

# FRAGILE



## IM INTERVIEW

Hürden bei der Rückkehr  
ins Arbeitsleben

## IM PORTRÄT

20 Jahre lang konnte  
Floriane Willemin  
nicht kommunizieren



**FRAGILE SUISSE**

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und Angehörige

## EDITORIAL

# Liebe Leserin, lieber Leser



**Dr. med. Mark Mäder**

ehemaliger Präsident FRAGILE Suisse

### Über FRAGILE Suisse

FRAGILE Suisse ist die schweizerische Patienten- und Behindertenorganisation für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige. Wir unterstützen Betroffene nach einer Hirnverletzung (Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma und andere) mit vielseitigen Dienstleistungen auf dem Weg in ein selbstbestimmtes Leben und fördern die Wiedereingliederung.

## «Gemeinsam für Menschen mit Hirnverletzung»

Als spendenfinanzierte Organisation sind wir auf die Unterstützung unserer Spender:innen angewiesen. Mit einer Spende tragen Sie dazu bei, dass Betroffene und Angehörige von unserem Angebot Gebrauch machen können und ihnen nach einer Hirnverletzung langfristig geholfen wird. Herzlichen Dank für diesen wertvollen Beitrag!

### Bankverbindung

PC 80-10132-0

IBAN CH 77 0900 0000 8001 0132 0

### Impressum

Auflage 40 650 Ex., 4x im Jahr

Herausgeber FRAGILE Suisse, Badenerstrasse 696,

8048 Zürich, 044 360 30 60, info@fragile.ch, www.fragile.ch

Gestaltung Stutz Medien AG, 8820 Wädenswil, www.stutz-medien.ch

Umsetzung Krömer Design, www.kroemer-design.com

Druck Prowema GmbH, 8418 Schlatt ZH, www.prowema.ch

klimaneutral gedruckt

Redaktion Carole Bolliger, Sophie Roulin-Correvon

Inserateverkauf FRAGILE Suisse, Jana Bauer, bauer@fragile.ch

Übersetzung Dominique Naegeli-Gascon, Irene Bisang

Abonnement CHF 10.- pro Jahr, im Spenden- bzw. Mitgliederbeitrag

inbegriffen

Titelbild Francesca Palazzi

### Ausgeschlossen sein – eingebunden sein

Das Erste, was nach einer erlittenen Hirnverletzung spürbar wird, ist das Ausgeschlossensein: Ich gehöre nicht mehr einfach «dazu» – aber wohin gehöre ich? Wer bin ich überhaupt? Vielleicht fragen auch wir uns das gelegentlich, aber am gesicherten Ich zweifeln wir doch selten. Und nun?

Der Mensch trifft auf Barrieren: Eine Halbseitenlähmung – Treppenstufen, es braucht Rampen. Die Unsicherheit im Gehen – es braucht Handläufe. Langsam sein – es braucht Rücksicht. Die klare Mitteilung zerfällt – die betroffene Person braucht die Geduld der anderen.

Es ist fremd geworden um einen herum.

Der erste Schritt des neuen Weges nach einer Hirnverletzung ist: Erkennen, was man wieder erlernen kann, erkennen, was man will, und erkennen, was man braucht. Dies ist ein schwieriger Schritt. Der nächste Schritt aber ist heute noch schwieriger: Die Verwirklichung dieser Erkenntnis. Und dies geht nicht, ohne dass die Gesellschaft bereit ist, die Forderungen, die sich daraus ergeben, umzusetzen: Das heisst technische Barrieren abbauen und das Nötige zur Verfügung stellen. Inklusion heisst das Zauberwort. Der Abbau aller Grenzen, auch die, die von Vorurteilen ausgehen, die von Egozentrik und von Rücksichtslosigkeit zeugen. Ziel ist die Erreichung von Akzeptanz und Respekt allen Menschen gegenüber – auch den Menschen mit einer Hirnverletzung.

Dies ist Thema dieses Magazins, und es ist die grundsätzliche Aufgabe von FRAGILE Suisse. Danke, dass Sie uns dabei unterstützen.

*M. Mäder*

Dr. med. Mark Mäder



## AKTUELL

### Inklusion und Barrieren

Menschen mit Hirnverletzung begegnen im Alltag immer noch vielen Barrieren – sei es bei der Arbeit, in der Ausbildung oder in der Freizeit. Damit sich das ändert, ist Inklusion notwendig. Doch wie können Barrieren abgebaut werden? Was braucht es, damit Menschen mit Hirnverletzung uneingeschränkt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können? Finden Sie Antworten auf diese und weitere Fragen in dieser Ausgabe des Magazins sowie auf unserer Website:

[www.fragile.ch/inklusion-barrieren](http://www.fragile.ch/inklusion-barrieren)

### Wie erkennt man einen Schlaganfall?

Am 29. Oktober ist Weltschlaganfalltag. An diesem Tag machen verschiedene Organisationen auf die Ernsthaftigkeit und die hohen Zahlen von Betroffenen aufmerksam. FRAGILE Suisse plant dieses Jahr zusätzlich einen Briefversand, um die breite Öffentlichkeit für das Thema Hirnverletzung – insbesondere Schlaganfall – und mögliche Folgen zu sensibilisieren. Und um das Verständnis und Bewusstsein gegenüber Betroffenen zu fördern. Ebenfalls werden die häufigsten Symptome eines Schlaganfalls erläutert, damit man im Ernstfall richtig reagieren kann. Sind Ihnen die Anzeichen bekannt? Und wissen Sie, was Sie im Ernstfall machen sollten? Eine schnelle Reaktion und das Gewinnen von Zeit sind bei Hirnverletzungen entscheidend.

Mehr dazu unter: [www.fragile.ch/news-detail/kennen-sie-die-anzeichen-eines-schlaganfalls/](http://www.fragile.ch/news-detail/kennen-sie-die-anzeichen-eines-schlaganfalls/)

### Letzter Aufruf: Laufen für den guten Zweck!

#### Unterstützen Sie eine unserer Läuferinnen ...

Magali Peter (Jahrgang 2004, Rasmussen-Enzephalitis) ist Mitglied bei FRAGILE Aargau/Solothurn Ost und freut sich schon darauf, ihre Runden für einen guten Zweck zu drehen. Möchten Sie ihr Vorhaben unterstützen? Über folgenden Link können Sie Magali einen Beitrag Ihrer Wahl als pauschale Spende oder pro Runde zusichern:

[www.fragile.ch/spendenlauf2023/magali](http://www.fragile.ch/spendenlauf2023/magali)

#### ... oder laufen Sie selber mit

Ob gross oder klein, alle sind herzlich willkommen. Joggen, spazieren, mit dem Rollstuhl fahren – alles ist möglich, denn das Leichtathletikstadion Schachen in Aarau ist barrierefrei. Wer nicht selber mitmachen will oder kann, kann am 23. September Freunde, Familienmitglieder und Verwandte, die teilnehmen, unterstützen. Mit einer pauschalen Spende oder einem Beitrag pro geschaffte Runde (400 Meter). Die dadurch erzeugten Einnahmen fliessen alle in die Angebote und Projekte von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost und FRAGILE Suisse.



«Es ist schade, dass ich nicht mehr selber rennen kann, aber dank dem Fragile-Spendenlauf kann ich im Rollstuhl doch wieder an einem Event teilnehmen.»

Magali P.



Wir freuen uns über Ihr Engagement und danken Ihnen herzlich!

Erfahren Sie mehr zum Event:  
[www.fragile.ch/spendenlauf2023](http://www.fragile.ch/spendenlauf2023)

# « 20 Jahre lang konnte ich nicht kommunizieren »



**Floriane Willemin** hat 1992 ein Schädel-Hirn-Trauma erlitten. 20 Jahre lang war sie nicht in der Lage, zu kommunizieren. Dank der Begegnung mit Heilpädagogin Laure Nusbaumer kann sie heute aus der Stille heraustreten.

Text: Megan Baiutti

Am 24. Mai 1992 wird Floriane Willemin Opfer eines Verkehrsunfalls. Ihr Leben gerät aus den Fugen. «Ich war eine lebensfrohe junge Frau, habe das Leben genossen und war topfit», erzählt sie. Floriane wird mit dem Helikopter ins Berner Inselspital geflogen. Etwa 20 Tage lang liegt sie dort im Koma. Dann wird sie in ein anderes Spital verlegt, wo sie auf der Intensivstation künstlich beatmet wird. Eines Tages gelingt es ihr selbstständig zu atmen und sie öffnet die Augen. Ihre Mutter, Marie-Andrée Willemin, sagt: «Floriane ist aus dem Koma erwacht. Sie schien zu verstehen, was wir sagten, und darauf zu reagieren, aber niemand glaubte mir.» Tatsächlich werden die beobachteten Anzeichen von den Fachpersonen im Spital als nicht relevant eingestuft.

Anschliessend verbringt Floriane, die gerade mal 17 Jahre alt ist, über ein Jahr in einem jurassischen Altersheim, bevor sie für acht Monate ins REHAB Basel und danach für 16 Jahre ins Spital Pruntrut zur Langzeitpflege verlegt wird. Im Juni 2011 zieht sie ins Foyer des Fontenattes in Boncourt um, wo sie bis heute wohnt. In diesem Heim lernt sie die Heilpädagogin Laure Nusbaumer kennen, die Floriane die richtige Unterstützung und die geeigneten Hilfsmittel bietet, um wieder kommunizieren zu können.

## Gefangen im eigenen Körper

Nach ihrem Unfall kann sich Floriane nicht bewegen und ist nicht in der Lage, sich auszudrücken. «Ich bin aus dem Koma erwacht und konnte nicht mehr sprechen. In diesem Moment hat die Welt aufgehört, sich zu drehen», erzählt sie. «Ich sagte mir, dass ich versuchen würde allen zu zeigen, dass ich genauso klug bin wie zuvor. Aber ich hatte Probleme, überhaupt darauf aufmerksam zu machen, dass ich bei vollem Bewusstsein war. Ich erinnere mich, dass ich mich be-

müht habe, mir Gehör zu verschaffen. Ich habe oft geweint.» 20 Jahre lang denken alle, dass Floriane im Koma liegt. Nur ihre Mutter bemerkt ihre Versuche, zu kommunizieren. Jahre später wird dies von Laure Nusbaumer bestätigt. Dank der Beharrlichkeit der Heilpädagogin finden sie eine Möglichkeit, wie Floriane sich ausdrücken kann. Sie kommuniziert zunächst mit zwei Karten: Die rote Karte bedeutet «Nein» und die grüne «Ja». Heute kommuniziert sie mithilfe eines Tablets, was ihren Bedürfnissen besser entspricht. Derzeit sucht Laure Nusbaumer zusammen mit der Firma Active Communication nach einem Kommunikationsmittel, das es Floriane ermöglicht, dank einer Tastatur ihre Sätze ohne fremde Hilfe zu schreiben. «Laure hat für mich einen Weg gefunden zu kommunizieren, und jetzt bin ich nicht mehr in meinem Körper gefangen», sagt Floriane.

Zwischen Floriane und Laure hat sich eine enge Verbindung aufgebaut. «Ich verbringe sehr gerne Zeit mit Floriane. Anfangs habe ich sie immer wieder stark gefordert, damit sie sich weiterentwickeln kann», so Laure. Bei den ersten Versuchen der Heilpädagogin, mit Floriane ins Gespräch zu kommen, glaubt diese, dass sich die Therapeutin über sie lustig macht. «Alles, was Floriane brauchte, um wieder kommunizieren zu können, war die richtige Person, die ihr helfen wollte», sagt Florianes Mutter lächelnd. Die junge Frau sieht nur auf dem unteren Viertel des linken Auges, hat eine Hemiparese\* und ermüdet schnell. Regelmässige Botox-Injektionen helfen ihr, ihre Muskeln zu entspannen.

## Trost finden in anderen Geschichten

Während dieser langen Jahre im Spital und später im Heim besucht Florianes Familie sie häufig und unterstützt sie jederzeit und überall. Heute weiss die Mut-



Floriane (Mitte), ihre Mutter Marie-Andrée (rechts) und Heilpädagogin Laure (links) sind ein unzertrennliches Team.

ter, dass sie mit ihrer Beobachtung, dass Floriane all die Jahre bei Bewusstsein war, recht hatte: heute kann Floriane mit Unterstützung von Laure Nusbaumer berichten, was sie in all der Zeit erlebt hat: «Für den Arzt im Krankenhaus vegetierte ich bloss vor mich hin. Für sie alle lag ich noch im Koma und war am Ende. Aber das stimmte nicht. Ich wusste, ich bin eine intelligente Frau und will leben. Ich werde für meine Familie kämpfen, die zusammenhält und die ich liebe. Zum Glück war meine Mutter da und kümmerte sich um mich.» Diese Zeit war für Marie-Andrée Willemin sehr schwer zu ertragen. Trost findet sie, wenn sie im Magazin von FRAGILE Suisse die Berichte von Betroffenen liest. «Ich hätte mich gerne an einer Gesprächsgruppe beteiligt, das hätte mir gutgetan. Aber damals hatte ich nur sehr wenig Zeit», sagt sie bedauernd.

Mithilfe ihres Tablets äussert Floriane vor einiger Zeit den Wunsch, allein in einer eigenen Wohnung zu leben, in der Nähe ihrer Mutter und ihres Umfelds. Um ihren Wunsch zu erfüllen, wird nach einem geeigneten Kommunikationsmittel gesucht, mit dem sie ohne fremde Hilfe per Knopfdruck die Notdienste anrufen und ihr Problem erklären kann. Bisher wurde noch keine zufriedenstellende Lösung gefunden, aber

Floriane Willemin, ihre Mutter und Laure Nusbaumer geben nicht auf. An Mut und Entschlossenheit mangelt es ihnen nicht.

\*Eine Hemiparese ist eine unvollständige Lähmung einer Körperseite.

Menschen, die von Hirnverletzungen betroffen sind, sehen sich im Alltag mit zahlreichen Problemen konfrontiert. FRAGILE Suisse hat 2022 ein Manifest zu diesem Thema veröffentlicht. Um das Selbstbestimmungsrecht der Betroffenen zu verwirklichen, braucht es Veränderungen und Verbesserungen in der Sozialpolitik. Dieses Manifest umfasst fünf Forderungen, darunter die Förderung von geeigneten Wohnformen für Betroffene. Damit Menschen mit Hirnverletzungen ihren Lebensstil selbst bestimmen können, braucht es spezialisierte Pflegeheimplätze, gemeinschaftliche und/oder betreute Wohnformen sowie ambulante Wohnbegleitung.

Unser Manifest finden Sie hier:  
[https://www.fragile.ch/politisches\\_manifest](https://www.fragile.ch/politisches_manifest)

## AKTUELL

### Ich jodle mich frei!

**Gemeinsam jodeln und singen, das macht glücklich und wirkt sich positiv auf die gesamte Gesundheit aus. Dies ist sogar wissenschaftlich erwiesen.**

In Zürich und Luzern wird seit Jahren bereits freudig gejodelt, festgehalten auf der FRAGILE-CD und dem selbst komponierten FRAGILE-Juuz. Sandra Dicht, Betroffene aus der Region Bern-Biel, möchte mit diesem Bericht andere Betroffene auch zum Jodeln ermuntern. Die Kurse finden an den Montagnachmittagen statt, eine Woche in Bern, die andere Woche in Biel. Mutig sein und einfach herauszujodeln kann befreiend wirken. Für das Jodeln braucht es keine Worte. Auch Menschen mit Beeinträchtigungen in der Lautsprache können jodeln.

Mit Sandra Dicht – Musikerin und Heilpädagogin – reisen die Teilnehmenden in die Klangwelt der Alpen und andere Gegenden der Erde. Gejodelt wird nämlich



auf der ganzen Welt, sei es bei den Inuit, in Georgien oder in Afrika. Gemeinsam ein- und mehrstimmige Jodel und Volkslieder singen stärkt das Gefühl des Miteinanders. Gemeinsam klingen und darin baden. Körper, Geist und Seele erfahren tiefe Entspannung durch die Vibration der Töne. Das Erlernen neuer Melodien schult das Gehör und regt das Gedächtnis an. **Sei mutig, komm vorbei und schau, was es mit dir macht.**



**Diesen und weitere Kurse finden Sie auf unserer Website: [www.fragile.ch/kurse](http://www.fragile.ch/kurse)**

INSERAT

## rehaklinik ZIHLSCHLACHT

**Zurück auf den Arbeitsmarkt. Danke.**

«Einer handwerklichen Arbeit nachgehen zu können, hätte ich nach einem schweren Schädelhirntrauma durch einen Sturz aus mehreren Metern Höhe, nicht erwartet. Danke, Rehaklinik Zihlschlacht»

*Herbert*

Eine Gesundheitseinrichtung der  VAMED health.care.vitality. 

# «Die Dauer ist bei einem Arbeitsversuch zentral»



**Mit welchen Hürden haben Betroffene nach einer Hirnverletzung zu kämpfen, wenn sie ins Arbeitsleben zurückkehren? Und wie kann FRAGILE Suisse unterstützen? Yvonne Keller, Sozialarbeiterin bei FRAGILE Suisse, gibt Auskunft.** Interview: Carole Bolliger

## **Yvonne Keller, inwiefern unterstützt FRAGILE Suisse Betroffene nach einer Hirnverletzung bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz?**

Wenn eine Person nach einer Hirnverletzung wieder ins Arbeitsleben zurückkehrt, sind öfters mehrere Stellen involviert: sehr häufig die IV, Versicherungen, die SUVA. Zuweilen auch Neuropsychologen und Ärzte, welche abklären und einschätzen, was für die Patient:innen möglich ist. Was können die Betroffenen noch und was nicht? Die Rolle von FRAGILE Suisse ist in der ersten Phase eher ergänzend und wir stehen beratend zur Seite. Läuft es nicht so gut, fühlen sich Betroffene nicht verstanden, vom Arbeitgeber, der IV, Versicherungen oder Ärzten, dann kommen wir von der Sozialberatung aktiv dazu. Das kann sein mit einem Telefonat, einem Schreiben oder auch, indem wir zusammen mit den Beteiligten an einen runden Tisch sitzen.

## **Welche Schwierigkeiten erleben Sie bei der Arbeitsintegration von Betroffenen nach einer Hirnverletzung und was sind die grössten Hürden?**

Eine der grössten Hürden im ersten Arbeitsmarkt ist sicherlich die Bereitschaft des Arbeitgebers. Man muss schauen, welche Möglichkeiten es gibt, der betroffenen Person geeignete Aufgaben zu geben. Es stellen sich viele Fragen wie: Ist die gleiche Arbeit noch möglich? Oder finden wir eine andere Lösung? Im zweiten Arbeitsmarkt kann es einfacher sein unterzukommen. Aber man muss sich bewusst sein, dass das weit weg ist vom ersten Arbeitsmarkt und man dort auch keine Sicherheit hat, dass man bleiben kann.

## **Wie meinen Sie das?**

Wenn die beruflichen Massnahmen abgeschlossen sind, allerdings die Rente der IV noch nicht geprüft wurde, ist die Finanzierung der betroffenen Person im zweiten Arbeitsmarkt nicht gewährleistet. Das ist eine sehr grosse Lücke in unserem System.

## **Was könnte in Ihren Augen die Lösung dafür sein?**

Die IV oder die Kantone müssten dafür Überbrückungsgelder leisten, damit die Betroffenen sicher im zweiten

Arbeitsmarkt bleiben können, bis eine IV-Rente gesprochen wurde.

## **Welche Massnahmen sind aus Ihrer Sicht besonders effektiv bei der Arbeitsintegration nach einer Hirnverletzung?**

Ich finde es sinnvoll, wenn man als Betroffene:r einen Arbeitsversuch macht. So kann man schauen, wie es einem damit geht, was man noch kann und wo man Probleme hat. Egal ob im ersten oder zweiten Arbeitsmarkt. Und dies genug lange. Ein Monat ist bei einer Hirnverletzung nicht ausreichend. Erst nach mindestens einem halben Jahr kann man langsam sagen, was noch geht und was nicht. Viele denken nur kurzfristig, aber es muss langfristig funktionieren, da sprechen wir gar von mehreren Jahren.

## **Welche Rolle spielen die Angehörigen?**

Sie können eine wichtige Rolle spielen. Denn sie kennen die Person, wie sie vor der Hirnverletzung war und wie sie heute ist. Sie erleben, wie sie von der Arbeit nach Hause kommt. Erschöpft, ausgelaugt? Längerfristig können sie helfen, Bilanz zu ziehen und ihre Beobachtungen miteinzubringen. Haben sie andere Erwartungen und Vorstellungen als die betroffene Person selbst, kann dies aber auch negative Auswirkungen haben.

## **Welche Herausforderungen sehen Sie für die Zukunft?**

Ein grosses Ziel muss sein, dass mehr gute soziale Arbeitsplätze für Betroffene angeboten werden. Sowohl von Arbeitgebenden und Versicherungen als auch von der Politik. Leider ist zurzeit aber genau das Gegenteil der Fall. Immer mehr solche Plätze werden abgeschafft, der Leistungsdruck steigt. Da muss sich die Politik etwas überlegen. Denn es wird ja nicht weniger Betroffene geben, sondern immer mehr.



**Lesen Sie das ganze Interview:**  
[www.fragile.ch/fachinterview/  
arbeitsintegration](http://www.fragile.ch/fachinterview/arbeitsintegration)

# Tipps unserer Leserschaft

Tauschen Sie sich aus und erhalten Sie in jeder Ausgabe hilfreiche Tipps von anderen Betroffenen und Angehörigen. Dieses Mal zum Thema Inklusion und Barrieren.



## Im Voraus testen

Im Allgemeinen empfehle ich, eine Sache zu testen, bevor sie durchgespielt wird. Ich erinnere mich an einen Firmenausflug, den ich mitgeleitet habe: Zwei Wochen vorher habe ich den ganzen Parcours ausprobiert, um zu sehen, ob es funktionieren würde. Ausser einem kleinen Fehler klappte alles.

Andy U., Betroffener

## Auf den Körper hören

Der Körper sendet Signale, wenn man ihn strapaziert hat. Wichtig ist es, gut in sich hinein und auf seinen Körper zu hören und auf die Signale zu achten. Regelmässige Pausen integrieren und das tun, was einem guttut, um die Batterien wieder aufzuladen. Auch kann es helfen, Tagebuch zu schreiben, zu dokumentieren, was man geschafft hat, was einem Kraft gibt oder müde macht.

Beratungsteam von FRAGILE Suisse



Hier erhalten Sie weitere Tipps:  
[www.fragile.ch/lesertipps](http://www.fragile.ch/lesertipps)

## Wieder dazugehören

In der Sekundarschule fühlte ich mich sehr gut integriert, hatte aber schlechte Noten. In der Realschule begriff ich den Schulstoff besser, wurde jedoch etwas ausgeschlossen. Die Lehre absolvierte ich in einem Ausbildungsheim für Körperbehinderte. Die Umstellung war schwierig, aber ich gehörte wieder dazu. Danach wurde in meiner Heimat eine Arbeitsstelle extra für mich geschaffen.

Heidi V., Betroffene



## Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

In unserem nächsten Magazin beschäftigen wir uns mit dem Thema «Sinne: Sehen und Hören». Ist oder war Ihr Seh- oder Hörvermögen durch eine Hirnverletzung beeinträchtigt? Was sind Ihre Erfahrungen und haben Sie Tipps für andere Betroffene? Teilen Sie Ihre persönlichen Erfahrungen mit uns und unserer Leserschaft und senden Sie uns Ihren Tipp oder Erfahrungsbericht an [kommunikation@fragile.ch](mailto:kommunikation@fragile.ch). Einsendeschluss ist der 15. Oktober 2023. Wir freuen uns auf Ihren Beitrag!

## ENGAGEMENT

# Kleine praktische Alltagshelfer

**Not macht erfinderisch. Dieses Sprichwort passt bestens zu Niklaus Manser. Der heute 51-Jährige hat bei einem Unfall ein schweres Schädel-Hirn-Trauma erlitten – sein rechter Arm ist seither gelähmt. Doch davon lässt er sich nicht unterkriegen. Mit viel Kreativität weiss er sich immer zu helfen und er hat schon verschiedenste Hilfsmittel für den Alltag selber erfunden und produzieren lassen.**



Niklaus Manser jassete schon immer gerne. Doch wie sollte er die Karten halten und gleichzeitig spielen mit einem gelähmten Arm nach seinem Unfall? Ein Doppelmeter war die schnellste Lösung. «Aber nicht die stabilste», fand er. Und so bat er seinen Bruder, der damals in der Ausbildung zum Zimmermann war, selber etwas herzustellen, das besser auf dem Tisch stand als der Meter. So entstand der Kartenhalter, der



dann später von einer Holzfirma in grösserer Menge produziert wurde. Den Kartenhalter gibt es in verschiedenen Farben. Und auch heute noch braucht Niklaus Manser seine praktische Erfindung regelmässig zum Jassen oder bei anderen Kartenspielen.

Der 51-Jährige hat auch noch andere praktische Helfer für den Alltag erfunden: ein Gemüsehalter, um Kartoffeln, Karotten und Co. einhändig schälen zu können. Die Idee: Ein Gemüsebrett nehmen, in der Mitte 16 Metallstifte einschlagen, auf die man das zu schälende Gemüse oder auch Würste oder Eier zum Schälen heften kann, und vier Saugnäpfe, damit das Brett nicht wegrutscht. Die Idee stand, für die Umsetzung war dann sein Vater zuständig. Und natürlich hatte der St. Galler «Daniel Düsentrieb» noch weitere Einfälle, die ihm und anderen Betroffenen die Alltagsarbeiten erleichtern sollen. So zum Beispiel ein Brotschneidebrett.

Mehr dazu unter: [www.nikman.ch](http://www.nikman.ch)



## GEWINNSPIEL

### Gewinnen Sie einen Kartenhalter

FRAGILE Suisse möchte Niklaus Manser unterstützen und verlost deshalb vier Kartenhalter von ihm. Auch für Nicht-Betroffene – beispielsweise beim Jassen-Lernen mit Kindern oder zum UNO spielen – ist dies eine wertvolle Hilfe.

Schreiben Sie eine E-Mail mit dem Betreff «Verlosung Kartenhalter» bis am 15. Oktober 2023 an [kommunikation@fragile.ch](mailto:kommunikation@fragile.ch)



Mitmachen & gewinnen!

## Einladung zur Podiumsdiskussion

**Am Tag der betreuenden Angehörigen dreht sich bei uns alles um den Umgang mit dem Schicksal Hirnverletzung.**

Woher nehme ich als Angehörige:r die Kraft? Wo erhalte ich Unterstützung? Ausgewiesene Fachleute und eine angehörige Person zeigen Möglichkeiten auf, mit dem Unfall oder der Krankheit der liebsten Angehörigen umzugehen. Wie geht es nach der Reha bei uns zu Hause weiter? Wer hilft mir? Wie viel kostet die Unterstützung? Wie kann ich mit den Verhaltensänderungen umgehen? Wie komme ich selber zu Erholung?



Foto: ©SRF

**Wann** Montag, 30. Oktober 2023, 18–20 Uhr

**Ort** Stadtspital Zürich Waid, Tièchestrasse 99, 8037 Zürich, Kongressforum

### Moderation

**Daniela Lager**, Journalistin und Moderatorin der Gesundheitssendung «Puls» von SRF

### Sprecherin

**Heidi Diggelmann**, Schauspielerin

### Teilnehmende

**Dorothee Felber**, Vorstandsmitglied Pro Aidants / Swiss Carer Zürich

**Marion Bosshard**, Entlastungsdienst, Fachbereichsleitung Koordination, Stellvertretende Geschäftsführerin

**Jutta Küst**, Neuropsychologin, Leiterin Neuropsychologie Reha Klinik Lengg, Vorstandsmitglied FRAGILE Zürich

**Barbara Leu**, Psychotherapeutin, Klinik Waid, Zürcher Lighthouse, FRAGILE Zürich

**Markus Loher**, Rechtsanwalt, Vereinspräsident FRAGILE Zürich

**Niklaus Gnädinger**, Angehöriger

### Interaktive Umfragen

**Sarah Dubler**, FRAGILE Suisse



Anmeldung unter:  
[www.fragile.ch/zuerich/kraft](http://www.fragile.ch/zuerich/kraft)  
Die Teilnahme ist kostenlos.

Unser vollständiges Kursangebot finden Sie unter: [www.fragile.ch/kurse](http://www.fragile.ch/kurse)

## FRAGILE Ostschweiz

### Vortrags-Tournee

Im Herbst 2023 startet die Vortrags-Tournee von FRAGILE Ostschweiz in Zusammenarbeit mit den regionalen und örtlichen Samaritervereinen.

Das Thema heisst: «Hirnverletzt – es kann jeden treffen». Der Referent, Ruedi Eberhard, erzählt als Betroffener über das Leben mit einer Hirnverletzung. Gezeigt werden auch Filmsequenzen von ihm aus der Zeit als Wachkomapatient im REHAB Basel.

Als Präsident von FRAGILE Ostschweiz ist es Ruedi Eberhard ein Anliegen, die Gesellschaft über die Belange der Menschen mit Hirnverletzung zu sensibilisieren. Als ehemaliger Kantonspolizist und junger Familienvater veränderte sich damals sein Leben komplett. Offen erzählt er über diese schwierige Zeit und seinen Weg zurück ins Leben.

Samariter:innen, die zu Notfällen und Unfällen gerufen werden, erhalten so eindrücklich Einblick in die Zeit nach der Akutphase.

Mit einem Informationstisch am Vortragsabend orientiert das FRAGILE-Team kompetent über die Vereinbarung und gibt Unterlagen zum Mitnehmen ab.

Nebst den Herbstterminen sind bereits schon einige Termine im Frühjahr 2024 gebucht.

Weitere interessierte Samaritervereine können sich jederzeit bei FRAGILE Ostschweiz melden:  
Tel. 071 740 13 00  
[ostschweiz@fragile.ch](mailto:ostschweiz@fragile.ch)



# Unsere Standorte



## FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

Am 26. Oktober 2023 findet um 19 Uhr im Kantonsspital Aarau ein öffentlicher Fachvortrag statt: PD Dr. Tobias Krieger, Universität Bern, referiert über «Einsamkeit bei schwerer Krankheit: ein relevantes Thema für Betroffene und ihre Angehörigen».

Einsamkeit ist ein verbreitetes Phänomen in der Bevölkerung. Das aversive Gefühl tritt auf, wenn unser menschliches Grundbedürfnis nach sozialen Beziehungen unzureichend befriedigt ist. Im Referat wird das Thema Einsamkeit als Gesamtes beleuchtet und insbesondere auf Einsamkeitsgefühle nach Hirnverletzungen sowohl bei Betroffenen als auch betreuenden Personen eingegangen.

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen: [www.fragile-aargau.ch](http://www.fragile-aargau.ch)



## FRAGILE Zentralschweiz

Im Rahmen ihres Studiums haben sechs angehende Sozialpädagoginnen ihre Projektarbeit dem Thema Gesundheitsförderung im Bereich der psychischen Gesundheit gewidmet. Dabei arbeiteten sie mit FRAGILE Zentralschweiz zusammen. Genauer mit dem Aktiv-Treff Emmenbrücke. Sie gestalteten das Programm im Aktiv-Treff mit. Dadurch konnte der Zusammenhalt in der Gruppe weiter gestärkt werden und jedes Gruppenmitglied konnte eigene Entwicklungsprozesse durchlaufen. Ein erfolgreiches Projekt für alle Seiten.

## FRAGILE Basel

Seit einigen Jahren bereits lernen wir unter der hervorragenden Leitung des herzlichen Chefkochs Yves Cartier aussergewöhnliche und unbeschreiblich leckere Gerichte aus aller Welt kennen. Letztes Mal reisten wir kulinarisch nach Thailand und haben es wortwörtlich genossen. Gemeinsames Kochen und Schlemmen – ein perfekter Tag.



Mehr aus den Regionen und alle ausführlichen Berichte: [www.fragile.ch/regio-news](http://www.fragile.ch/regio-news)

### FRAGILE Aargau/Solothurn Ost

📍 Fröhlichstrasse 7  
5200 Brugg  
☎ 056 442 02 60  
✉ [aargau@fragile.ch](mailto:aargau@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-aargau.ch](http://www.fragile-aargau.ch)

### FRAGILE Basel

📍 Bachlettenstrasse 12  
4054 Basel  
☎ 061 271 15 70  
✉ [basel@fragile.ch](mailto:basel@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-basel.ch](http://www.fragile-basel.ch)

### FRAGILE Ostschweiz

📍 Kirchstrasse 34  
9430 St. Margrethen  
☎ 071 740 13 00  
✉ [ostschweiz@fragile.ch](mailto:ostschweiz@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-ostschweiz.ch](http://www.fragile-ostschweiz.ch)

### FRAGILE Zentralschweiz

📍 Pilatusstrasse 30  
6003 Luzern  
☎ 041 260 78 61  
✉ [zentralschweiz@fragile.ch](mailto:zentralschweiz@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-zentralschweiz.ch](http://www.fragile-zentralschweiz.ch)

### FRAGILE Bern Espace Mittelland

📍 Mattenhofstrasse 12  
3007 Bern  
☎ 031 376 21 02  
✉ [bern@fragile.ch](mailto:bern@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-bern.ch](http://www.fragile-bern.ch)

### FRAGILE Zürich

📍 Alderstrasse 40  
8008 Zürich  
☎ 044 262 61 13  
✉ [zuerich@fragile.ch](mailto:zuerich@fragile.ch)  
🌐 [www.fragile-zuerich.ch](http://www.fragile-zuerich.ch)



**Nach meinem Unfall  
habe ich die Helpline  
von Fragile Suisse  
mehrfach angerufen  
und mich einfach  
verstanden gefühlt.**

Margrit B.  
Hirnblutungen infolge  
Schädel-Hirn-Trauma  
mit 50 Jahren



FRAGILE Suisse ist grösstenteils durch Spenden finanziert. Gemeinsam mit Ihnen setzen wir uns für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige ein. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



**FRAGILE SUISSSE**

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und Angehörige

**Jetzt mit TWINT  
spenden!**



QR-Code mit der  
TWINT App scannen



Betrag und Spende  
bestätigen

