

FRAGILE



FOCUS

Nos sens et leur fonctionnement
par le Dr Rolf Frischknecht

PORTRAIT

Damaris voit le monde
en double



FRAGILE SUISSE

Pour les personnes avec une lésion cérébrale
et leurs proches

ÉDITORIAL

Chère lectrice, Cher lecteur,



Caroline Haldemann

Responsable de l'accompagnement
à domicile

À propos de FRAGILE Suisse

FRAGILE Suisse est l'organisation suisse de patients et de personnes en situation de handicap en raison d'une lésion cérébrale et leurs proches. Nous soutenons les personnes touchées suite à un accident vasculaire cérébral, un traumatisme crânien, une tumeur ou d'autres causes. Nos prestations variées ont pour objectif de les aider à retrouver une vie autonome et de favoriser leur réinsertion.

« Ensemble pour les personnes concernées »

En tant qu'organisation financée par des dons, nous sommes tributaires du soutien de nos donatrices et donateurs. En faisant un don, vous contribuez à ce que les personnes concernées et leurs proches puissent bénéficier de nos prestations et activités et d'une aide à long terme après une lésion cérébrale. Un grand merci pour cette précieuse contribution !

Coordonnées bancaires

CCP 80-10132-0

IBAN CH 77 0900 0000 8001 0132 0

Impressum

ISSN 2813-8112

Tirage 40 650 ex., parution 4 fois par année

Éditeur FRAGILE Suisse, Badenerstrasse 696,

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

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

Réalisation Krömer Design, www.kroemer-design.com

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

Imprimé climatiquement neutre

Rédaction Carole Bolliger, Sophie Roulin-Correvon

Vente des annonces FRAGILE Suisse,

Sophie Roulin-Correvon, correvon@fragile.ch

Traduction Dominique Naegeli-Gascon, Irene Bisang

Abonnement CHF 10.- par an, inclus dans la cotisation de don ou de membre

Photo de couverture Francesca Palazzi

Dès mon plus jeune âge, j'ai été en contact avec des personnes touchées par un handicap psychique ou physique. Et j'ai vu ce que signifie pour ces personnes de vivre avec des limitations. J'ai vu les défis auxquels elles sont confrontées chaque jour, sans perdre courage. Cette attitude force mon admiration et c'est pourquoi je souhaite soutenir ces personnes dans leur quotidien. Pour qu'elles puissent préserver leurs sens et les utiliser de manière optimale.

Les lésions cérébrales peuvent avoir un impact considérable sur notre perception sensorielle et entraîner des changements profonds dans notre vie quotidienne. Des troubles de l'audition et de la vision, tels que les dégradations du champ visuel et la vision double, peuvent affecter notre capacité à lire, à conduire et à nous orienter dans l'espace. Les personnes ayant des troubles de l'audition ont souvent des difficultés à comprendre les conversations ou ne perçoivent plus les signaux d'alarme. Les lésions cérébrales peuvent provoquer des troubles du goût et de l'odorat ou des problèmes de perception du contact et de la posture.

FRAGILE Suisse aide les personnes concernées à s'adapter aux changements dans leurs perceptions sensorielles et à leur nouvelle situation. Nos prestations, comme le conseil social, l'accompagnement à domicile ou les cours, les aident à gérer de nouveau leur vie et à être autonomes.

Dans ce numéro, vous pourrez lire le récit impressionnant d'une jeune femme affectée par une vision double en raison de sa lésion cérébrale.

Cordialement,

Caroline Haldemann

ACTUALITÉS

Les sens



Une lésion cérébrale peut affecter les sens de la personne touchée comme la vue, l'ouïe, le toucher ou d'autres sens. Il faut alors vivre avec ces séquelles. Apprenez-en plus dans cette édition de notre journal, sur notre site Internet et sur nos réseaux sociaux ! Pour en savoir plus :

www.fragile.ch/sequelles-sens/

Récompense pour notre cours de yodel

Le 29 septembre 2023, les enseignant-e-s du cours de yodel « La langue alpine du coeur », Bernhard Betschart et Natalie Huber, ont reçu le prix d'encouragement de la Fondation pour la naturopathie et la médecine empirique (SNE), soit un chèque de CHF 5000.-, à Soleure. Quelques participant-e-s du cours ont pu donner un aperçu de l'art du yodel. Le département formation de FRAGILE Suisse félicite les enseignant-e-s et les participant-e-s de la remise de ce prix.

La première course caritative de FRAGILE – Un franc succès !

En septembre dernier, la première course caritative de FRAGILE a eu lieu à Aarau. Une distance impressionnante de 557,6 kilomètres a été parcourue et CHF 38 000.- de dons ont été récoltés.

59 sportives et sportifs se sont rassemblé-e-s dans le stade d'athlétisme de Schachen à Aarau pour collecter des dons en faveur des personnes touchées par une lésion cérébrale et de leurs proches. Organisée conjointement par FRAGILE suisse et l'association régionale FRAGILE Aargau/Solothurn-Ost, la course était ouverte à tout le monde : personnes avec ou sans handicap, jeunes et moins jeunes, coureuses et coureurs de haut niveau et débutant-e-s. En fauteuil roulant, accompagné-e-s d'un chien guide d'aveugle ou avec des bâtons de Nordic Walking, les participant-e-s étaient de tous types. Laura, membre d'un groupe de 17 coureuses et coureurs, déclare :

« Nous voulions apporter notre contribution parce que chacun-e de nous peut être concerné-e. Nous avons couru pour notre amie Riana qui, à l'âge de 20 ans, a été renversée par une voiture et a subi un très grave traumatisme cranio-cérébral. Nous sommes heureux qu'une association comme Fragile existe. »



En tout, 1394 tours ont été accomplis ce samedi, ce qui correspond à une distance impressionnante de 557,6 kilomètres et à un montant de près de CHF 38 000.- de dons récoltés.

Les dons financeront les prestations de FRAGILE Aargau/Solothurn-Ost et de FRAGILE Suisse. Nous remercions chaleureusement les participant-e-s à notre course caritative de leur engagement et de leur intérêt.



Pour plus d'informations et pour regarder la vidéo : www.fragile.ch/course-de-soutien-2023/compte-rendu

« Le monde est un miracle perpétuel – et moi aussi »



Jeune bernoise de 33 ans, **Damaris** entend des bruits que personne n'entend et elle voit le monde en double. Depuis son traumatisme crânio-cérébral, ses perceptions sensorielles sont beaucoup plus intenses.

Texte : Carole Bolliger, photos : Hanna Bürker

« Le tram qui passe en ce moment dans la rue me déconcentre pas mal », me confie Damaris. Malgré mes efforts, je n'entends aucun tram passer. « Ma lésion cérébrale m'a rendue beaucoup plus sensible aux stimuli. Le filtre qui trie les stimuli en « pertinents placés au premier plan » et en « non pertinents placés au second plan » a disparu de mon cerveau », explique Damaris.

Il y a trois ans, la jeune femme, âgée aujourd'hui de 33 ans, subit un grave traumatisme crânio-cérébral suite à un accident de vélo. Heureusement, elle portait un casque qui lui a sauvé la vie. Damaris n'a gardé aucun souvenir de l'accident. Ses derniers souvenirs remontent à la veille, avant que son monde ne bascule.

La Rega la transporte à l'hôpital où elle est d'abord placée dans un coma artificiel. Ensuite, elle reste un certain temps en coma vigile. Le diagnostic tombe : traumatisme crânio-cérébral grave et plusieurs hémorragies cérébrales. Après l'accident, il se passe un mois dont Damaris ne garde aucun souvenir, mis à part ce qu'on lui a raconté.

Nous nous trouvons dans la vieille ville de Berne, dans une maison de quatre étages où on peut prendre un café, travailler, former des projets et créer. L'espace de travail partagé comprend des bureaux et des ateliers pour les créatifs. Damaris y a une place et elle vient régulièrement pour laisser libre cours à sa créativité et échanger avec d'autres artistes.

Une vie désormais plus consciente

« Les conséquences de la lésion cérébrale sont assez floues », explique Damaris. À son regard, je comprends qu'elle entend quelque chose. J'écoute attentivement mais n'entends rien. Lorsque je regarde par la fenêtre, je comprends : un tram vient de passer. Résolue à voir le côté positif de sa situation, la jeune femme constate : « Une des nombreuses conséquences, c'est que j'entends incroyablement bien. » Ses cinq sens sont devenus beaucoup plus sensibles, surtout l'ouïe et la vue. « Mon handicap visuel s'explique plus facilement », dit-elle. « Mon œil droit et mon œil gauche voient des images distinctes qui ne peuvent pas se fondre en une seule image. Je vois donc la plupart du temps en double. » Ce problème disparaît uniquement quand elle regarde droit devant elle. « Je dois simplement marcher la tête haute, et ma vie est pratiquement sans filtre, hashtag#no-filter », sourit-elle.

Damaris a conservé son humour, son optimisme et sa joie de vivre. De plus, elle vit aujourd'hui de manière plus consciente : « Mon nouveau regard me permet de



percevoir la beauté dans la vie quotidienne, plus intensément et plus consciemment. Certaines choses, que je ne remarquais pas avant, m'étonnent. Le monde est rempli de choses horribles, mais aussi de belles choses. C'est un privilège de pouvoir découvrir ce qui est beau. » La famille et les amis de Damaris sont un soutien précieux. Sa foi lui donne aussi de la force. Elle fait le plein d'énergie dans la nature, dans un petit village du Tessin où vit sa mère. « J'ai toujours été passionnée par la photographie, mais ma lésion cérébrale me permet de découvrir et d'expérimenter une nouvelle dimension de cet art grâce à ce nouveau regard », sourit-elle.

De nouvelles perspectives

À la surprise de l'équipe soignante, l'état de Damaris s'améliore rapidement malgré la gravité de ses blessures. Ses progrès lui permettent de tenter une reprise d'activité auprès de son ancien employeur, un hôpital de soins aigus. Deux ans plus tard, et après diverses adaptations, Damaris constate qu'elle ne peut plus travailler comme infirmière, même en réduisant son temps de travail. Elle doit renoncer à son métier, malgré sa grande volonté et le soutien d'une équipe formidable. C'est un choc. « Ce qui me console, c'est de constater que travailler dans le milieu de la santé est très difficile, même pour les personnes qui ne sont pas tombées sur la tête », dit-elle avec humour.

Photographier l'aide beaucoup : « J'aime fixer ce qui est beau et bien sur une image. » Peu après son accident, Damaris commence sa série continue de photos « Block », pour laquelle elle réalise des clichés en double exposition : « Afin que les personnes qui les regardent puissent s'imaginer comment je vois le monde. » En 2022, elle participe aussi à l'exposition « INVISIBLE » organisée par FRAGILE Suisse. Elle raconte : « J'ai dû prendre mon courage à deux mains pour poser ma candidature. Mais je suis heureuse de l'avoir fait. C'était une expérience positive. »

La jeune Bernoise découvre FRAGILE Suisse dans la clinique de réadaptation où elle séjourne après son accident : « J'ai commandé tout de suite plusieurs brochures pour moi et mes proches. J'ai pensé que nous en aurions besoin. »

Elle fait aussi appel au service de conseil. « FRAGILE Suisse m'aide à ne pas me perdre dans le monde très compliqué des assurances sociales. C'est un soutien très précieux. » Elle participe aussi à différentes activités en groupe de l'association régionale Bern Espace Mittelland.



Gérer la surcharge sensorielle

Notre entretien dure depuis plus d'une heure et demie. La fatigue se fait sentir. « Les stimuli déferlent sur moi, sans filtre, et je dois souvent me battre contre cette marée », explique-t-elle. Elle a besoin de pauses régulières. Une légère brise soufflant dans ses cheveux peut la perturber. Porter des bouchons d'oreilles et un casque lui permet de réduire les bruits ambiants. « J'ai besoin de périodes de repos et d'une vie conviviale et sociale. Le juste équilibre n'est pas facile à trouver. Je n'y arrive pas toujours. Je n'y arrive que trop rarement », analyse-t-elle, critique, « J'aimerais apprendre à être plus généreuse avec moi-même et essayer chaque jour de faire la paix avec ma nouvelle vie. »

Damaris est reconnaissante de pouvoir vivre de façon autonome dans une colocation. Actuellement, elle habite à l'essai dans un monastère : « C'est compréhensible que je recherche désormais le calme et le silence dans ce lieu », plaisante-t-elle. Elle fait actuellement un stage dans le domaine des médias interactifs. Elle photographie et crée : un travail qu'elle aime. Pour Damaris, l'objectif à court terme est sa réinsertion sur le marché du travail primaire. Elle ne sait pas si cela fonctionnera, mais elle est sûre d'une chose : rien ne pourra la faire dévier de son but de sitôt.

Découvrez les œuvres de Damaris sous : www.dmrbrgr.com/blog

ACTUALITÉS

Sports de neige – les têtes intelligentes se protègent

Maarten Duineveld, Unsplash



Votre tête n'a pas de prix, protégez-la avec un casque !

Chaque année de nombreuses personnes pratiquent le ski, le snowboard ou un autre sport d'hiver et sont victimes de blessures à la tête pouvant provoquer de graves lésions cérébrales.

Porter un casque est une des mesures les plus efficaces pour réduire les risques. Un casque protège la tête contre les impacts directs et diminue les conséquences des chocs sur le cerveau. Les fractures du crâne, les commotions cérébrales et même les blessures pouvant être mortelles, comme les hémorragies cérébrales, peuvent être évitées ou s'avérer moins graves.

Nous pouvons réduire le risque de blessures graves, tout en pratiquant des sports d'hiver, en misant sur un équipement adéquat et un comportement respectueux de la sécurité.

**En savoir plus sur le thème de
la prévention :**
www.fragile.ch/brochure/prevention



Symposium 2024

Quatre ateliers thématiques

Aborder la thématique du vieillissement et de l'accompagnement ou en apprendre plus sur la méthode du case management socio-thérapeutique pour l'accompagnement psycho-social des personnes : deux ateliers qui permettront aux professionnels en lien avec les personnes touchées par une lésion cérébrale d'approfondir leurs compétences. Deux autres ateliers aborderont les thématiques du soutien à domicile et des nouvelles technologies.

Le symposium « Accompagnement et inclusion des personnes vivant avec des lésions cérébrales » se déroulera en partenariat avec et à la Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL) le jeudi 1^{er} février 2024. Si vous souhaitez vous inscrire, n'hésitez pas à nous contacter directement à l'adresse e-mail ruch@fragile.ch pour voir s'il reste des places disponibles.

Vous trouverez toutes les informations sur notre événement ici : www.fragile.ch/symposium-2024



Connaissez-vous déjà nos newsletters ?

Nos newsletters digitales vous permettent de recevoir des informations régulières sur l'actualité de FRAGILE Suisse, les offres des régions, les manifestations et d'autres sujets passionnants.

INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT



Inscrivez-vous gratuitement dès maintenant :
www.fragile.ch/fr/newsletter

ARTICLE SCIENTIFIQUE

« Quand les sens sont altérés, un entraînement régulier peut aider »



Membre du comité exécutif de l'European Board of Physical and Rehabilitation Medicine et membre durant plus de 20 ans du comité national de FRAGILE Suisse, le Dr Rolf Frischknecht nous parle de nos sens et de leur fonctionnement.

Interview : Sophie Roulin-Correvon

Les 5 sens de l'être humain ont été décrits au 4^e siècle av. J.-C. par le savant et philosophe Aristote. Ils captent les sensations causées par des stimuli venant de l'extérieur du corps : la vision, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher. Les séquelles suite à une maladie ou un accident impactent notre capacité d'agir et d'interagir comme une personne autonome dans et avec son environnement.

Comment les sens des personnes touchées peuvent-ils être affectés ?

Le cerveau analyse et interprète les informations sensorielles après les avoir accueillies. Il dispose ainsi, en temps réel, d'une synthèse de ce qui se passe autour de nous et peut y adapter nos gestes et comportements. Pour cette analyse et cette interprétation des informations sensorielles, le cerveau utilise une multitude de circuits neuronaux et de centres cérébraux. Presque l'entier du cerveau est impliqué afin de tirer le maximum des informations reçues.

Si la maladie ou l'accident touche directement un organe sensoriel, ou sa connexion avec le cerveau, ou encore l'aire cérébrale qui récolte l'information sensorielle, le cerveau est privé de renseignements essentiels à son fonctionnement correct.

En revanche, si des aires cérébrales (circuits neuronaux) nécessaires au traitement des données sensorielles sont touchées, les informations sensorielles arrivent au cerveau normalement, mais ne peuvent pas être analysées correctement.

Dans le cas de la vision ou de l'ouïe, quel type de causes peut expliquer les séquelles ?

Dans le cas de la vision, la lésion peut toucher directement les yeux ou les voies optiques qui les relient au cerveau. Une ischémie cérébrale peut léser les

voies optiques. L'hypertension intracrânienne due à une hémorragie cérébrale ou un œdème cérébral peut induire une hémorragie rétinienne ou un saignement dans le corps vitré de l'œil, etc. Une perte ou une diminution du champ visuel en résulte. La vision peut aussi être altérée indirectement si une lésion cérébrale touche les circuits d'analyse de l'information visuelle. Ainsi le cerveau ne peut interpréter correctement ce que les yeux voient.

Des situations analogues peuvent se présenter au niveau de l'audition. La reconnaissance et la localisation de bruits et de sons nécessitent l'activation de réseaux corticaux spécialisés. Si ces réseaux sont altérés, une impression diffuse de « mal entendre » peut se produire, alors que l'audiogramme tonal est parfaitement normal. Le recours à des techniques d'imagerie cérébrale sophistiquées est nécessaire pour étudier ces réseaux spécialisés.

Quel est votre conseil pour les personnes vivant avec une lésion cérébrale et dont les sens sont affectés ?

Il faut entretenir et développer régulièrement les fonctions dont on a besoin pour participer à la vie aussi pleinement que possible. Un professionnel aide à identifier la cause d'une dysfonction gênante et propose des exercices efficaces et adaptés. Les associations de patients comme FRAGILE Suisse et ses associations régionales sont également précieuses. Elles sont souvent dépositaires d'un savoir pratique des patients qui permet l'échange et le soutien entre pairs.



Lisez l'interview complète ici :
www.fragile.ch/article-scientifique-sens

Conseils de nos lectrices et lecteurs

Chaque édition de ce journal vous offre la possibilité d'échanger des conseils utiles avec d'autres personnes concernées et proches.



Il faut beaucoup s'exercer

Après mon opération du cerveau, je voyais comme à travers un tube. En fauteuil roulant, je me cognais aux meubles, je voyais les gens s'ils étaient devant moi et j'ai pu lire à nouveau en traçant des lignes tracées à gauche des textes pour me guider. Ce n'est plus comme avant, mais avec beaucoup d'exercices, je peux vivre avec.

Rosmarie B., personne concernée

Lunettes de soleil adaptées

Suite à mon AVC, j'ai développé une sensibilité à la lumière et au bruit. Je porte des lunettes de soleil avec un clip teinté que je rajoute selon la luminosité pour mes sorties en extérieur. Pour le bruit, je n'ai pas encore trouvé de solution, je fais en sorte d'en avoir le moins possible.

Josiane G., personne concernée



**D'autres conseils
disponibles sur :**
www.fragile.ch/conseils-lecteurs

Mémoriser des points de repère

Suite à de gros problèmes d'orientation, j'ai inventé des stratégies pour me débrouiller : je choisis des points de repère et les énumère tout haut. De cette manière, le signal passe par le centre du langage et il reste mieux en mémoire.

Anonyme, personne concernée



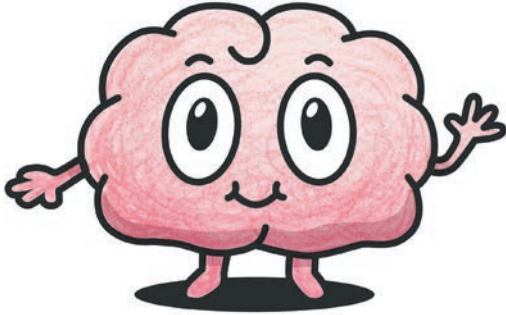
Échange d'expériences

Un nouveau départ après une lésion cérébrale est souvent un immense défi, mais peut être aussi une expérience enrichissante. Il demande patience et persévérance, mais donne la possibilité de porter un regard neuf et différent sur la vie. Notre prochain journal est consacré au thème « Nouveau départ après une lésion cérébrale ». Comment s'est passé votre nouveau départ ? Quels ont été vos plus grands défis ? Que recommanderiez-vous à d'autres personnes concernées, engagées dans ce processus ? Envoyez votre témoignage à kommunikation@fragile.ch.

ENGAGEMENT

Premier cours sur la mémoire pour les membres bienfaitrices et bienfaiteurs à Lausanne

Qui ne s'est jamais retrouvé·e dans la situation de ne plus se souvenir du prénom d'une connaissance ou de ne plus savoir où se trouve un objet ?



Jeudi 7 septembre 2023, nous avons eu le plaisir d'accueillir cinq de nos membres bienfaitrices et bienfaiteurs dans nos locaux à Lausanne, pour un après-midi dédié à la mémoire.

La rencontre a débuté par une partie théorique sur les particularités de notre cerveau. La 2^e partie du cours était orientée sur la pratique avec des jeux, des techniques de répétition et des astuces de mémorisation pour le quotidien.

Les participantes et participants ont trouvé réponse à leurs nombreuses questions, comme : À quoi sert la mémoire ? Quelles sont les stratégies que notre

cerveau utilise pour mémoriser au quotidien ? Quels sont les différents types de mémoire et leurs fonctions ? Les participantes et participants ont pu échanger des idées et leurs expériences pour renforcer l'entraînement de leur mémoire.

Toutes et tous se sont montrés satisfaits du contenu du cours :

« J'ai appris que la mémoire peut s'entraîner et évoluer à tout âge » ou « Je pourrais toujours améliorer ma mémoire grâce aux exercices. »

Madame Esther Lefebvre, diplômée auprès de l'association suisse pour l'entraînement de la mémoire (SVGT), animait le cours.

Nous nous réjouissons de rencontrer nos membres bienfaitrices et bienfaiteurs lors du prochain cours que nous offrons le jeudi 28 mars 2024 à Lausanne.

JEU-CONCOURS

Où Damaris a-t-elle exposé ses photos ?

Envoyez votre réponse par e-mail en mentionnant « Tirage au sort Technorama » à kommunikation@fragile.ch. 3x2 billets seront tirés au sort pour le Technorama de Winterthur. Centre scientifique interactif pour petits et grands, il présente le monde fascinant des sciences et les secrets du cerveau et des sens.

Ne manquez pas cette chance de vivre une journée passionnante !

Date limite d'envoi : 30 janvier 2024.

Participez
& gagnez !



FRAGILE Vaud fête plus de 30 ans d'existence

Samedi 28 octobre 2023, les membres et le comité de FRAGILE Vaud ont fêté plus de 30 ans d'existence de l'association.



Le 23 juin 1992, une trentaine de proches et de professionnel-le-s créent l'AVCCT (Association vaudoise des familles de traumatisés cranio-cérébraux). L'association devient par la suite FRAGILE Vaud. Initialement pour les familles des personnes ayant subi un traumatisme cranio-cérébral, l'association a, au fil des années, accueilli également les personnes victimes d'AVC et leurs proches. Elle réunit actuellement plus de 300 membres.

30 ans plus tard, entre des discours empreints d'émotions, de délicieux petits fours et un spectacle de danse acrobatique, près de 80 membres ont célébré cet anniversaire et partagé des souvenirs dans une ambiance chaleureuse.

Format annualisé pour notre programme de cours

Retrouvez notre programme de cours complet : www.fragile.ch/cours

Pour l'année 2024 et pour des raisons de coûts, le programme de cours présentera les cours sur l'année et non plus de manière semestrielle. De plus, deux programmes seront édités : un programme pour les cours en français et un programme pour les cours en allemand. Dès 2025, le programme de cours sera uniquement disponible en version digitale via notre site Internet.

L'année prochaine, nous vous proposons plusieurs cours comme « Bien vivre avec sa lésion cérébrale », « Développer sa résilience » ou « Proche aidant : quel rôle, quelle place ? », pour n'en citer que quelques-uns. Comprendre ce qu'implique la lésion cérébrale dans sa vie de tous les jours et comment mieux vivre avec ; identifier ses facteurs de résilience ou trouver sa place et son rôle en tant que proche : des informations importantes pour améliorer son quotidien et la vie avec une lésion cérébrale ou un proche concerné. Les cours sont proposés dans plusieurs lieux et régions.



N'hésitez pas à consulter régulièrement notre site Internet, car de nouveaux cours pourront être organisés spontanément : www.fragile.ch/programme-de-cours

Inscrivez-vous directement auprès de Christine Jayet-Ryser :
tél. 021 329 02 75 ou e-mail jayet@fragile.ch

INFOS DE VOTRE RÉGION

Nos associations régionales



FRAGILE Valais

Un membre de FRAGILE Valais au Marathon d'Amsterdam

En octobre, Denis Pujic a participé au semi-marathon d'Amsterdam. Il a rencontré un représentant de « Ons Tweede Thuis », association venant en aide aux personnes en situation de handicap et aux victimes de lésions cérébrales. Nous lui adressons nos félicitations pour son engagement.



FRAGILE Genève

Groupe de parole à l'hôpital Beau-Séjour

Depuis plusieurs mois, des participant·e·s aux groupes de parole de FRAGILE Genève ont émis l'idée d'en proposer dès le parcours hospitalier. En effet, le traumatisme que représente la survenue brutale d'une lésion cérébrale est non seulement physique, mais aussi émotionnel, et il leur a semblé qu'il leur aurait été utile d'entendre alors des

pairs ayant traversé les mêmes épreuves.

Lors de la journée de l'AVC 2022, une rencontre avec des responsables de l'hôpital de jour de Beau-Séjour a donné lieu à plusieurs échanges autour de ce projet pour aboutir à une première séance qui a eu lieu vendredi 13 octobre, ouvrant l'espace à des échanges aussi profonds que chaleureux autour des expériences vécues. À suivre !

FRAGILE Genève

📍 Av. Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy
☎ 078 252 21 39
✉ geneve@fragile.ch
🌐 www.fragile-geneve.ch

FRAGILE Jura

📍 Route de Soulvre 36
2853 Courfaivre
☎ 032 427 37 00
✉ fragile.jura@bluewin.ch
🌐 www.fragile-jura.ch

FRAGILE Valais

📍 Ch. de Lentine 43
1965 Savièse
☎ 077 417 04 63
✉ valais@fragile.ch
🌐 www.fragile-valais.ch

FRAGILE Vaud

📍 Rue du Bugnon 18
1005 Lausanne
☎ 021 329 02 08
✉ vaud@fragile.ch
🌐 www.fragile-vaud.ch



**En tant que
co-intervenant de
Fragile Suisse, je
peux apporter mon
expérience et aider
les personnes
concernées et leurs
proches à améliorer
leur qualité de vie.**

Rolf Eicher,
traumatisme crânio-cérébral
suite à un accident survenu
à l'âge de 16 ans.



FRAGILE Suisse est financée en majeure partie par des dons. Avec vous, nous nous engageons en faveur des personnes concernées et de leurs proches. Un grand merci de votre soutien.



FRAGILE SUISSE

Pour les personnes avec une lésion cérébrale et leurs proches

**Faites un don avec
TWINT !**



Scannez le code QR avec
l'app TWINT



Confirmez le montant et
le don

