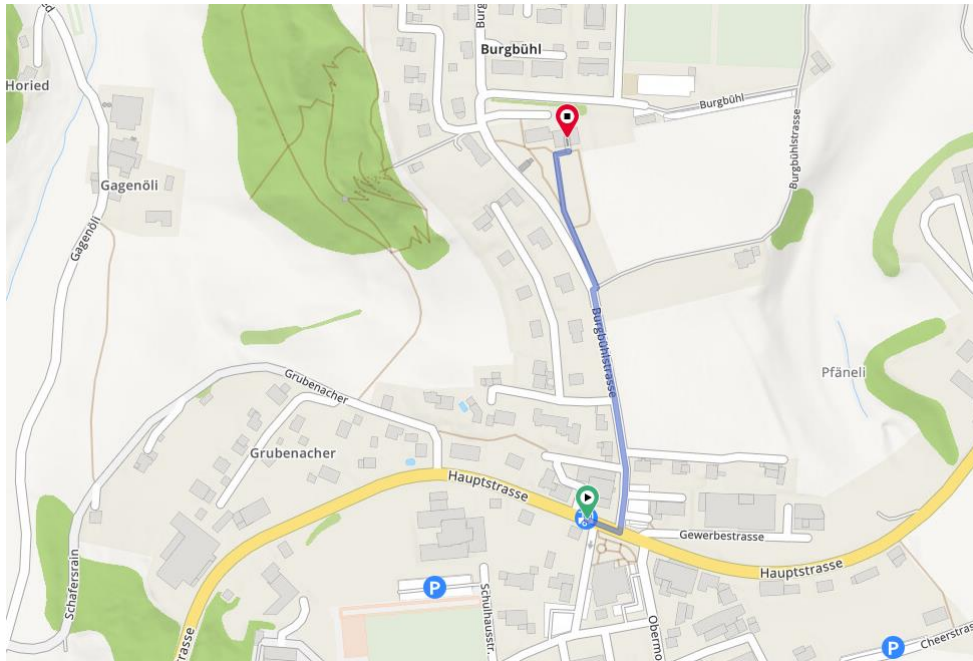


Anreise mit der Bahn

Sie reisen mit der SBB nach Schmitten FR oder Freiburg/Fribourg. Dort steigen Sie in den Bus nach St. Antoni, Dorf um. Ab der Bushaltestelle sind es 5 Minuten zu Fuss bis zum Bildungszentrum.



Quelle: map.search.ch

Unser vollständiges Kursprogramm finden Sie unter www.fragile.ch/kursprogramm

Anmeldung an:

FRAGILE Suisse

Badenerstrasse 696, 8048 Zürich

Tel. 044 360 26 91

E-Mail: bildung@fragile.ch



Unterstützen Sie unser
spendenfinanziertes Angebot:
PC 80-10132-0

Herzlichen Dank!



FRAGILE SUISSE

Für Menschen mit Hirnverletzung
und Angehörige



Eine Auszeit für Angehörige: Stärken stärken

Dienstag, 24. September bis Donnerstag, 26. September 2024

Ein Kurs für Angehörige von Menschen mit
einer Hirnverletzung

| | |
|-----------------------------|---|
| Zielgruppe | Angehörige von Menschen mit einer Hirnverletzung |
| Rollstuhl-gängigkeit | Die Kursräumlichkeiten sind bedingt rollstuhlgängig. |
| Ausgangslage | Als nahe angehörige Person ist man ab dem Eintreten des Ereignisses aufs Äusserste gefordert und wird überwältigt von neuen Themen, Aufgaben, Hürden und Emotionen. Das persönliche Wohlbefinden bleibt auf der Strecke und man läuft Gefahr, sich über die eigenen Grenzen zu verausgaben. Man bräuchte mehr von allem: von Wissen, Zeit, Energie und Kraft, von eigener Gesundheit und der Zuwendungsfähigkeit zum Gegenüber. Nicht irgendwann in der Zukunft, sondern ab heute können wir den Fokus ändern und uns unseren Stärken bewusstwerden, sie pflegen und zu einer «inneren Weite» kommen, die Platz für einem selbst UND das Gegenüber hat.. |
| Inhalte | In Einzelarbeit, zu zweit und in der Gruppe von maximal 8 Teilnehmenden wenden wir uns jenen Stärken zu, die uns in herausfordernden Situationen unterstützen. Mit Methoden aus der Resilienzforschung, auf thematischen Spaziergängen und in gemeinsamen Gesprächen verbringen wir 3 Tage im «Luxus der Notwendigkeit», uns mit uns selber zu befassen. So können innere Prozesse ins Rollen gebracht werden, die uns und unserem Umfeld dienlich sind. |
| Ziele | <ul style="list-style-type: none"> - Sie sind sich bewusst, wo Ihre Ressourcen liegen und nutzen sie - Sie entdecken mehr Stärken an sich - Sie erhalten Werkzeuge, den Herausforderungen mit Selbstkompetenz zu begegnen - Sie nähren Ihre Lebensfreude. |
| Kursleitung | Christine von Gunten, Erwachsenenbilderin mit Schwerpunkt Resilienz, langjährige Erfahrung mit Menschen mit einer Hirnverletzung |

| | |
|------------------------|---|
| Kursnummer | 01124 |
| Teilnehmende | Max. 8 Personen |
| Ort | Bildungszentrum Burgbühl Burgbühl 50 1713 St. Antoni FR https://burgbuehl.ch/ |
| Datum | Dienstag, 24. September bis Donnerstag, 26. September 2024 |
| Zeit | Dienstag ab 11:00 Uhr Donnerstag bis 16 Uhr |
| Kosten | Mitglieder: CHF 440.- Mitglieder mit Kulturlegi: CHF 352.- Nichtmitglieder: CHF 600.- Inkl. Übernachtung und Verpflegung |
| Kursbestätigung | Die Teilnehmenden erhalten auf Wunsch am Ende des Kurses eine Teilnahmebestätigung. |

Annulationsbedingungen

Bei Abmeldungen von einem Kurs gelten folgende Regelungen:

- Abmeldung bis einen Monat vor Veranstaltungsbeginn: Sie erhalten den vollen Kursbeitrag zurück.
- Abmeldungen 30 – 15 Tage vor der Veranstaltung: Sie erhalten 50 % der Kosten zurück.
- Weniger als 14 Tagen vor der Veranstaltung: Eine Rückerstattung ist leider nicht mehr möglich.

Bei Absagen wegen Krankheit erhalten Sie den bezahlten Beitrag zurück mit Ausnahme von Angeboten mit Übernachtung. Stellt uns das Tagungshaus Ihr Zimmer in Rechnung, müssen wir Ihnen diese Kosten verrechnen. Bitte sagen Sie so früh wie möglich ab, wenn Ihnen der gebuchte Kursbesuch nicht möglich ist. Für versäumte Veranstaltungen oder Kurstage sowie bei vorzeitiger Abreise besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Fehlzeiten können nicht nachgeholt werden. Kursteilnehmende sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich. Die kompletten Teilnahmebedingungen können Sie bestellen oder unter www.fragile.ch/Teilnahmebedingungen einsehen.