Firmen).

Bankverbindung für Mitgliederbeiträge und Spenden:

Raiffeisenbank Aare-Reuss, IBAN-Nr.: CH55 8080 8006 5643 1862 3



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

Das Zewo-Gütesiegel bürgt dafür, dass Ihre Spenden in guten Händen sind.



Erfolgsrechnung 2023 mit Vorjahresvergleich und Budget 2024

BEZEICHNUNG	Rechnung 2022	Rechnung 2023	Veränd.	Budget 2024
ERTRAG	CHF	CHF	CHF	CHF
Mitgliederbeiträge	-24 120	-26 110	-1 990	-26 000
Erhaltene Zuwendungen	-100 480	-125 911	-25 431	-94 800
Erträge aus Aktivitäten und Leistungen	-1 020	0	-1 020	-1 000
Übrige Erträge	-2 400	-3 310	-910	-2 600
Total Ertrag	-128 020	-155 331	-27 311	-124 400
AUFWAND				
Aufwand für Aktivitäten und Leistungen	38 662	63 881	25 220	42 200
Personalaufwand	48 514	48 837	323	49 500
Sachaufwand	32 036	33 305	1 269	32 000
Abschreibungen und Wertberichtigungen	0	0	0	0
Finanzergebnis	114	94	-21	-500
Fondszuweisungen und -entnahmen	-8 464	10 317	1 853	0
Total Aufwand	127 790	156 433	28 644	123 200
Verlust (+)/ Gewinn (-) der Erfolgsrechnung	-230	1 103	1 333	-1 200

Kommentar

Die **Rechnung 2023** schliesst mit einem kleinen Defizit von CHF 1103.– ab. Gegenüber dem Vorjahr sind die Mitgliederbeiträge angestiegen. Die erhaltenen Zuwendungen konnten deutlich gesteigert werden, was vor allem auf die grosszügigen Spenden von gegen CHF 20 000.– für das Buchprojekt «Jubiläumsschrift 20 Jahre FRAGILE» zurückzuführen ist.

Der Aufwand für Aktivitäten und Leistungen stieg markant an, was fast ausschliesslich auf das Buchprojekt zurückzuführen ist. Der Personal- und der Sachaufwand nahm gegenüber dem Vorjahr leicht zu. Der Schwankungsfonds gegenüber dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) musste wegen des guten Vorjahresergebnisses um CHF 10 317.– erhöht werden, was eine entsprechende Fondszuweisung zur Folge hat.

Das **Budget 2024** enthält keine Sonderprojekte, entspricht einem normalen Verlauf, basiert auf den Vorjahreswerten und weist einen kleinen Überschuss von CHF 1 200.– auf.

Die Mitgliederbeiträge bleiben auf dem Vorjahresniveau, während die Zuwendungen wegen des Wegfalls der einmaligen Sponsorenbeiträge für die Jubiläumsschrift stark sinken. Die Aktivitäten ohne Jubiläumsschrift sollen im leicht erhöhten Umfang im Vergleich zum Vorjahr weitergeführt werden. Der Personal- und der Sachaufwand stagniert auf dem Vorjahresniveau, während der Schwankungsfonds BSV nicht mehr weiter erhöht werden soll.

Die **Revision der Jahresrechnung** mit einer prüferischen Durchsicht wurde von der Firma Herzog Treuhand AG in Stein vorgenommen. Der Bericht vom 21. Februar 2024 hält fest, dass die prüferische Durchsicht auf keine Sachverhalte gestossen ist, aus denen zu schliessen wäre, dass die Jahresrechnung kein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER vermittelt.

Die vollständige **Jahresrechnung nach Swiss GAAP FER 21** vom 15. Februar 2024 umfasst zusätzlich zu Bilanz und Betriebsrechnung Mittelflussrechnung, Kapitalveränderungsrechnung und Anhang. Sie ist auf der Website aufgeschaltet und kann in gedruckter Form bei unserer Geschäftsstelle in Brugg bezogen werden.

Bilanz 2023 mit Vorjahresvergleich

BEZEICHNUNG	31.12.22	31.12.23	Veränd.
AKTIVEN	CHF	CHF	CHF
Kasse	0	0	0
Bankguthaben	75 258	109 473	34 215
Forderungen Fragile Suisse	4 158	22 324	18 165
Forderungen (Debitoren)	0	268	268
Verrechnungssteuerguthaben	0	0	0
Delkredere	0	0	0
Aktive Rechnungsabgrenzungen	600	0	-600
Umlaufvermögen	80 017	132 064	52 048
Anlagevermögen	0	0	0
Total Aktiven	80 017	132 064	52 048
PASSIVEN			
Verbindlichkeiten (Kreditoren)	-8 743	-11 271	-2 528
Verbindlichkeiten Fragile Suisse	-11 486	-9 791	-1 695
Passive Rechnungsabgrenzungen	0	-42 000	-42 000
Kurzfristiges Fremdkapital	-20 229	-63 062	-42 833
Rückstellungen	0	0	0
Langfristiges Fremdkapital	0	0	0
Fonds Leistungsvertrag	-6 200	-6 200	0
Schwankungsfonds BSV	-14 276	-24 593	-10 317
Fondskapital	-20 476	-30 793	-10 317
Gebundenes Kapital	-16 180	-16 180	0
Freies Kapital	-22 902	-23 132	-230
Jahresgewinn oder Jahresverlust	-230	-1 103	1 333
Eigenkapital	-39 312	-38 209	1 103
Total Passiven	-80 017	-132 064	-52 048

Kommentar

Mit dem kleinen Verlust von CHF 1 103.– im Rechnungsjahr 2023 sinkt das Eigenkapital auf CHF 38 209.– Die Bankguthaben steigen gegenüber dem Vorjahr an und erreichen mit CHF 109 473.– ein komfortables Niveau. Das kurzfristige Fremdkapital erhöht sich massiv. Während die Kreditoren und die Verbindlichkeiten gegenüber Fragile Suisse stabil bleiben, steigen die Rechnungsabgrenzungen wegen einer grossen Spende, die auf drei Jahre verteilt werden muss, massiv an. Der Schwankungsfonds gegenüber dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) muss aufgrund des guten Vorjahresergebnisses um CHF 10 317.– erhöht werden.



Neurologisches Tageszentrum Die Brücke zum Alltag

Das Neurologische Tageszentrum der Reha Rheinfelden ist eine teilstationäre Einrichtung zur neurologischen Rehabilitation. Es bietet Patientinnen und Patienten, die zu Hause wohnen können, die Möglichkeit zur Fortführung intensiver interdisziplinärer Therapien und unterstützt sie bei der Bewältigung des neuen Alltags zu Hause und im Beruf.

Neurologisches Tageszentrum
Salinenstrasse 98, CH-4310 Rheinfelden,
Tel. +41 (0)61 836 59 80, ntz@reha-rhf.ch
www.reha-rheinfelden.ch/ntz



CURATIVA

Das Ambulante Zentrum der Reha Rheinfelden