

# Selbsthilfegruppen

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(2013)**

Heft 112: **Therapieerfolg ist auch Kopfsache = Le succès thérapeutique est aussi un état d'esprit = Il successo terapeutico è anche una questione di testa!**

PDF erstellt am: **23.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## GEMEINSAM AKTIV BLEIBEN

# Neues aus den Selbsthilfegruppen



**Von Roland Neyerlin begeistert:** Die Mitglieder der beiden SHG Schaffhausen.

### SHG Angehörige und SHG Schaffhausen: Seminar mit Roland Neyerlin

Nach dem letztjährigen Weiterbildungswochenende für die Leitungsteams der Deutschschweizer Selbsthilfegruppen in Egerkingen war es den Leitungsteams der SHG Angehörige und der gemischten SHG Schaffhausen ein Anliegen, die damals mit dem Luzerner Philosophen und Heilpädagogen Roland Neyerlin begonnene Diskussion über das Thema «Krankheit und Abhängigkeit» innerhalb der beiden Schaffhauser SHG fortzusetzen. Am Samstag, dem 24. August, war es dann so weit. In aller Früh – schon um halb neun – traf Roland Neyerlin im Pfarreizentrum Sta. Maria ein. «Ich habe in Schaffhausen übernachtet, denn ich wollte die Stadt ohnehin schon seit Längerem einmal besuchen», erzählte er, auf die frühe Ankunftszeit angesprochen, in seinem sympathischen und ruhigen Baselbieter Dialekt. Punkt neun Uhr begann er dann mit seinem Referat – und zog die 36 Anwesenden der beiden SHG von Schaffhausen sogleich in seinen Bann. Es entstand im Nu ein intensiver Dialog und es wurde fleissig in Gruppen gearbeitet. Dabei motivierte Roland Neyerlin alle Anwesenden so stark, dass diese auch nach der Mittagspause bis um 15 Uhr weiterdiskutierten. Auch dem Referenten gefiel der Anlass, und zwar so gut, dass er trotz des einsetzenden Regens erst um 16 Uhr das letzte Schiff Richtung Kreuzlingen bestieg, um den Tag auf diese Weise ausklingen zu lassen. Es führen eben viele Wege nach Luzern!

Für die SHGs blieb es aber nicht bei dieser Veranstaltung. Im Nachgang trafen sich die beiden Gruppen bereits wieder, um das Begonnene getrennt zu vertiefen, und es scheint so, als müsse die Diskussion Anfang 2014 fortgesetzt werden. Denn es konnten bislang noch nicht alle Erkenntnisse dieser Veranstaltung für das tägliche Zusammenleben aufgearbeitet werden. Unter anderem brennen den Gruppenmitgliedern folgende Fragen unter den Nägeln: «Wie meistern wir als Betroffene, Angehörige oder Pflegende die Belastungen?», «Wie kommt man zu einem glücklichen Leben, trotz Abhängigkeit?», «Wie sieht das Zusammenspiel aus Abhängigkeit und Beziehung aus?» und «Was verstehen wir unter Selbstbestimmung?». Geplant ist daher, die bisher gewonnenen Resultate und Erfahrungen kommenden Jahr in einer weiteren Veranstaltung mit Roland Neyerlin zu vertiefen.

Walter Herrmann

### SHG St. Gallen: Sommerausflug

Die Selbsthilfegruppe St. Gallen reiste am 20. August an den Walensee. Die Tour führte mit dem Car über die Wasserfluh und den Rickenpass nach Schänis und Weesen, wo ein Erinnerungsfoto gemacht wurde. Von dort ging es per Schiff weiter nach Mühlehorn und Quinten, mit herrlicher Aussicht auf die Berge und den See. Im Restaurant Schiffslände angekommen, hatten wir kaum Platz genommen, als sich ehemalige Nachbarn von Margrit und Johann Brülisauer zu uns gesellten: die Musikanten Zita und Jean Brugger. Sie unterhielten uns mit Mandoline, Handharmonika und Mundharmonika und verkürzten so die Wartezeit bis zum Essen. Nach dem Mittagessen, es konnte zwischen zwei Menüs gewählt werden und es gab auch ein Dessert, führte uns der Schiffskapitän nach Murg/Unterterzen, in Richtung Walenstadt. Vor der Rückfahrt von Walenstadt verabschiedeten wir uns von den Musikanten, die in ihrem kleinen Boot über den Walensee davonruderten. In Walenstadt erwartete uns bereits der Carfahrer Kurt Stadler, der uns via Rheintal nach Altstätten chauffierte, wo wir im Garten des Restaurants Ziel einkehrten. Hier konnten wir die herrliche Aussicht aufs Rheintal und die Alpen geniessen. Nach dem offerierten Kaffee setzten wir zur Heimfahrt in Richtung St. Gallen und Abtwil an. Wir danken Petrus für das gute Wetter und Organisator Köbi Reich, der Mitte Oktober leider verstarb, für den wundervollen Tag.

Alphonse Schmutz



**Um und auf dem Walensee unterwegs:** Die SHG St. Gallen beim Sommerausflug 2013.

**SHG «Basilisk» Basel im «Zolli»**

Bei der Selbsthilfegruppe Basel, die sich seit Sommer als Ausdruck der Verbundenheit mit ihrer Heimatstadt den neuen Namen SHG «Basilisk» Basel gegeben hat, stand nach mehreren Treffen im Zeichen der Wissensvermittlung über Parkinson für einmal ein Treffen der «leichteren Art» auf dem Programm: Trudi Saxer und Silvia Baumgartner organisierten einen Ausflug in den «Zolli», wie die Basler ihren Zoo nennen. Dort erwartete Frau Naso, Experte in Verhaltensforschung von Affen, die Gruppe. Diese war kleiner als sonst – es war mit gut 37°C an diesem Tag aber auch sehr heiss und drückend. Jene, die der Hitze trotzten, erlebten eine Überraschung:

**SHG Thun/Oberland: Jubiläumsfeier**

Die SHG Thun/Oberland feierte Mitte Oktober ihr 30-Jahre-Jubiläum mit einem wundervollen Fest. Unter den geladenen 60 Gästen befanden sich nicht nur Lina Oesch, welche die Gruppe 1983 gegründet hatte, sowie deren Nachfolge-Team mit Marie-Therese Kaufmann und Alfred Röss, sondern auch Professor Hans-Peter Ludin und Nationalrätin Ursula Haller. Beide hatten sich trotz ihrer vielen anderen Verpflichtungen gerne die Zeit genommen, um der Gruppe ihre Glückwünsche persönlich zu überbringen. Gruppenleiter Hansruedi Gehri dankte den Ehrengästen für ihr Erscheinen und den ehemaligen Leitungsteams sowie allen aktiven Gruppenmitgliedern

wichtige Anlaufstelle. Kurz: Sie leisten eine wertvolle Hilfe für die betroffenen Menschen.» Im Namen der Stadt Thun überreichte Ursula Haller der Gruppe einen «Jubiläumsbatzen» und ermunterte sie zur Fortführung ihrer wertvollen Arbeit. Auch Ruth Dignös von Parkinson Schweiz dankte der Gruppe. Es war ein hervorragend organisiertes Fest, die Stimmung war ausgelassen und fröhlich und alle spürten: Hier waren Menschen beisammen, die eine äusserst wertvolle Beziehung zueinander pflegen, füreinander da sind und sich wo immer nötig gegenseitig unterstützen. Genau so soll SHG-Arbeit funktionieren! *Ruth Dignös*

**SHG Wallisellen: Ausflug nach Lindau**

Bei herrlichem Sommerwetter am Ufer des Bodensees flanieren, in einem lauschigen Garten mittagessen und eventuell ein wenig auf der Lindau-Insel spazieren gehen und ein bisschen shoppen – so stellte sich die SHG Wallisellen ihren Ausflug nach Lindau vor. Doch Petrus hatte ganz andere Pläne: Just am Tag des Ausflugs regnete es in Strömen, in einem fort, von morgens bis am Abend. Die Gruppe liess sich dadurch aber nicht entmutigen. Mit dem Car in Lindau angekommen, genoss die fröhliche Reisegesellschaft zunächst ein feines Essen – im Wintergarten des Lindauerhofes vor dem Regen gut geschützt. Danach unternahm sie einen gemeinsamen Verdauungsspaziergang durch die verregnete Stadt und enterte dann, um 16 Uhr, das Bodenseeschiff «Zürich». Mit diesem ging es über den See nach Rorschach und von dort mit dem Car wieder nach Hause. Trotz des schlechten Wetters war die Stimmung den ganzen Tag über fröhlich und alle genossen die Abwechslung, die dieser Tag uns allen bescherte. *Carmen Jucker*



**30-Jahre-Jubiläum:** Die SHG Thun/Oberland feierte mit rund 60 geladenen Gästen.

Viele waren seit Jahren nicht mehr im Zolli – und staunten nicht schlecht, als sie sahen, dass das ehemalige Affenhaus heute ein hochmoderner, klimatisierter Komplex ist. Bei der anschließenden Führung lernte die Gruppe, dass es Affen gibt, die keinen Daumen haben und doch behände von Ast zu Ast turnen, dass anderen Arten ein langer Schwanz beim Klettern hilft und dass die Affen gelernt haben, dass Stöcklein zu Schleckstängeln werden, wenn man sie in ein Loch steckt, in dem die Pfleger zuvor süsse Nahrung versteckt haben. Frau Naso hatte diese und viele weitere Informationen bereit – und im Nu war es Zeit für den Zvieri. Auf der Terrasse wurden Beobachtungen ausgetauscht, ein Glace sorgte für willkommene Abkühlung und am Ende fühlten sich alle so erholt wie nach einem Ferientag. Danke allen, die diesen Ausflug ermöglicht haben – einer mehr der unvergesslichen Art, und das erst noch mitten in der Stadt Basel. *Christa Ventling*

für ihr Mitwirken und die vielen bereichernden Zusammenkünfte der vergangenen Jahre. Im Anschluss wandte sich Nationalrätin Ursula Haller mit lobenden Worten an die Gruppe. Sie betonte dabei die Wichtigkeit von Selbsthilfegruppen und deren wertvolle ehrenamtliche Arbeit. «Die Gruppen leisten einen bedeutsamen Beitrag für die Gesellschaft und sind für Betroffene eine



**Fröhlich, auch wenn der Himmel weint:** Die SHG Wallisellen beim Sommerausflug.

Fotos: z/Vg