

Wir müssen reden
Jenny Heeb rezensiert das
biografische Manifest von
Islam Alijaj

Wirklich nur CP!?
Alexandra Zimpfer über ihren
bisherigen Lebensweg

Inklusions-Initiative
Weitersammeln lohnt sich!

Kompakt zusammengefasst
Unsere Freizeitangebote und
Kurse im Jahr 2024



3	Editorial
4	Erlebniswochen
4	Wochenenden
4	Schwimmen
5	Kurse
5	Freizeittreff
6	Malteser-Aktivitäten
6	Wandergruppe
7	Elterngruppe
7	Cerebral-Treffpunkt
8	Young-Club
8	Segeln
9	Inklusions-Initiative
10	Wirklich nur CPI? – Alexandra Zimpfer über ihren Lebensweg
14	Wir müssen reden: Ein biografisches Manifest – Buchrezension



Ausflug während einer Erlebniswoche in Interlaken, 2023

Liebe Leser*innen

Herzlich willkommen in der dritten Aktuell-Ausgabe 2023!

Kurz und kompakt finden Sie in der vorliegenden Winterausgabe einen Überblick unseres Freizeitangebots, das von Erlebniswochen über Kurse, die Eltern- oder die Wandergruppe, die Segelaktivitäten auf dem Zürichsee bis hin zum neuen Young-Club reicht. Und damit ist noch nicht alles erwähnt, was erwähnt werden könnte ...

Ja, es gibt Geschichten, die das Leben schreibt, oder ein Leben, das Geschichte schreibt. Im Prinzip gibt es in der Biografie einer jeden Person etwas zu erzählen. Nicht selten dürfte es schade sein, dass Geschichten unerzählt bleiben. Umso erfreulicher aber, wenn sie mitgeteilt werden!

In diesem Heft haben Sie die Gelegenheit, in gleich zwei Leben einzutauchen. Im Artikel beginnend auf Seite 10 teilt Alexandra Zimpfer ihre Erfahrungen als junge Frau mit CP. Doch ist diese Diagnose wirklich die einzige? Ist da nicht noch mehr los bei ihr? Erfahren sie, über welche Wege Alexandra zu Antworten gefunden hat.

Auf seinem Weg ist definitiv auch Islam Alijaj. Als erster Mensch mit Cerebralparese wurde er diesen Herbst in den Nationalrat gewählt. Wir gratulieren Islam herzlich zur Wahl und wünschen ihm bestes Gelingen in Bundesbern. Erstmals in 175 Jahren Bundesstaat, werden im Bundeshaus drei Menschen mit einer sichtbaren Behinderung politisieren. Mögen es künftig noch mehr werden! Geschichte passiert nicht (nur) im staubigen Schulbuch! À propos Buch: Bereits vor seiner Wahl hat Islam ein solches geschrieben, ein «Biografisches Manifest». Jenny Heeb hat es gelesen. Ihre Rezension finden Sie auf Seite 14.

Die Politik ist kein statisches Konstrukt und geht auch ausserhalb von grünlichen Kuppeln vonstatten: Die Inklusions-Initiative benötigt weiterhin Unterschriften und Unterstützung. Bleiben wir dran und schreiben wir gemeinsam Geschichte!

Herzliche Grüsse und alles Gute im Jahr 2024.



Balz Spengler

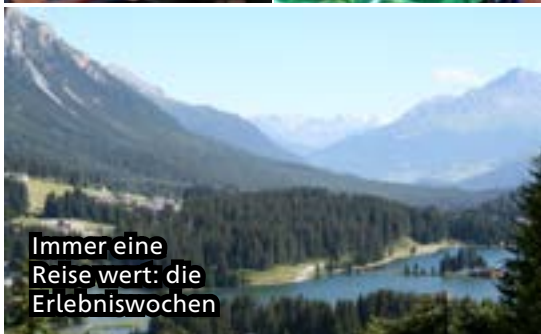
Unsere Angebote

Erlebniswochen

In unseren Erlebniswochen bieten wir Erwachsenen Ferien nach Mass und Kindern beste Betreuung.

Erwachsene:
7x1 Woche

Kinder:
3x1 Woche



Immer eine Reise wert: die Erlebniswochen

Wochenenden

Zu kurz und gut, so soll ein Wochenende sein. Das ist unser Ziel für dieses Angebot.

Freitagabend – Sonntagabend
(diverse Daten)



Kurz und gut: die Wochenenden

Schwimmen für Kinder

Bewegungsfreude und Entspannung im warmen Wasser

Montag, 16.00 – 18.00 Uhr



Leichtigkeit im warmen Wasser: Schwimmen



Ausdruck finden in Schwamendingen: die Kurse

Kurse (ab 16 Jahren)

Ausdrucksfindung, Kakophonie und Kallauer

Kurs 1:
Bewegung – Tanz – Wahrnehmung

Kurs 2:
Musik und Spiel

Jeweils jeden 2. Donnerstag
19.15 bis 21.00 Uhr

Freizeittreff

Komm vorbei!

Bröseln, Quatschen, Kennenlernen! Unser Cerebral-Treff ist die Gelegenheit, entspannt zusammenzukommen. Immer sonntags treffen wir uns zu Kaffee und Kuchen.

Jeweils an Sonntagen, von 13.45 bis 16.45 Uhr (diverse Daten)



Kuchen und Kennenlernen: Freizeittreff



Weitere Infos finden Sie auf www.cerebral-zuerich.ch unter den jeweiligen Angeboten.

Unsere Angebote

Aktivitäten mit der Malteser-Gruppe (ab 18 Jahren)

Die Malteser-Gruppe macht den Montag zum Sonntag!

Jeden 1. Montagabend im Monat Ausgang in Zürich (Restaurant, Kino, Spaziergang am See oder in der Stadt ...)

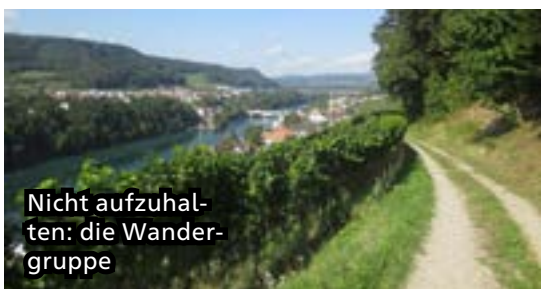
Montag, 18.30–21.30 Uhr



Wandergruppe für Erwachsene mit physiotherapeutischer Begleitung

Auf ausgesuchten Wanderwegen die Umgebung erkunden und sich mit Betroffenen austauschen

Circa vier Wanderungen im Jahr vorwiegend an Freitagen



Elterngruppe

Im persönlichen Austausch erleben wir uns als Expert*innen unserer Kinder.

Betroffene Eltern können sich hier austauschen und erhalten wertvolle Tipps und Anregungen. Sie schöpfen Kraft für den Alltag und pflegen ihr Netzwerk.

Sechs Abende pro Jahr



Cerebral-Treffpunkt

In ungezwungener Atmosphäre Solidarität erfahren und Kontakte knüpfen

Fünf Treffen pro Jahr, jeweils samstags, 14.00–17.00 Uhr



Weitere Infos finden Sie auf www.cerebral-zuerich.ch unter den jeweiligen Angeboten.

Unsere Angebote

Young-Club

Check it out!

Du würdest gerne mit jungen Menschen etwas unternehmen, bleibst aber zu Hause auf dem Sofa kleben? Der Cerebral-Young-Club ist here to help you out – regelmässig läuft was: Versuch dich an unseren Partys als DJ, hol dir an unseren Gaming-Hangs vor der Konsole oder auf dem Brett den Sieg oder sei dabei, wenn der Trip in den Freizeitpark ansteht. Join the chill und teile deine Ideen mit uns – wir suchen Menschen mit und ohne Behinderung ab 16 Jahren.

Daten werden jeweils separat bekanntgegeben.



It's time to party: Abend des Young-Clubs

Segeln

Die Sonne im Gesicht, den Wind in den Segeln und das Wasser um die beiden Rümpfe. Katamaran ahoi!

Ein umgebauter Katamaran bietet vier Rollstuhlfahrer*innen und zwei Begleitpersonen ein waschechtes Segelerlebnis.

Segeltörns am Freitagnachmittag, (diverse Daten)



Katamaran für Rollstuhlfahrer*innen: Segeln

Inklusions-Initiative

Gleichstellung, Teilhabe, Selbstbestimmung und Assistenz für Menschen mit Behinderungen jetzt!

Die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen gehört auf die Prioritätenliste der Schweizer Politik! Rund 1,7 Millionen Menschen mit Behinderungen leben in der Schweiz. Die Inklusions-Initiative fordert ein selbstbestimmtes Leben für Menschen mit Behinderungen.

Seit 23 Jahren gibt es in unserer Verfassung ein Verbot der Diskriminierung aufgrund von Behinderung. Die Schweiz hat zudem ein Behindertengleichstellungsgesetz und die UNO-Behindertenrechtskonvention ratifiziert. Trotzdem haben Menschen mit Behinderungen nicht denselben Zugang zu Menschenrechten wie nicht behinderte Menschen. Grund dafür ist der Artikel 8 der Bundesverfassung – er ist ungenügend.

Am 27. April 2023 startete deshalb die Unterschriftensammlung zur Inklusions-Initiative. Sie wurde von Menschen mit Behinderungen ins Leben gerufen und wird von allen Behindertenorganisationen mitgetragen.



Gemeinsam am Start – für die Inklusions-Initiative
Bild: Jonathan Liechti

Unterschreiben Sie die Initiative noch heute!

Mit Ihrer und jeder weiteren gesammelten Unterschrift helfen Sie mit, die Bundesverfassung so zu ändern, dass Menschen mit Behinderungen rechtlich und tatsächlich gleichgestellt werden.

Weitere Infos zur Inklusions-Initiative sowie Unterschriftenbögen erhalten Sie auf der Geschäftsstelle.

Wirklich nur CP?!

Vom Lebensüberdruß bis hin zum Traumberuf trotz einer etwas ungewöhnlichen Mehrfachbehinderung. Alexandra Zimpfer steht nach jeder Niederlage wieder auf. Bis sie alle ihre Diagnosen erhält, nimmt sie Hürde um Hürde. Die junge Frau schildert eindrücklich, wie sie sich trotz allem für ihren Traumberuf einsetzt.

Am 11. Mai 2000 wurde ich in Kazan, der sechstgrößten russischen Stadt nahe der Wolga in der 32. Schwangerschaftswoche geboren. Bereits nach einigen Lebensmonaten entdeckten die Ärzte meine Cerebralparese. Mit meiner Mutter verbrachte ich von da an die meiste Zeit in Therapien, Spitälern und bei Ärzten, damit ich motorisch in Zukunft möglichst selbstständig werde.

2003 zog ich mit der Familie und meinen Grosseltern nach Mannheim, Deutschland, und ging dort sowohl in den Kindergarten als auch in die Ergotherapie. 2006 wurde ich am Universitätsklinikum Heidelberg von einem Spezialisten für CP sieben Stunden lang operiert. Ich verblieb die nächsten drei Monate in der Klinik, wobei ich das Laufen neu erlernen musste. Diese Zeit habe

ich als grosse Bereicherung für mich empfunden, denn die Klinik verfügte über mehr Spielsachen, als ich in meinem Zimmer je besessen hatte und ich durfte zu Therapiezwecken in der Klinik Velofahren, worauf ich mich am meisten freute.

Anders als die anderen

2007 zog ich mit der Familie in die Nähe von Frankfurt. Dort wurde ich in die Regelschule eingeschult. Ich nahm so wie die anderen Kinder am Sportunterricht teil und hatte trotz einigen motorischen Schwierigkeiten eine gute Note, da für den Lehrer auch die Motivation und das Verhalten der Schüler*innen eine wichtige Rolle spielte. Meine Klassenkamerad*innen hatten alle Verständnis für die CP und nahmen auch beim Fangenspiel auf dem Schulhof Rücksicht. Und trotzdem merkte ich, dass etwas geistig bei mir anders war... Als ich mit 11 Jahren aufs Gymnasium wechselte, änderte sich nichts an diesem Gefühl, doch trotzdem bildete ich Freundschaften.

Im Juli 2013 zog ich mit meiner Familie nach Zürich, am 1. August nach Adliswil. Dort meldete mich meine Mutter für die wöchentliche Physiotherapie an. Auch wenn ich mich auf den Umzug sehr gefreut

hatte, verflieg diese Freude mit der Einsicht, dass ich in der Sekundarschule keine Freunde finden konnte. Ich wurde von den Mitschüler*innen oft ausgeschlossen und gehänselt, da ich keinen Dialekt sprach und im Unterricht enorm wissbegierig war. Ich bekam starke Depressionen und teilweise hatte ich Phasen, wo ich nicht mehr leben wollte. Ich holte mir psychologische Hilfe.

2016 kam ich auf die Fachmittelschule in Zürich Oerlikon, und mit dem Mobbing hörte es zwar auf, jedoch konnte ich mit den Klassenkameraden weder Freundschaften schliessen noch mich zum gemeinsamen Lernen verabreden. Dazu musste ich die Probezeit bestehen. Es wurde mir alles zu viel, und die Depressionen holten mich wieder ein. Ich bekam Fachhilfe. Nebst den Depressionen wurden Anpassungsstörungen diagnostiziert und doch spürte ich, dass doch etwas «übersehen» wurde. Ich sprach den Psychologen also auf meinen Verdacht an, aber er meinte: «Nein, Autismus hast du keinen, dafür erfüllst du zu wenige Voraussetzungen.»

Die Mittelschule brach ich aufgrund des zu starken Leistungsdrucks ab. Ich fühlte mich in den sprachlichen



Auf ihrem Weg: Alexandra Zimpfer

Fächern unterfordert und in den Naturwissenschaften und in Mathematik einfach nur verloren. Musik und das bildnerische Gestalten bereiteten mir zu viel Mühe.

Zwischen Berufssuche und professioneller Unterstützung

Die Berufsberaterin bei der IV riet mir, eine Lehre im kaufmännischen Bereich zu absolvieren. Ich argumentierte hingegen, dass dieser Beruf für meinen Geschmack zu langweilig und eintönig sei. Die von mir gewünschte FaBe-Lehre durfte ich nicht absolvieren, da ich aufgrund der CP kein allzu hohes Gewicht heben darf und somit auch keine Kinder. Ich willigte also doch noch ein, die KV-Lehre zu beginnen und so suchte ich mit einem JobCoach nach einer passenden Stelle.

Leider war es zu dem Zeitpunkt bereits Mai und die Aussicht auf eine freie Lehrstelle somit gering.

Im letzten Moment entschieden sich meine Eltern und ich für eine KV-Ausbildung an der Bénédict-Schule Zürich. Ich ging jeden Tag zwei Jahre lang Vollzeit in die Schule und bekam meinen persönlichen Spind wegen der vielen Bücher und dazu noch einen Nachteilsausgleich in Form von verlängerter Zeit an Prüfungen, so wie ich es auch von der Mittelschule gewohnt war. Mit der Interaktion zwischen den Klassenkameraden verlief es zwar etwas besser, aber nur, da ich wusste, dass viele der Lernenden an der Bénédict so wie ich nicht rechtzeitig eine berufliche Anschlusslösung gefunden hatten.

Meine Depressionen wurden nach wie vor behandelt. Im 3. Ausbildungsjahr, im einjährigen Praktikum, spürte ich, dass noch etwas nicht stimmte. Ich sprach meinen Arzt darauf an und er schöpfte Verdacht: Zwei Monate später diagnostizierte mir die Neurologin das Asperger-Syndrom. Ich meldete mich aufgrund dieser Diagnose bei der IV, da ich selbstständig keine berufliche Anschlusslösung fand. Die IV meinte, ich müsse drei bis sechs Monate in Therapie gehen, damit sie anhand eines Therapieberichtes

der Neurologin meine Eingliederungsmassnahmen prüfen können. Da ich nicht unbeschäftigt bleiben wollte, zahlten mir meine Eltern den Weiterbildungsgang «Höheres Wirtschaftsdiplom», welchen ich ebenfalls an der Bénédict-Schule absolvierte. Im Studium lernte ich einen Mitschüler mit Asperger-Syndrom kennen. Wir übten gemeinsam für die Schulfächer, da wir beide recht logisch denken und uns einander immer helfen konnten. Ich fühlte mich durch die Diagnose nicht mehr so allein und lernte durch ihn weitere Personen mit dem Asperger-Syndrom kennen.

Mehr Muskeln, ein Diplom und ein Wunsch

Ich konzentrierte mich nun auch auf meine physische Gesundheit. Die GmbH der Physiotherapie in Adliswil eröffnete bereits im Sommer 2019 ein Fitnessstudio. Anfangs war ich sehr demotiviert, etwas für meine Fitness zu tun, doch der Fitnesstrainer schaffte es, mir Motivation zu vermitteln. Bis heute gehe ich mehrmals die Woche ins Gym und führe Kraftübungen durch, um die Muskeln aufgrund meiner Hemiparese links zu stärken. Insgesamt bin ich dadurch von meinen damaligen 42 kg nun auf 58 kg Normalgewicht hochgestiegen und bin sehr stolz auf diese Leistung. Zusätzlich machte ich noch regelmässiger Judo

im Judo Club Sihltal, welches ich mit neun Jahren begonnen hatte. Es schien mental alles perfekt für mich zu laufen.

Anfang November 2021 erlitt ich einen schweren Unfall, bei dem mich ein Auto anfuhr. Trotzdem erhielt ich im März 2022 mein Diplom als Wirtschaftsfachfrau, obwohl ich nach dem Unfall über mehrere Wochen nicht lernfähig war. Doch in einem Büro wollte ich trotzdem nie wieder arbeiten. Daher schnupperte ich für mehrere Sozialpraktika an heilpädagogischen Schulen und bekam aufgrund meiner mangelnden Berufserfahrung leider nur Absagen. Die IV zahlte mir mittlerweile einen Job-Coach, welcher mich leider nur auf der Stellensuche der Erstausbildung unterstützen durfte. Ich stellte mich also diesem Kompromiss und begann im November 2022 einen halbjährigen Arbeitsversuch im kaufmännischen Bereich. Mir wurde nach nur sechs Wochen gekündigt, da die Arbeitgeberin mir ansah, dass vier Stunden Arbeit am Stück vor dem Computer jeden Tag aufs Neue meiner Arbeitsproduktivität nicht guttaten und die Korrektur und Verbesserung eines Webinars mich anödete.

Ich wollte stattdessen im Schulbereich als Klassenassistentin, vor allem für ukrainische Kinder, tätig sein, da

ich fließend Russisch spreche und schon sehr viele freiwillige Arbeitsinsätze in der Gemeinde Adliswil geleistet hatte, da ich den Kindern hier in der Schweiz bei der Integration helfen möchte. Nach dem Arbeitsversuch folgte ein Standortgespräch mit der IV, dem Job-Coach, der Neurologin, meinen Eltern und mir, in welchem ich schilderte, ich wolle als Klassenassistentin im Schulbereich tätig sein, und argumentierte, dass dies trotz Asperger-Syndrom möglich sei. Dieser Antrag wurde von der IV bewilligt und nach vielen weiteren Diskussionen und psychosomatischen Symptomen aufgrund des Stresses konnte ich nun endlich meinen Arbeitsversuch im April 2023 in einer Primarklasse bei mir in der Gemeinde beginnen.

Was ich anderen Menschen mit ähnlichen Geschichten rate? Macht das Beste aus eurer Situation, aber nehmt am besten immer nur ein Projekt in Angriff und scheut euch nicht, nach Hilfe zu fragen, auch wenn es im ersten Moment unangenehm sein mag. Baut euch ein Umfeld von mental starken Personen mit verschiedensten Fähigkeiten auf und knüpft neue Kontakte. Glaubt mir, das ist es wirklich wert. Und wenn ihr vor etwas Angst habt, aber es unbedingt tun wollt, dann tut es!

Alexandra Zimpfer

Wir müssen reden

Gemeinderat, Neu-Nationalrat und Buchautor: Islam Alijaj ist nicht zu stoppen. Jenny Heeb rezensiert sein biografisches Manifest.

Islam Alijaj hat in Zusammenarbeit mit der Journalistin Christine Loriol ein biografisches Manifest geschrieben. Das Vorwort verfasste Pascale Bruderer, ehemalige Ständerätin und Präsidentin des Dachverbandes Inclusion Handicap. Ergänzt wird das Buch durch Beiträge des Schriftstellers Christoph Keller.

Als Erstes spricht Islam über seinen Traum: Wir sind im Jahr 2036, er ist bereits 50 Jahre alt, ist stolz, dass Menschen mit Behinderungen über eine Gesetzgebung verfügen, die sie selbst entscheidend ausgearbeitet und vorgebracht haben. Er dankt seiner Familie, Freund*innen und Mitstreiter*innen für ihre Unterstützung und auch den Menschen, die sich vor seiner Zeit für Behinderte eingesetzt haben.

Islam kommt dann auf seine kosovarische Herkunft, seine Familie und seine Cerebralparese zu sprechen. Er ist froh, in Zürich aufgewachsen zu sein, wo er die Sonderschule für cerebral gelähmte Kinder besucht hat. Er äus-

sert sich lobend über eine Lehrerin, die seine Fähigkeiten erkennt, ihn gefördert und ihm zu einem Computer verholfen hat. Der Computer ist seine Welt, er hilft Islam mit seiner Behinderung besser umgehen zu können. In der Pubertät beginnt er zu rebellieren, er stellt fest, dass er mit 16 Jahren auf dem schulischen Niveau eines Sechstklässlers verharrt. Er beginnt für sich zu kämpfen, weigert sich, in eine Institution einzutreten, dabei wird er immer von seinen Eltern unterstützt.

In der städtischen Schule für Kinder und Jugendliche mit Körper- und Mehrfachbehinderung konnte er den Schulstoff nachholen, bevor er in der Brunau in Zürich dank der Unterstützung einer Lehrerin eine normale KV-Ausbildung absolviert. Gerne hätte Islam die Berufsmaturität gemacht und danach Wirtschaft studiert, aber der Chefausbildner der Brunau und die IV-Berufsberaterin raten ihm davon ab.

Diese negative Erfahrung prägt Islam und hat ihn politisiert, seither hat er im Sinn, das System zu verändern. Islam wird immer kämpferischer. Er weist darauf hin, dass die Behinderten 22 Prozent der schweizerischen Gesellschaft ausmachen, und verweist auf die fehlende Selbstbestimmung, obwohl die Schweiz vor zwanzig Jah-

ren das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) und vor knapp zehn Jahren die UNO-Behindertenkonvention ratifiziert hat. Islam, seit Frühling 2022 im Zürcher Gemeinderat und seit wenigen Wochen Nationalrat, ist der Meinung, dass vor allem ein Ausbau der Assistenzleistungen und ein neuer Blick darauf, was Assistenz heisst und heissen könnte, notwendig ist. Was bedeutet Assistenz in Bezug auf Pflege oder Begleitung? Islam ist glücklich, dass Nationalratspräsident Martin Candinas im März 2023 eine erste Behindertensession einberufen hat und die Behinderten wenig später die Inklusions-Initiative in die Öffentlichkeit getragen haben.

Auf die Kapitel, die sich mit Islams Gedankengut zur Verbesserung des Behindertenwesens befassen, folgen Fotos aus seinem Leben und Befragungen seiner Familie, seiner Freund*innen und von drei Mitstreitern, die nicht überall Islams Standpunkte vertreten, aber ihn für seinen Mut und sein Durchhaltevermögen schätzen.

Der Limmat Verlag schlug Islam vor, sich mit dem Schriftsteller Christoph Keller, der an einer spinalen Atrophie leidet und im Rollstuhl sitzt, in Verbindung zu setzen. Die beiden verstehen sich gut und sprechen über ihre Vision

einer zukünftigen Gesellschaft. Deutlich sagt Islam, dass es für ihn nicht von Belang ist, wenn er sich in seiner politischen Karriere unbeliebt macht. Hauptsache, er kann das Thema Behinderungen zum Mainstream machen und die gesetzlichen Rahmenbedingungen anpassen, damit sich eine inklusive Gesellschaft entwickeln kann. Christoph Keller schwebt eine radikale Durchmischung der Gesellschaft vor: keine Sonderschulen mehr, aufhören mit der Segregation. Christoph Keller sagt dezidiert, überall dort, wo es irgendwie geht, müssen wir die Jobs kriegen, wo die Entscheidungen gefällt werden.

Am Schluss des Buches erzählt Christoph Keller eindrücklich die Geschichte seines ebenfalls an spinaler Atrophie leidenden Bruders, die unter die Haut geht.

Als alte Frau mit einer leichten Cerebralparese bin ich beeindruckt von Islams Willen und seiner Beharrlichkeit, die Situation der Behinderten verbessern zu wollen und dabei frohgut zu bleiben.



Jenny Heeb

Islam Alijaj «Wir müssen reden», Ein biografisches Manifest, Limmat Verlag Zürich, Mai 2023, 29 Franken



Aktuell 3 | 2023



QR-Code scannen
und Aktuell als
PDF lesen



Geschäftsstelle und Kontakt

Witikonerstrasse 15
8032 Zürich
info@cerebral-zuerich.ch
spengler@cerebral-zuerich.ch
Tel. 044 482 73 63

Leitung Redaktion und Layout

Balz Spengler

Druck

Akeret Druck AG, Dübendorf

Vereinigung Cerebral Zürich

wird unterstützt durch:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV



STIFTUNG
DENK AN MICH
Ferien und Freizeit für Menschen
mit Behinderungen




Schweizerische Stiftung für das cerebralpläne Kind
Elbühlstrasse 14, 3001 Bern, Tel. 031 300 15 15
info@cerebral.ch, www.cerebral.ch



Vereinigung Cerebral Schweiz
Associazione Cerebral Svizzera
Associazione Cerebral Svizzera

Mitgliederbeiträge, Spenden, Legate

 @cerebral-zuerich
www.cerebral-zuerich.ch

Titelbild

Sonnenuntergang während der
Erlebniswoche in Gontenschwil, 2023