



## Kurze Auszeit vom Alltag

Wertvoller Austausch für Angehörige in Zürich



Treffen am ersten Mittwoch im Monat

Daten 2025

<b>Daten</b>	8. Januar 5. Februar 5. März 2. April 7. Mai 4. Juni 2. Juli <b>6. August fällt aus - Ferienzeit</b> 3. September 1. Oktober 5. November 3. Dezember
<b>Zeit</b>	19.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Im Zentrum Karl der Grosse</b> , Kirchgasse 14, Barockzimmer 8001 Zürich
<b>Kosten</b>	Für Mitglieder kostenlos Für Nicht-Mitglieder Fr. 15.-, bitte vor Ort bar bezahlen

## Wichtig

Bitte pünktlich eintreffen

## Voraussetzungen

Keine

## Zielgruppe

Das begleitete Treffen richtet sich an Angehörige von Menschen mit einer Hirnverletzung. Auch weitere Zugehörige, die Betroffene begleiten oder betreuen, sind herzlich willkommen.

## Leitung und Begleitung

Beatrice Sigrist, zertifizierte Coach und Anwenderin von Somatic Experiencing

## Auskunft

FRAGILE Zürich, Alderstrasse 40, 8008 Zürich

044 262 61 13; [zuerich@fragile.ch](mailto:zuerich@fragile.ch), [www.fragile-zh.ch](http://www.fragile-zh.ch)

## Anreise

Ab Hauptbahnhof Zürich mit dem Tram Nr. 4 Richtung Tiefenbrunnen bis Haltestelle Helmhaus. Ab dort sind es ca. 5 Minuten Fussweg. Ab Bahnhof Stadelhofen sind es ca. 8 Minuten Fussweg. Parkmöglichkeiten im Parkhaus Hohe Promenade an der Rämistrasse.

