

FRAGILE

FOCUS

Les besoins des personnes
concernées et des proches
au niveau politique

PORTRAIT

Carole Mauron a créé un
atelier protégé suite à la lésion
cérébrale de son fils



FRAGILE SUISSE

Pour les personnes avec une lésion cérébrale
et leurs proches

ÉDITORIAL

Chère lectrice, Cher lecteur,



Stephan Schiltknecht

Directeur du département formation

À propos de FRAGILE Suisse

FRAGILE Suisse est l'organisation suisse de patient·e·s 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 crânio-cérébral, 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 35 531 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 Schmid Production & Graphic AG, Neugutstrasse 66,

8600 Dübendorf, www.wsag-production.ch

Rédaction Carole Bolliger, Sophie Roulin-Correvon, Megan Baiutti

Vente des annonces FRAGILE Suisse,

Megan Baiutti, baiutti@fragile.ch

Traduction Joëlle Gascon, Irene Bisang

Abonnement CHF 20.- par an, inclus dans la cotisation de don ou de membre

Photo de couverture Valérie Baeriswyl



imprimé en
suisse

Pour traiter le sujet de la politique, il faut se poser certaines questions fondamentales : qui apporte une contribution à la société, laquelle et avec quels instruments politiques ? Il est également essentiel de s'interroger sur les intérêts personnels en jeu et sur la nécessité de changer sa propre situation et le cadre donné par la société. Cette dernière question préoccupe tout particulièrement les personnes vivant avec une lésion cérébrale et leurs proches, car elles et ils font face à des discriminations quotidiennement !

Pour résoudre les difficultés concrètes, les conseiller·ère·s de FRAGILE Suisse recherchent les meilleures solutions ou, le cas échéant, proposent de faire appel à d'autres services spécialisés ou mettent à profit les ressources des personnes concernées et de leur entourage. Peut-on parler ici d'action politique ? Je ne pense pas, puisqu'il s'agit d'une aide directe, aussi rapide et pragmatique que possible. Il est important pour moi qu'on apprécie à leur juste valeur ces « petites pierres » apportées à l'édifice. Je suis persuadé qu'on peut faire de grandes choses en procédant à petits pas. Il s'agit là d'une action politique au sens le plus large du terme. Toutes les personnes actives dans la société, l'économie et la politique doivent prendre conscience d'une chose : travailler à améliorer l'inclusion, et donc aussi l'autonomie, est primordial.

L'avènement d'une « ère nouvelle » nécessite de poser les jalons du changement politique à venir. En publiant son manifeste politique en janvier 2022, FRAGILE Suisse a fait un pas dans la bonne direction. Ce manifeste réclame, entre autres, que des occupations et des emplois adaptés soient offerts aux personnes concernées. Faisant écho à cette revendication, un symposium en allemand aura lieu le 25 novembre 2024 à Aarau, sur le thème « Le monde du travail inclusif – une vision ? ». Son but est de sensibiliser le public à cette problématique, sous différentes perspectives.

Cordialement,

ACTUALITÉS

Focus : la politique

Les personnes touchées par une lésion cérébrale font face à de multiples défis au quotidien. Le monde politique peine à reconnaître les personnes concernées et à prendre en considération leurs besoins en termes d'accessibilité, d'offres de formation et d'emploi, de transports publics, de participation à la vie sociale et d'accès aux activités de loisirs. Ainsi, les droits fondamentaux des personnes avec une lésion cérébrale se voient moins respectés que ceux des personnes sans handicap. Le monde politique doit reconnaître ces difficultés et proposer des mesures pour améliorer la situation des personnes concernées.

Pour en savoir plus :

www.fragile.ch/focus-politique



Prestation

« Un guide à vos côtés »



©Pexels

Après le séjour à l'hôpital ou en clinique de réadaptation, les personnes concernées et les proches peuvent être dépassé·e·s par les changements dans leur quotidien. La prestation « Un guide à vos côtés » leur propose un accompagnement à long terme. Déjà proposée en Suisse alémanique, cette prestation de FRAGILE Suisse est désormais disponible en Suisse romande.



En apprendre davantage :

[www.fragile.ch/
un-guide-a-vos-cotes](http://www.fragile.ch/un-guide-a-vos-cotes)

Le Plan suisse de la santé cérébrale

Les altérations des fonctions cérébrales ont des conséquences d'une grande portée pour les personnes concernées et leurs proches. La politique et la société n'accordent pas assez d'attention à leur impact, ce qui a incité le professeur Claudio Bassetti, de l'Hôpital universitaire de Berne, à lancer l'initiative du Plan suisse de la santé cérébrale (Swiss Brain Health Plan, ou SBHP). Le SBHP englobe toutes les formes d'altération de la santé cérébrale y compris les maladies psychiques. Cette initiative a suscité beaucoup d'attention comme le montrent différents entretiens avec les responsables politiques et les autorités de santé. De plus, elle fait l'objet d'un échange international, car plusieurs pays ont manifesté un grand intérêt à une



SFCNS Swiss
Brain Health Plan

collaboration. Le SBHP prévoit un ensemble de mesures pour mettre ce thème à l'agenda politique et le faire connaître au grand public. L'organisation est composée de médecins et de chercheuses et de chercheurs de premier plan, issus·e·s de différentes disciplines. FRAGILE Suisse représente le point de vue des patientes et des patients au sein du comité directeur. Cette initiative correspond aux objectifs de notre organisation et permet d'attirer l'attention souhaitée.



Pour en savoir plus :

www.fragile.ch/news-SBHP

« La fatigabilité représente un obstacle au travail »



En 2015, le fils de **Carole Mauron** est victime d'un traumatisme cranio-cérébral sévère suite à un accident de quad, à Chypre. Grâce au soutien de professionnel·le·s en neuroréhabilitation, sa mère et lui fondent l'Association 2015, un atelier permettant aux personnes avec des séquelles cognitives acquises de travailler dans un environnement adapté à leurs besoins.

Texte : Megan Baiutti – Photos : Valérie Baeriswyl

Diego Collaud n'a aucun souvenir de son accident de quad à Chypre et de ses huit mois de coma suite à son rapatriement par la Rega en Suisse. Âgé de 24 ans, il séjourne durant deux ans et demi dans différents établissements médicaux, dont certains ne sont pas adaptés à sa situation. Le corps médical pense que son état ne va jamais s'améliorer. Mais Damien et Carole, ses parents, et Malvina, sa sœur, refusent de s'y résigner. « Seul un neurologue, le professeur Annoni, nous a donné du courage et la force d'y croire. Il est aujourd'hui le parrain de notre association, car il a été un pilier dans notre parcours », déclare Carole. La famille de Diego s'organise pour lui rendre visite tous les jours. Un jour, Malvina, bouleversée, appelle Carole. « Il lui avait fait un doigt d'honneur », sourit-elle. « C'était la façon que Diego a trouvée pour nous montrer qu'il était encore là, car sa sœur et lui s'en faisaient tout le temps avant l'accident. » Auparavant, quand Diego serrait la main de ses proches, le corps médical leur disait qu'il n'était pas éveillé mais qu'il s'agissait de réflexes de vigilance et de sursauts. Malvina ajoute : « Maman, ce n'est pas un réflexe là, on est d'accord ! »

À la fin de l'année 2017 et plus de deux ans après son accident, la famille de Diego décide de le faire rentrer à la maison. « Nous débutons alors un deuxième très long chemin », confie Carole. Sa famille lui aménage une chambre avec une salle de bain attenante. À son arrivée, les premiers mots de Diego sont : « Je me sens bien ici. » Sa mère se souvient : « Dès son retour à la maison, son état s'est énormément amélioré. C'était extraordinaire de voir les progrès qu'il faisait. La puissance du cerveau est inexplicable. »

Un nouveau quotidien

À l'époque, Diego a un Certificat fédéral de capacité (CFC) d'agriculteur et travaille durant quelques mois dans une exploitation agricole, au Canada. De retour

en Suisse, il travaille dans la sous-traitance horlogère. « C'est un métier très technique, qu'il apprécie énormément. Toute la famille est passionnée de montres », confie Carole. Mais son accident bouleverse sa vie. Diego doit réapprendre à lire et à écrire. « Par contre, il reste très doué en mathématiques. Peut-être parce qu'il a toujours beaucoup aimé tout ce qui était logique », suppose Carole. Son comportement a changé depuis sa lésion cérébrale. Sa mère le trouve « plus sérieux ». Il doit parfois réfléchir plus longtemps pour effectuer certains gestes du quotidien. Il souffre également de fatigabilité, ce qui l'empêche de travailler à plein temps dans une structure non adaptée à ses besoins. « Il est important de rester attentif à ses séquelles et de l'écouter. Cela ne serait pas possible pour Diego d'avoir un emploi dans une entreprise classique. Il faut se montrer prudent et trouver le juste équilibre », affirme Carole.

En 2020, Diego commence à travailler à la Fondation Polyval, à Payerne. Travailler dans une structure adaptée et à un faible pourcentage lui fait beaucoup de bien. « C'est en discutant avec plusieurs personnes du corps médical que j'ai eu l'idée de créer un atelier protégé. Il n'existait pas de structure pour les séquelles cognitives acquises là où nous habitons », confie Carole qui ajoute : « Quand les personnes touchées sortent de réadaptation, il existe un risque qu'elles perdent les progrès réalisés, car elles ne sont plus actives. »

Un travail adapté

L'Association 2015 a pour but d'offrir aux personnes en situation de handicap un cadre de travail adapté, dans une petite structure. « Nous laissons la possibilité aux bénéficiaires d'adapter leur pourcentage en fonction de leurs capacités », explique la maman de Diego. Dans l'atelier ouvert quatre après-midi par semaine,



huit personnes travaillent en même temps, au maximum. Les personnes peuvent essayer différentes tâches et choisir celle leur convenant le mieux. Diego est responsable de l'atelier et gère les stocks. Il fait très attention aux bénéficiaires et n'hésite pas à discuter avec elles et eux s'il voit qu'elles et ils éprouvent des difficultés. « Nous comprenons la fatigabilité dont souffrent les personnes concernées. De plus, nous respectons leur rythme, nous les valorisons et les encourageons », déclare Carole.

Les personnes touchées subissent souvent une grande fatigabilité. Carole explique : « Ce handicap invisible a des conséquences sur leur régularité au travail. Elles peuvent peiner à effectuer chaque jour de nouvelles tâches. La fatigabilité représente un obstacle au travail. » De nombreux employeurs ne sont pas sensibilisés à cette problématique et n'adaptent ni la charge de travail, ni le temps de travail. C'est pour cette raison que Carole avait à cœur de proposer une structure adaptée aux personnes en ayant besoin.

Garder espoir grâce à FRAGILE Suisse

Malvina, la fille de Carole, s'est énormément renseignée suite à la lésion cérébrale de son frère. C'est elle qui a parlé de FRAGILE Suisse à sa mère. Elles ont rencontré plusieurs fois Christine Jayet-Ryser, psychologue et conseillère sociale. Ces rencontres les ont énormément aidées. « Je me souviendrai toujours de la fois où elle m'a dit qu'un traumatisme cranio-

cérébral ne dégénère pas. Cette phrase nous a portés tout au long du parcours de Diego », confie Carole.

« Nous avons eu aussi des contacts avec Philippe Vuadens, le président de FRAGILE Valais, qui travaillait à l'époque à la clinique romande de réadaptation de la Suva. Il a organisé une rencontre entre nous et une autre proche, afin de nous permettre d'échanger sur nos expériences respectives », partage Carole. « Avant d'y aller avec Malvina, nous ne savions pas de quoi nous pourrions parler. Finalement, nous avons discuté tout un après-midi. Nous avons un parcours similaire et cela nous a énormément rassurées dans la direction que nous prenions. »

Pour que le droit à l'autodétermination des personnes concernées se concrétise, des changements et des améliorations dans la politique sociale sont nécessaires. FRAGILE Suisse a publié un manifeste en 2022, présentant cinq revendications, dont la demande aux employeuses et employeurs de fournir du travail et une occupation appropriée aux personnes concernées. Ces propositions de travail doivent être adaptées aux capacités personnelles et prendre en compte les besoins particuliers des personnes touchées. Lisez notre manifeste ici : www.fragile.ch/manifeste_politique



ACTUALITÉS

« FRAGILE Suisse s'est fait un nom »

Directeur de FRAGILE Suisse pendant plus de huit ans, Martin D. Rosenfeld part en retraite anticipée. À l'occasion de ses adieux, il nous dit ce qu'il souhaite pour les personnes touchées par une lésion cérébrale.

M. Rosenfeld, qu'avez-vous pu réaliser au cours de ces huit années ?

L'organisation a beaucoup changé et évolué au cours de ces huit dernières années. FRAGILE s'est fait un nom et son travail est très apprécié dans les milieux spécialisés et au-delà. C'est le résultat de longs efforts, qui montre que notre stratégie nous a fait progresser. Nous avons beaucoup investi dans notre collaboration avec les associations régionales, et ce choix s'est révélé payant. Lorsque j'ai pris mes fonctions, la relation avec l'organisation faïtière était difficile. J'ai eu à cœur d'améliorer notre collaboration, puisque nous poursuivons les mêmes objectifs. Nous avons accompli de gros progrès dans ce domaine.

Durant toutes ces années, quels ont été, pour vous personnellement, le plus grand moment et le plus difficile ?

J'ai vécu beaucoup de grands moments, par exemple, la très belle exposition INVISIBLE à Berne, en 2022, ou les symposiums, qui ont contribué à renforcer la

notoriété et l'image de l'organisation. Heureusement, j'ai connu peu de moments vraiment difficiles. J'étais inquiet lorsqu'une de nos associations régionales rencontrait des difficultés financières ou de personnel et que nous devions trouver des solutions. L'initiative « Swiss Brain Health Plan » est très prometteuse, car, grâce à elle, le thème de la santé du cerveau acquerra une meilleure visibilité dans le monde politique et dans la société.

(N.D.L.R. : voir l'article en page 3)

Que souhaitez-vous pour FRAGILE Suisse et pour les personnes touchées par une lésion cérébrale ?

Que l'organisation et les associations régionales continuent à évoluer et à se développer afin que les personnes qui ont besoin d'aide puissent en bénéficier de manière encore plus ciblée.



Lisez l'interview complète ici :
www.fragile.ch/interview-martin



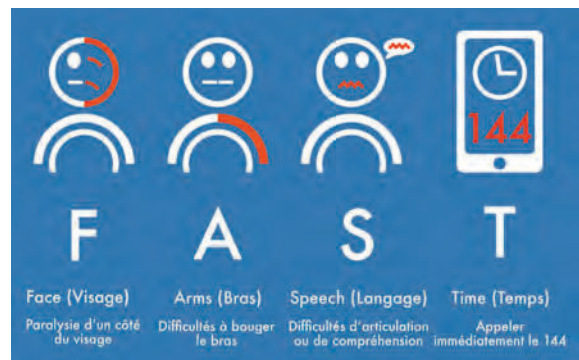
©Pexels

Caravane FM

Le Centre Rencontres, structure post-hospitalière de réadaptation pour les personnes avec une lésion cérébrale, a reçu la visite de Caravane FM. À son micro, les résident-e-s et les collaborateur-trice-s ont partagé leurs témoignages.



La date de diffusion et plus d'informations ici :
www.fragile.ch/caravane-fm



Signes d'un AVC

La Journée mondiale de l'AVC aura lieu le 29 octobre 2024. FRAGILE Suisse saisit cette occasion pour sensibiliser le public à cette importante thématique. L'infographie ci-dessus explique comment un AVC se manifeste et de quelle manière réagir.



Pour en savoir plus :
www.fragile.ch/AVC-symptomes

29 octobre 2024



« Les personnes en situation de handicap ont leur place dans la société »

Gabriela Riemer-Kafka, spécialiste du droit du travail et du droit des assurances sociales, est membre du comité de FRAGILE Suisse depuis quatre ans. Elle explique ce que la politique peut faire pour les personnes touchées par une lésion cérébrale et les raisons de son engagement. Interview : Carole Bolliger

Madame Riemer-Kafka, quels sont les obstacles auxquels les personnes touchées par une lésion cérébrale sont confrontées ? Et que peut faire la politique ?

La principale difficulté est de trouver un emploi adapté et une employeuse ou un employeur compréhensif-ve. Les personnes concernées y sont confrontées, de la candidature, même s'il n'est pas obligatoire de révéler une atteinte à la santé, jusqu'au licenciement. Cependant, l'opposition de la politique se manifeste très vite si l'on veut introduire dans la réglementation des contraintes supplémentaires en faveur des employé-e-s en situation de handicap, comme un quota d'embauche ou une protection plus stricte contre le licenciement. Afin de promouvoir la diversité au travail, la politique et les partenaires sociaux devraient, en utilisant tous les moyens disponibles, encourager et aider les employeuses et les employeurs à embaucher également des personnes en situation de handicap.

La révision partielle de la Loi sur l'égalité pour les personnes handicapées (LHand) montre que le Conseil fédéral souhaite renforcer la protection contre la discrimination. Mais cette révision est insuffisante. Quels sont les changements importants prévus ? Où est-il nécessaire d'agir ?

Il faudrait, en premier lieu, intégrer le droit privé du travail dans la LHand. D'une part, il existe des droits que l'on peut faire valoir en justice pour obliger l'employeuse ou l'employeur à prendre des mesures adéquates afin d'éliminer la discrimination. D'autre part, les entreprises qui pratiquent la discrimination à l'embauche, sur le lieu de travail, en matière de rémunération ou procèdent à un licenciement abusif, peuvent être menacées de sanctions financières. Ces mesures ne sont pas suffisantes pour assurer l'insertion professionnelle des personnes en situation de handicap. Il reste encore beaucoup à faire en ce qui concerne l'accessibilité de l'espace public et des logements privés, le droit de recours des associations, le droit de participation ou l'absence de contrôle et de sanctions en cas de retard dans la mise en œuvre des mesures exigées.

Inclusion Handicap a préparé une réponse modèle à la procédure de consultation. Avec l'équipe de FRAGILE Suisse, vous l'avez complétée et déposée. Quels ont été les principaux défis de cette tâche et qu'en attendez-vous ?

Les corrections que nous avons apportées concernent principalement les propositions du projet de révision, qui n'améliorent pas fondamentalement la situation juridique existante. Il s'agit de l'interdiction de la discrimination, du droit à des aménagements appropriés du poste de travail ainsi qu'à des indemnités. Une meilleure insertion professionnelle passe par l'inscription de mesures spécifiques dans la loi, par des incitations pour les employeuses et les employeurs sous forme d'allègements financiers et d'aides financières allant au-delà des contributions institutionnelles, comme c'est le cas dans d'autres domaines tels que le sport, la culture, etc. J'espère que nos propositions seront prises en compte dans le débat politique et peut-être même dans la loi.

Que souhaitez-vous que la politique fasse pour les personnes touchées par une lésion cérébrale ?

Je souhaite que la politique reconnaisse que les personnes touchées par une lésion cérébrale ou par tout autre handicap veulent et peuvent apporter, dans la mesure de leurs possibilités, une contribution précieuse à notre société. Je souhaite qu'elles ne soient plus considérées uniquement comme un facteur de coût mais aussi comme des membres de notre société et que les termes du préambule de notre Constitution fédérale soient mis en pratique, notamment que la force de notre communauté se mesure au bien-être des plus faibles. Le bien-être signifiant aussi se sentir intégré-e.



Lisez l'interview complète ici : www.fragile.ch/interview-politique

Conseils de nos lectrices et lecteurs

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



Réadaptation plus longue

Ma mère a été victime d'un AVC, qui a entraîné une hémiplégie. En tant que proche, je souhaiterais que la réadaptation après une lésion cérébrale puisse durer plus longtemps.

Tina Z.

De meilleures conditions d'embauche

Je souhaite que les conditions d'engagement des assistant-e-s personnel-le-s soient repensées et simplifiées. Pourquoi la contribution d'assistance, dont le besoin est avéré, n'est-elle pas versée comme l'allocation pour impotent ? La personne bénéficiaire pourrait alors choisir si elle veut engager elle-même la personne assistante ou si elle préfère faire appel à une organisation qui la décharge de l'administration.

Susanne H.



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

Participation à la vie politique

Malgré mes handicaps, je peux vivre presque normalement et je bénéficie de la politique sociale. C'est pour cette raison que j'ai adhéré au PS il y a quelques années. J'y ai été très bien accueillie. Cependant, je ne pourrais pas faire partie du Parlement : mon grave traumatisme cranio-cérébral a laissé des traces encore perceptibles et j'ai besoin de plus de temps pour comprendre. Je fais partie du Forum Handicap Suisse centrale. J'apprécie de pouvoir participer à la vie politique et je me sens prise au sérieux.

Heidi V.



Échange d'expériences : entraîner sa mémoire

Que faites-vous pour entretenir votre mémoire ?

L'entraînement de la mémoire est une méthode importante pour la réadaptation et le soutien des personnes touchées par une lésion cérébrale – mais il est aussi bénéfique pour chacun-e de nous. Des activités et des exercices ciblés peuvent améliorer et entraîner les capacités cognitives telles que l'attention, la concentration et la mémoire. Différentes approches et techniques sont utilisées pour l'entraînement de la mémoire : répétitions, visualisations, moyens mnémotechniques entre autres.

Quels exercices et moyens mnémotechniques utilisez-vous pour entraîner et entretenir votre mémoire ? Partagez vos conseils et vos expériences personnelles avec nous et les lectrices et lecteurs. Écrivez à kommunikation@fragile.ch, en indiquant en objet « Témoignage entraîner sa mémoire ». Date limite d'envoi : 15 octobre 2024. Merci pour votre contribution !

ENGAGEMENT



Prévoyance juridique : directives anticipées et mandat pour cause d'incapacité

Vous êtes-vous déjà demandé qui pourrait prendre les décisions en votre nom, si vous étiez à l'hôpital à la suite d'un accident et que vous n'étiez plus capable d'exprimer votre volonté ? Ou qui pourrait s'occuper de vos affaires personnelles et de vos finances, en cas d'incapacité de discernement durable ?

Les directives anticipées et le mandat pour cause d'incapacité vous permettent de faire en sorte que vos intérêts soient préservés et que les décisions prises soient conformes à vos souhaits lorsque vous ne serez plus en mesure de le faire vous-même.

Dès maintenant, vous pouvez commander gratuitement les documents suivants auprès de FRAGILE Suisse ou les télécharger sur notre site Internet : www.fragile.ch/boutique.

Directives anticipées : vos souhaits concernant les mesures médicales souhaitées

Dans les directives anticipées, vous consignez vos

souhaits concernant les mesures médicales et les dispositions que vous estimez nécessaires. Elles peuvent inclure, par exemple, le type de traitement désiré ainsi que les souhaits spécifiques au sujet des mesures de maintien en vie.

**Mandat pour cause d'incapacité :
désignez votre personne de confiance**

Dans le mandat pour cause d'incapacité, vous désignez la personne qui agira en votre nom. La personne de confiance effectuera des tâches telles que : payer votre loyer, renouveler votre abonnement de téléphone portable ou organiser vos soins et votre accompagnement.

**Carte dispositions personnelles :
une carte pratique à conserver sur soi**

Commandez aussi cette carte, pratique et utile. Vous pouvez y inscrire toutes les informations importantes et la conserver dans votre porte-monnaie. En cas d'urgence, ces informations sont immédiatement à disposition.

Conférence sur le droit des successions : pourquoi et comment rédiger un testament ?

La conférence s'est déroulée le mardi 10 septembre 2024, à Lausanne. Il s'agissait de la deuxième conférence à ce sujet organisée par FRAGILE Suisse. Elle a été donnée par Me Laure Haldimann, notaire.

Consultez le retour détaillé de cette rencontre : www.fragile.ch/conference-droit-succession-2024



JEU-CONCOURS



Vivez des moments exceptionnels au Musée Suisse des Transports

Plongez dans le monde fascinant de la mobilité et visitez une exposition interactive unique, accessible à toutes et tous : naviguez dans les airs grâce à un simulateur de vol, découvrez des objets interdits dans les valises des passager·ère·s d'un avion et déplacez-vous virtuellement à vélo sur des routes très fréquentées. Une visite divertissante et riche en expériences – pour petits et grands.

FRAGILE Suisse tire au sort 2 x 2 cartes journalières, offertes par le Musée Suisse des Transports de Lucerne. Envoyez un e-mail en indiquant dans l'objet « Tirage au sort Musée des Transports Lucerne » et vos coordonnées, à kommunikation@fragile.ch. Date limite d'envoi : 31 octobre 2024.

INFOS DE VOTRE RÉGION

FRAGILE Valais

De nouvelles activités à la rentrée

Cours d'informatique, visites artistiques et plus encore



©Pixabay

Suite à la demande de ses membres, plusieurs nouvelles activités sont organisées par notre association. Des cours d'informatique personnalisés seront dispensés par Christian Salamin, membre du comité. Ces cours permettent de se familiariser avec différents aspects et spécificités des ordinateurs, d'Internet et des réseaux sociaux.

Pour découvrir le monde merveilleux de l'art et (re)découvrir des métiers oubliés ou peu connus, Murielle Perrier-Hériter, secrétaire de FRAGILE Valais, proposera des visites d'ateliers d'art.

Un repas de fin d'année sera également organisé avec les membres et le comité, pour partager un moment convivial toutes et tous ensemble.

Fin du projet « Antenne régionale REAS Vaud » et lancement de « Un guide à vos côtés »

La fin de l'année 2024 sonnera la clôture de notre participation au projet de la Conférence suisse des Ligues de la santé « Antenne régionale REAS Vaud » initié comme projet pilote en 2022. FRAGILE Suisse reste ouvert à l'intégration d'une future antenne romande REAS si une possibilité de création concrète avec un financement stable voit le jour. Dans l'attente, FRAGILE Suisse souhaite vivement remercier la Conférence suisse des Ligues de la santé (Geliko) ainsi que tous les partenaires du projet REAS pour le travail effectué, les échanges très riches et cette envie commune de soutenir les plus fragiles.

« Pour chaque fin, il y a toujours un nouveau départ », disait Saint Exupéry.

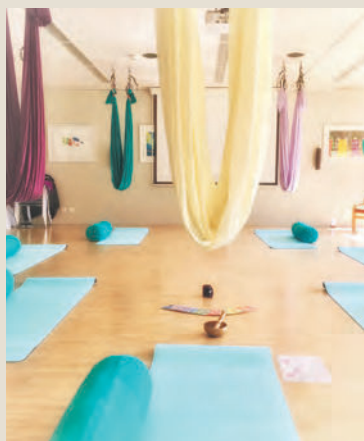
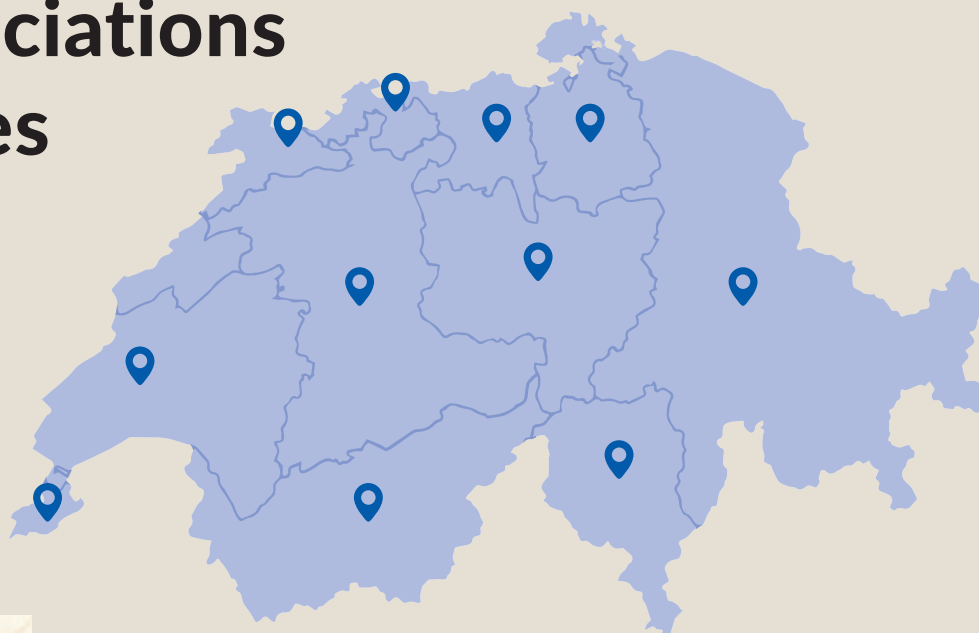
FRAGILE Suisse le vit en lançant sa prestation « Un guide à vos côtés » en Suisse romande dès le 2^e semestre 2024. L'association faïtière est heureuse d'étendre le projet également à la Suisse romande.

Elle se réjouit des futurs échanges avec les personnes touchées par une lésion cérébrale et leurs proches, avec les professionnel-le-s, avec les différents hôpitaux et cliniques de Suisse romande.



©Pexels

Nos associations régionales



FRAGILE Jura **Des cours accessibles au** **Centre Rencontres**

Depuis 2022, FRAGILE Jura propose des cours de yoga aérien, spécialement adaptés aux capacités et au rythme des personnes avec une lésion cérébrale. Ces cours sont proposés quatre fois par année en petit groupe. Lisez notre article à ce sujet : www.fragile.ch/jura-yoga-aerien

FRAGILE Vaud **Initiation à la peinture** **acrylique**

Le programme d'activités de FRAGILE Vaud s'est enrichi depuis 2023 d'une initiation à la peinture. Durant 3 cours de 2 heures, les artistes, sous la houlette de Olga Rosé, laissent leur créativité s'épanouir. Les peintres repartent avec leurs magnifiques tableaux multicolores et pleins de vie.



FRAGILE Genève **Des sorties culturelles pour** **nos membres**

Une visite au Festival d'Art Singulier à Collonge-Bellerive a été proposée. Deux visites « Voyage sonore autour du monde », et la balade-excursion « Reconnaître et attirer les oiseaux » ont eu lieu en partenariat avec le Musée d'Ethnographie de Genève (MEG). D'autres visites sont prévues prochainement !



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 Soulce 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



**Depuis des années,
je m'engage pour
l'égalité des droits des
personnes en situation
de handicap. L'inclusion
de toutes les personnes
est importante.**

Nicole N., 47 ans,
hémorragie cérébrale à 32 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 SUISSSE

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

