

insieme Cerebral-Infos Nr. 2/2022

Liebe Leserin, lieber Leser



Was macht glücklich? Zugegeben – eine Zauberformel gibt es nicht. Jeder Mensch ist individuell und so auch sein Empfinden für Glück. Eins ist klar: Reichtum, Status, Macht und materieller Wohlstand alleine machen nicht glücklich.

Wer es jedoch schafft, sich im Leben oft an kleinen Dingen zu erfreuen, ist wahrscheinlich glücklicher als jemand, der ab und zu intensive Glücksmomente erlebt. Wie heisst es so schön: "Ich könnte tanzen vor Glück". Der Tanzstil ist egal. Wenn Sie einen Glückskick brauchen: Machen Sie ihre Lieblingsmusik an und tanzen Sie dazu! Und wenn Sie dies in einer Gruppe tun, dann steigt bestimmt ihr Glücksbarometer, denn ein Mensch ist nicht einfach für die Einsamkeit geschaffen, sondern für das Leben in der Gemeinschaft. Mit diesen Ratschlägen wünsche Ich Ihnen eine glückliche und schöne Vorweihnachtszeit.

Ralph Lang, Präsident



Tolle Stimmung am diesjährigen Herbstfest...



Bündner Entlastungsdienst

Angehörige, die ein Familienmitglied mit einer kognitiven, cerebralen Bewegungs- und/oder Mehrfachbehinderung liebevoll zu Hause betreuen und pflegen, leisten Herausragendes! Für diese Daueraufgabe benötigen sie aber auch viel Kraft und Durchhaltevermögen.

Unser Bündner Entlastungsdienst ermöglicht betreuenden Angehörigen die notwendigen und wichtigen Verschnaufpausen, um auch einmal Zeit für sich selbst zu haben, um durchzuatmen und um neue Energie für ihre grosse Verantwortung zu schöpfen.

Die regelmässigen Einsätze erfolgen primär im gewohnten Umfeld der zu betreuende Person und beinhalten die individuelle Freizeitgestaltung ganz nach deren Wünschen. Es ist uns sehr wichtig, dass die Betreuungsstunden möglichst immer von denselben Mitarbeitenden geleistet werden.

Unsere Betreuer*innen sind Menschen mit Lebenserfahrung, die Freude am Kontakt mit beeinträchtigten Menschen haben. Zudem bringen Sie viel Einfühlungsvermögen, Selbständigkeit und Zuverlässigkeit mit. Im Umgang mit Menschen mit besonderen Bedürfnissen verfügen sie über eine hohe Sozialkompetenz.

Auskünfte: Ursula Tschanner, Geschäftsstelle,
081 250 40 38

Adventswochenenden in Parpan

Schon bald beginnt mit dem ersten Advent die für viele Menschen schönste Zeit des Jahres: die Weihnachtszeit. Mit unseren drei beliebten Adventswochenenden in der Kiwi Lodge in Parpan nehmen wir eine wichtige Aufgabe wahr: wir führen Menschen mit und ohne besondere Bedürfnisse zusammen, fördern gemeinsame Aktivitäten, wecken gleiche Interessen und stärken so das Zusammengehörigkeitsgefühl. Kurz: wir leisten einen wertvollen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt. Und dies natürlich nicht nur in der Adventszeit, sondern das ganze Jahr über.

Lässig – Schneesportwoche 2023!

Ski fahren, Langlaufen, Snowboarden, Schlitteln, Schneeschuhlaufen, Spaziergänge im Schnee - aber auch gemütliches Beisammensein....

Anfangs Februar sind wir wieder zu Gast in der Edelweisschütte in Brambrüesch und lassen uns nach anstrengenden Schneesportaktivitäten in unkompliziertem und fröhlichem Umfeld verwöhnen!



(Weiter)Bildung Wissen und Sicherheit erlangen

Veronika Holwein, unsere Fachstellenleiterin zu Fragen über Freundschaft, Partnerschaft, Liebe und Sexualität, lädt zu verschiedenen Workshops ein.

Die kommende Veranstaltung beschäftigt sich mit dem interessanten Thema:

❖ Der weibliche Zyklus, was passiert da genau?

Details zu den Weiterbildungsangeboten finden Sie auf unserer Homepage.

insieme Cerebral Graubünden sagt «Danke!»

Ein grosses Dankeschön richten wir an die **Stiftung DENK AN MICH** für ihre langfristige finanzielle Unterstützung an unsere Ferienangebote. Ohne diese wertvollen Zuwendungen wäre unsere Ferienauswahl in der angebotenen Form nur sehr schwer oder gar nicht durchführbar.



Wir möchten aber auch allen Spendern und Zugewandten danken, die uns mit Spenden bei der Realisierung unserer Projekte zum Wohle der Menschen mit Beeinträchtigung unterstützen und sie dadurch in unsere Mitte nehmen, wohin sie auch gehören. Sie alle setzen damit ein bedeutendes Zeichen der Solidarität.

Agenda



Aktivitäten und Angebote unter:
www.insieme-cerebral-gr.ch