

Mit Hilfsmitteln zurück in ein selbstständiges Leben

Online-Vortrag am Samstag, 22. August 2026, ab 17:00 Uhr (Zoom)

Der Landesverband Baden-Württemberg des SHV-FORUM GEHIRN e.V. lädt gemeinsam mit der Selbsthilfegruppe **ceres Stuttgart** herzlich zu einer weiteren Veranstaltung der Reihe „Praxis Dr. Selbst“ ein.

SHV-FORUM GEHIRN e.V. · Landesverband Baden-Württemberg

SAVE THE DATE

Praxis Dr. Selbst:
Mit Hilfsmitteln zurück in ein selbstständiges Leben

 **SAMSTAG, 22. AUGUST 2026**
ab 17:00 Uhr · online per Zoom 

Mit Peter Weidmann
Für Betroffene, Angehörige und Interessierte



Mein Ziel:
möglichst selbstständig
in allen Bereichen
meines Lebens.

Meine Hilfsmittel im Alltag

- Digitale Kalender & Erinnerungen
- Aufgaben- & To-Do-Listen
- Cloud & Notizen (OneNote, Notion u.a.)
- Sprachassistenten & Erinnerungsfunktionen
- Unterstützungsnetzwerk & Austausch
- Strukturierte Informationen & Routinen
- Erinnerungen & Alarmer

Hilfsmittel, die mir helfen, meinen Alltag zu strukturieren und mehr Selbstständigkeit zu erreichen.

Heute

- ☒ Medikamente
- ☒ Physiotherapie
- ☒ Einkauf
- ☒ Anrufe
- ☐ Notizen

Ein Schritt nach dem anderen.



 Eine Veranstaltung der Selbsthilfegruppe **ceres Stuttgart** in Kooperation mit dem SHV-FORUM GEHIRN e.V., Landesverband Baden-Württemberg

Wir freuen uns auf Euch!

 Anmeldung per E-Mail – Zugangsdaten werden zugesandt

Peter Weidmann
E-Mail: pejoweid@gmail.com oder Ingrid Pramberger, **ceres Stuttgart**
E-Mail: ingrid.pramberger@gmail.com

Viele Menschen mit einer erworbenen Hirnschädigung stehen nach ihrer Erkrankung oder Verletzung vor der Herausforderung, den Alltag neu zu organisieren. Welche Hilfsmittel und Strategien dabei helfen können, Schritt für Schritt wieder mehr Selbstständigkeit zu erlangen, zeigt Peter Weidmann anhand seiner persönlichen Erfahrungen.

Peter Weidmann, am 5.2.1987 geboren, hatte im August 2022 einen Herzstillstand

und wurde 79 Minuten reanimiert und ins Leben zurückgeholt.

Aufgrund eines Hirnüberdrucks wurde ihm der 5. Halswirbel entfernt und daraus resultierte eine signifikante neurologische Beeinträchtigung bezgl. seiner Erinnerungsfähigkeit sowohl im Kurz- wie auch im Langzeitgedächtnis.

Im März 2026 meldete er sich bei der Selbsthilfegruppe ceres Stuttgart. Im Gespräch erzählte er Frau Ingrid Pramberger, dass es ihm gelang Schritt für Schritt zurück in ein selbstständiges Leben zu finden.

„Sowohl in der Arbeit als auch privat werden mir bis heute meine Beeinträchtigungen vor Augen geführt“, so Peter Weidmann. „Aber ich strebe weiter in allen Belangen meines Lebens ein möglichst hohes Maß an Selbstständigkeit zu erreichen.“

Welche Hilfsmöglichkeiten er für sich gefunden hat, um sich ein selbstständiges Leben einzurichten und welche Randbedingungen sich daraus mitunter ergeben, möchte er mit Betroffenen, Angehörigen und Interessierten teilen.

Termin

Samstag, 22. August 2026

Beginn: 17:00 Uhr

Ort: Online per Zoom

Anmeldung

Für die Teilnahme bitten wir um eine kurze Anmeldung per E-Mail. Die Zugangsdaten zur Zoom-Veranstaltung werden anschließend zugesandt.

Peter Weidmann

E-Mail: pejoweid@gmail.com

oder

Ingrid Pramberger (ceres Stuttgart)

E-Mail: ingrid.pramberger@gmail.com

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!