

## Kontaktangaben

Vorname/Name

Firma/Organisation

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Bitte frankieren

FRAGILE Zentralschweiz  
Spitalstrasse 45  
6004 Luzern

## Beratung und Helpline

### FRAGILE Zentralschweiz

seit 2002 in den Kantonen Luzern, Uri, Schwyz,  
Ob- und Nidwalden sowie Zug

Gerne geben wir Auskunft über unsere Angebote,  
mögliche Therapien, Wohnmöglichkeiten, Rechtliches  
und Versicherungen oder wir vermitteln die ent-  
sprechenden Adressen.

### Geschäftsstelle

FRAGILE Zentralschweiz  
Spitalstrasse 45, 6004 Luzern  
[www.fragile-zentralschweiz.ch](http://www.fragile-zentralschweiz.ch)

Telefon 041 260 78 61  
Erreichbarkeit  
Montag 14–17 Uhr  
Mittwoch 8.30–11.30 Uhr  
oder per E-Mail an [zentralschweiz@fragile.ch](mailto:zentralschweiz@fragile.ch)

Die **Gratis-Helpline 0800 256 256** bietet telefonische  
Beratungen durch FRAGILE Suisse an. Fachpersonen  
aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich kümmern sich  
um Ihre Anliegen, beantworten Fragen oder vermitteln  
an zuständige Fachstellen.

Erreichbarkeit  
Montag–Freitag 10–13 Uhr  
oder per E-Mail an [helpline@fragile.ch](mailto:helpline@fragile.ch)

## Wir sind FRAGILE Zentralschweiz



Zur Verbesserung der Lebensqualität  
durch Hilfestellungen  
für Betroffene und ihr Umfeld.

Zur Integration und Prävention  
durch fachgerechte  
Information.

# Unser Auftrag

Seit über 20 Jahren steht FRAGILE Zentralschweiz als Regionalvereinigung von FRAGILE Suisse den Menschen mit einer Hirnverletzung bei und unterstützt Angehörige und das Umfeld.

Unsere Dienstleistungen und Angebote bieten wir in den Kantonen Luzern, Uri, Schwyz, Ob- und Nidwalden sowie Zug an.

Mögliche Auslöser für eine Hirnverletzung sind: Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma durch einen Unfall, Hirntumor, Entzündungen, Herz-Kreislauf-Stillstand.

Es ist unser Ziel, die Lebensqualität von Betroffenen zu verbessern, sie zu fördern und die Angehörigen und das Umfeld zu unterstützen. Die Selbsthilfe steht dabei im Zentrum.

FRAGILE Zentralschweiz wird aus Spenden, Mitgliederbeiträgen, Leistungsaufträgen mit dem BSV und sehr viel Freiwilligenarbeit finanziert.

# Unser Angebot

## AKTIV-Treff

Neben dem wichtigen Austausch werden in einem positiven Umfeld die Handlungskompetenz, die Selbstständigkeit und die Integration in den Alltag gefördert.

Der Treff dient zusätzlich als Entlastungsangebot für Angehörige.

## Selbsthilfegruppen

für Betroffene und Angehörige. Die Teilnehmenden treffen sich monatlich zum Austausch, zur gegenseitigen Unterstützung und zu abwechslungsreichen Aktivitäten.

Die Angebote sind vielseitig, aufbauend und bedürfnisorientiert.

## Rechtsberatung

Nach Voranmeldung bieten wir rechtliche Kurzberatungen für Betroffene und Angehörige durch spezialisierte Anwälte.

## Peer-Beratung

von Betroffenen für Betroffene/ von Angehörigen für Angehörige. In Zweier- oder Dreiergesprächen steht der Gedanken- und Erfahrungsaustausch im Fokus.

## Kursangebote, Veranstaltungen, Vernetzung

Wir veranstalten verschiedene Kurse und Freizeitanlässe für Betroffene und Angehörige rund um Bewegung, Kreativität, Musik und bieten spezialisierte Ferien an. Zudem vernetzen sich Mitglieder der Selbsthilfegruppen mit Betroffenen in der Tagesrehabilitation des Neurozentrums Luzerner Kantonsspital.



Für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

### Beratung

- Sozialberatung
- Rechtsberatung
- Peer-Beratung

### Fachinformationen

- Leben mit einer Hirnverletzung
- Hirnverletzungen: Ursachen und Prävention

### Ich möchte mehr über

FRAGILE Zentralschweiz wissen.

### Ich wünsche:

- Ein persönliches Gespräch. Bitte rufen Sie mich an.
- Unterlagen der Selbsthilfe-, Freizeitgruppen und Angebote in der Region Zentralschweiz
- Jahresbericht FRAGILE Zentralschweiz
- Ich interessiere mich für eine Mitgliedschaft
- Unsere Firma/Vereinigung interessiert sich für eine Kollektivmitgliedschaft oder möchte spenden

Wie erkenne ich einen Hirnschlag?  
Der Hirnschlag zeigt sich in den meisten Fällen durch eines oder mehrere der folgenden Symptome:



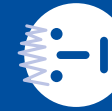
Plötzliche Schwäche, Lähmung oder Gefühlsstörung, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein).



Plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge). Doppelbilder. Plötzlicher Verlust der Sprechfähigkeit oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen.



Heftiger Drehschwindel verbunden mit Gehunfähigkeit.



Plötzlich auftretender, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz.

Notrufnummer **144** alarmieren!