

## Der Ort

**Die Ferienorte wechseln.  
Verlangen Sie die aktuellen Unterlagen.**

- Tag:** von Samstag bis Samstag
- Dauer:** eine ganze Woche
- Kosten:** CHF 1 550.–  
für Gehende (Mitglieder)  
CHF 1 950.–  
für Rollstuhlfahrende (Mitglieder)

In den Kosten inbegriffen sind Halbpension im eigenen Hotelzimmer, Anteil Betreuung, organisierte Ausflüge, An- und Rückreise.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.  
Melden Sie sich rasch an.

### Leitung und Begleitung

Irene Hasler, ehemalige Leiterin Pflege Intensivstationen Unispital Zürich. Sie bringt ein grosses Fachwissen über Hirnverletzungen, die Allgemeinmedizin und körperliche Einschränkungen mit. Die freiwilligen Betreuungspersonen bringen Erfahrungen aus unterschiedlichen Bereichen mit.



**FRAGILE ZÜRICH**  
Für Menschen mit Hirnverletzung  
und ihre Angehörigen

## Unterstützung

**Wir freuen uns über Ihre  
Mitgliedschaft.**

Die Ferienkosten decken unseren Aufwand nicht. Bitte unterstützen Sie unsere Dienstleistungen und Projekte. Dann können wir auch in Zukunft Betroffene und Angehörige auf ihrem Weg begleiten. Herzlichen Dank.

### Jährlicher Mitgliederbeitrag

Einzelperson CHF 50.–  
Paar/Familie CHF 80.–

FRAGILE ZÜRICH  
Alderstrasse 40  
8008 Zürich

044 262 61 13  
zuerich@fragile.ch  
www.fragile-zh.ch

### Jetzt spenden

IBAN CH18 0900 0000 8001 1964 8



**FRAGILE  
ZÜRICH**

## Ferien

**Raus aus dem Alltag für  
Menschen mit Hirnverletzung**



## Zusammen neue Orte erkunden

Menschen mit einer Hirnverletzung haben einen anspruchsvollen Alltag. Sie sind in vielen Dingen eingeschränkt und müssen so manches neu lernen. Da braucht man einfach mal Abstand. Weg vom Alltag, von Verpflichtungen, Therapien, Arztbesuchen.

Unsere Ferienwochen bieten Ihnen ausreichend Raum für Erholung, Spass, Spiel und Geselligkeit. Wir unternehmen Ausflüge – je nach Gruppe mit den öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit dem Car. Daneben haben Sie auch freie Zeiten, in denen Sie selbst bestimmen können, was Sie machen möchten. Ob Shopping, Austausch oder Entspannen, das liegt ganz bei Ihnen.

Völlig losgelöst in neuer Umgebung – das tut Ihnen bestimmt gut. Dafür sorgen natürlich auch die aufmerksamen Betreuungspersonen, die Sie in dieser Woche begleiten.



## Das bringt es Ihnen

Die Ferienzeiten bewirken viel Gutes:

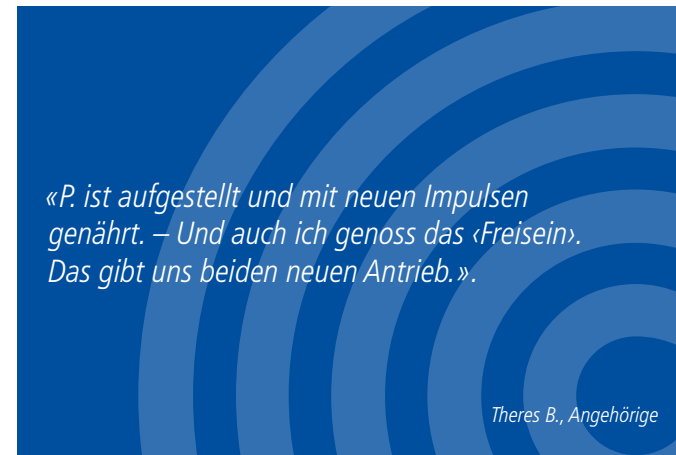
- Sie erhalten Abstand vom Alltag
- Sie erkunden neue Orte
- Sie lernen Regionaltypisches kennen
- Sie tauschen sich mit Gleichbetroffenen aus
- Sie geniessen gesellige Tage
- Sie stärken Ihr Selbstvertrauen
- Auch Ihre Angehörigen geniessen Ferien

Sie erfahren viel Schönes und vor allem Unterstützung. Dank der fachkundigen Leitung und den freiwilligen Betreuungspersonen. Freuen Sie sich auf herrliche Ferien.

Interessiert? Dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Gerne informieren wir Sie über die nächsten Daten und schicken Ihnen das Anmeldeformular für die begleiteten Ferienwochen.

### Kontakt

044 262 61 13  
zuerich@fragile.ch



## Die Teilnehmenden

Eingeladen sind Menschen, die von einer Hirnverletzung betroffen sind. Sei es nach einem Unfall, Schlaganfall, Hirntumor oder einer Hirnblutung.

Dieses Zusammensein während einer ganzen Woche ist sehr wertvoll. Weil Sie auf Gleichbetroffene treffen, die Sie verstehen. Das fördert den Austausch. Stärkt das Selbstvertrauen. Gibt Kraft und Mut für den Alltag. Und es entstehen in dieser Zeit oft Freundschaften.

Die einfühlsame, fachliche Begleitung und die verantwortungsvollen Betreuungspersonen sorgen für eine unvergessliche Woche. Sie werden unterstützt, wertgeschätzt, man hat Verständnis für Ihre Situation. Und Sie können so sein, wie Sie sich gerade fühlen.

### Wichtiger Hinweis

Sie sind gut zu Fuss und in alltäglichen Dingen zu einem Grossteil selbständig? Dann nehmen Sie in der Woche für **«gehende Personen»** teil. Sie brauchen Unterstützung in der Pflege und beim Laufen? Dann nehmen Sie in der Woche für **«rollstuhlfahrende Personen»** teil.

