

## Leben nach einer Hirnverletzung

Nach der Rehabilitierung und Begleitung durch die verschiedenen Stellen können Betroffene vielfach nicht mehr am bisherigen öffentlichen Leben teilnehmen.

Eine Möglichkeit mit kleinen Schritten wieder am öffentlichen Leben teilzunehmen, Selbstvertrauen und Stärke zu erlangen.

Die Kombination von Selbsthilfetreffen und Peer-Gespräch kann der erste Schritt sein.

Als selbst betroffene kenne ich die Thematik bestens und kann dich mit meinen Erfahrungen aktiv begleiten.



**SHG Leiterin  
Peer**

Amel Charni

## SHG–Treffen für junge Betroffene Zentralschweiz

Unsere Treffen richtet sich an junge betroffene von 18 – 40 Jahren.

### **Pfarreizentrum Barfüesser Im 4. Stock / Zimmer 3**

Wir treffen uns jeweils Samstagnachmittag  
von 14:00 – 16:00 Uhr an folgenden Daten

<b>7. März</b>	<b>2026</b>
<b>27. Juni</b>	<b>2026</b>
<b>31. Oktober</b>	<b>2026</b>

Aus organisatorischen Gründen ist für jeden Termin eine Anmeldung erforderlich.

E-Mail an [amelcharni@hotmail.com](mailto:amelcharni@hotmail.com)

Der gemeinsame Chat ermöglicht uns auch ausserhalb der offiziellen Terminen sich auszutauschen und zu treffen.

## Gemeinsam sind wir stärker. Wir möchten mit dir....

- ...und anderen jungen Betroffenen aus der Zentralschweiz Kontakte knüpfen
- ...Informationen und Erfahrungen austauschen.



- ...Schwierigkeiten im Alltag & Probleme besser bewältigen.
- ...aktive und positive Erfahrungen trotz Hirnverletzung miteinander erleben.

Es braucht Verständnis, Vertrauen und Mut um im eigenen Umfeld um über das Geschehene, und die damit verbundenen Einschränkungen, zu sprechen.

## Peer – Gespräche

Ein Peer-Gespräche ist ein gemeinsamer Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe für Betroffene.



- Persönliches 1:1 Gespräch ohne Gruppe
- Ort & Zeit individuell nach Absprache

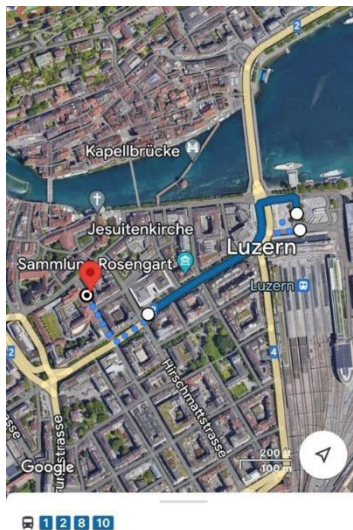
### Folgende Themen können zur Sprache kommen;

- Krankheits- und Traumaverarbeitung
- Familie, Beziehung
- Wohnsituation
- Überforderung, Vereinsamung
- Beruf und Arbeitswelt

**Anmeldung & weitere Info's bei der  
Geschäftsstelle FRAGILE Zentralschweiz**

## Unser Treffpunkt

**Pfarreizentrum Barfüesser  
Winkelriedstrasse 5  
6003 Luzern  
Im 4. Stock / Zimmer 3**



Bus ab Bahnhof Richtung Kantonalbank.  
Danach 2 Minuten zu Fuss (ca. 200 m)

Zu Fuss ab Bahnhof Luzern 550 Meter / ca 8min.

## SHG Selbsthilfegruppe für junge Betroffene aus der Zentralschweiz



**FRAGILE Zentralschweiz**  
Geschäftsstelle  
Spitalstrasse 45  
6004 Luzern

Telefon 041 260 78 61  
E-Mail zentralschweiz@fragile.ch  
Homepage [www.fragile.ch/zentralschweiz](http://www.fragile.ch/zentralschweiz)