

Daten	ZÄME GEITS Jahresprogramm 2020	Organisator
Samstag 18. Jan 20	ZÄME GEITS Jahresessen und Hauptvers. 10.30 Uhr im Zehntenhaus, Moosweg 2 3661 Uetendorf	Mitglieder ZÄME GEITS
Fr 7. Feb.	Saline Riburg bei Möhlin AG www.salz.ch	Barbara & Thomas
Fr. 6. März	Museum für Kommunikation Bern www.mfk.ch	Beat Peter (Pesche)
Fr. 17. April	Olympisches Museum Lausanne www.olympic.org/museum	Armin
Fr. 8. Mai	Wasserschloss Hallwyl www.museumaargau.ch/schloss-hallwyl	Emma & Rolf
Fr. 12. Juni	Steilste Standseilbahn Schwyz-Stoos www.stoos-muotatal.ch	Beat & Denise
Fr. 10. Juli	Stammheimer Hopfentropfen www.hopfentropfen.ch	Hansruedi Isler
Fr. 14. Aug.	Schaukäserei TÊTE DE MOINE St-Imier www.tetedemoine.ch	Hansruedi & Armin
21. - 26. September	Herbstreise ins Tirol nach Westendorf www.schermer.at	Barbara & Thomas
Samstag 26. Okt.	ZÄME GEITS Jahresprogramm 2021 planen + besprechen 14.00 Uhr bei Monika und Heinz im Amselweg 34 3661 Uetendorf	Mitglieder ZÄME GEITS
Donnerstag 5. Nov.	«Rendez-vous Bundesplatz» Bern Licht- und Tonspektakel mit Abendessen in Bern www.rendezvousbundesplatz.ch	Rolf
4.- 6. Dezember	Weihnachtsmarkt München mit RUBI-Car info@rubireisen.ch	Barbara Bähler
Samstag 16. Jan 2021	ZÄME GEITS Jahresessen und Hauptvers. 10.30 Uhr im Zehntenhaus, Moosweg 2 3661 Uetendorf	Mitglieder ZÄME GEITS

Die Detailprogramme werden 2-4 Wochen vor dem Ausflug / Anlass zugestellt. Heinz Lüthi 28.10.2019

Bist du interessiert? ZÄME GEITS ist für alle offen!
Schicke uns einfach deine Mail- oder Postadresse, du kriegst dann alle
Einladungen während einem Jahr kostenlos und ohne jegliche Verpflichtung.

HIRNVERLETZT?

ZÄME GEITS

hirnverletzt leben

Schlaganfall
Hirnblutung
Verletzung
Krankheit
Trauma
Unfall

Jahresprogramm
2020

Was nun ?

Nichts ist mehr wie es einmal war. Das ganze Leben wird für uns Betroffene und unsere Angehörigen von einem Moment zum andern komplett auf den Kopf gestellt. Hirnverletzungen führen dazu, dass Programme im Gehirn nicht mehr wie gewohnt funktionieren, man kann sich nicht mehr auf seine bisherige Hirnleistung abstützen. Einzelne Hirnfunktionen stehen nur noch unzuverlässig oder gar nicht mehr zur Verfügung. Die Auswirkungen einer Hirnverletzung machen sich spätestens dann bemerkbar, wenn zur Bewältigung der Alltagsanforderungen ein hohes Mass an Sinnesfunktionen sowie geistiger und motorischer Leistungsfähigkeit erforderlich ist.

Ziel:

Wir Betroffene / Angehörige helfen andern Betroffenen / Angehörigen
Wir bringen unsere noch vorhandenen Fähigkeiten in die Gruppe und die gemeinsamen Unternehmungen mit ein, unterstützen einander, helfen dort wo der andere seine Defizite hat und lassen uns helfen wo wir unsere Defizite haben.
Gemeinsam nehmen wir wieder mehr am Leben teil, auch an den schönen Dingen.
Mit unserer gegenseitigen Unterstützung motivieren wir uns, wieder Dinge zu wagen und gemeinsam anzupacken, die wir ohne **ZÄME GEITS** nicht tun würden.

Unser Motto ist:

ZÄME GEITS

Mach mit bei uns ! Geh hinaus aus Deinem Schneckenhaus !

Triff dich mit Menschen, die dasselbe erlebt haben und dich deshalb verstehen.

Teile deine Erfahrungen und tausche dich über deine Veränderungen aus.

Profitiere von der Erfahrung langjährig Betroffener und Angehörigen.

Tausche dich auch als Angehöriger oder Partner/in mit andern aus.

Fasse wieder Vertrauen ins Leben und finde Mut und Verständnis.

Lerne neue Freunde und Bekannte kennen.

Baue dein Selbstbewusstsein wieder auf, vertraue deinen Fähigkeiten.

Was tun wir ?

Wir treffen uns monatlich 1 bis 2 mal, unternehmen verschiedenste Ausflüge. Dabei nutzen wir das gesamte Freizeit- und Event-Angebot. Alle Mitglieder können bei der Jahresplanung im Herbst Vorschläge machen und je nach ihren Möglichkeiten auch gleich planen und leiten. Für alle Interessen und Möglichkeiten ist etwas dabei.

Jährlich organisiert **ZÄME GEITS** auch eine Ferienwoche.

Unterwegs sind wir meistens mit Bus, Bahn und Schiff, das gibt uns Routine und Sicherheit im Umgang mit dem ÖV.

Wir sind keine klassische Selbsthilfegruppe im Sinn einer Gruppe mit organisierter Gesprächsführung durch einen Moderator.

Im Vordergrund steht bei uns das gemütliche und fröhliche Beisammensein mit Spass und Geselligkeit. Wir pflegen einen sehr familiären Umgang miteinander. Bei diesen Ausflügen und Events ergeben sich oft spontane und sehr hilfreiche Gespräche, Ideen und Gedanken, die uns bei der Bewältigung unseres Alltags helfen.

Ein lockerer Gedanken und Erfahrungsaustausch im Sinn einer lebenspraktischen Hilfe findet so ganz automatisch und auf gleicher Augenhöhe statt.

Wer sind wir ?

Wir sind eine Gruppe Menschen, hirnerkrankt, angehörig, interessiert oder einfach befreundet.

Unter dem Namen **ZÄME GEITS** gründeten Heinz, Dan und Lisa 2012 einen eigenständigen Verein, welcher seit Januar 2013 in Funktion ist. Der Verein hat gegen 100 Mitglieder, davon ist etwa die Hälfte regelmässig aktiv und an Ausflügen dabei. Auch unser Vereinskässeli hat in diesem Verein einen „eigenen Namen und seine Heimat“ gefunden.

Unsere Mitglieder kommen aus fast allen Regionen der deutschsprachigen Schweiz. Deshalb positionieren wir uns als überregionale Gruppe.

Mit den Hirnorganisationen fragile suisse und aphasia sowie auch andern Gruppen im In- und Ausland pflegen wir ein freundschaftliches Verhältnis und tauschen unsere Aktivitäten und Angebote gegenseitig regelmässig aus.

Wir Organisatoren arbeiten unentgeltlich. Unser bescheidenes Budget finanzieren wir durch Mitgliederbeiträge und Spenden.

ZÄME GEITS

hirnverletzt leben

Amselweg 34 3661 Uetendorf