Von unseren Gruppen

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **- (1996)**

Heft 44

PDF erstellt am: **28.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Treffen der Selbsthilfegruppen-Leiterinnen und -Leiter der Region Ostschweiz

Am 23. April 1996 fand das zweite ostschweizerische Treffen (letztmals 1988 in Zürich) der Leiterinnen und Leiter der Parkinson-Selbsthilfegruppen statt. Die Tagung bot den Teilnehmern und Teilnehmerinnen Gelegenheit zum Austausch und zur Diskussion von Fragen und Problemen aus den einzelnen Gruppen. Die Stimmung war gut und angeregt, und viele wichtige Themen wurden diskutiert.

Die Nachfolge und Stellvertretung der Leiterin / des Leiters ist in den meisten Gruppen ein echtes Problem. Die leitenden Personen der Selbsthilfegruppen übernehmen nebst dem Organisieren der regelmässigen Gruppentreffen häufig noch Zusatzaufgaben wie Spital- und Hausbesuche von schwerer erkrankten Gruppenmitgliedern, Fahrdienste usw., die unentgeltlich und freiwillig übernommen werden. (Am Weiterbildungswochenende vom 5./6. Oktober 1996 ist auf dieses Thema eingegangen worden: Vorstellen von Entlastungsdiensten sowie Gespräche über den Aufgabenkatalog der Leiter und Leiterinnen. *Anm. der Red.*)

Für die meisten Teilnehmer und Teilnehmerinnen war auch die Zusammenarbeit zwischen den Selbsthilfegruppen und der Geschäftsstelle der Schweizerischen Parkinsonvereinigung ein wichtiges Thema. Die Selbsthilfegruppen wirken autonom, wünschen aber die Unterstützung und den regelmässigen Kontakt mit der Geschäftsstelle.

Weitere Themen waren: Betreuung von Schwerkranken, Unterstützung der Angehörigen, neue Behandlungsmöglichkeiten für Parkinsonpatienten.

Das Treffen war sehr informativ, und die teilnehmenden Leiterinnen und Leiter waren sich darüber einig, dass die regionale Zusammenkunft unbedingt im nächsten Frühjahr wiederholt werden sollte.

Ruth Löhrer,
SPaV-Geschäftsstelle

Gruppe Baden:
Sommerferien

Auch dieses Jahr konnten wir wieder mit zahlreichen Leuten aus unserer Gruppe Ferien im schönen Bönigen am Brienzersee verbringen. Erholsame Ausflüge zu Fuss und mit dem Schiff, eine fröhliche Kutschenfahrt durch das festlich geschmückte Interlaken und zahlreiche angeregte Diskussionen im wunderschönen Hotelgarten waren Teile unseres Ferienprogramms. Zehn Tage mit viel Sonnenschein waren eine herrliche Zeit, vor allem auch für uns Leiterinnen, hatten wir doch einmal Musse, mit unseren Leuten aus der Gruppe auch persönliche Gespräche zu führen. Wir freuen uns bereits jetzt auf die nächsten gemeinsamen Ferien im Berner Oberland.

Annemarie Arnold

Alexander-Technik – ein Weg zu besserem Umgang mit sich selbst

Die Alexander-Technik wurde von F. M. Alexander (1869-1955) begründet.
Er war Schauspieler und litt unter Stimmproblemen.
Durch genaue Selbstbeobachtung erkannte er die Ursache für dieses Problem in körperlichen Verhaltensmustern

Seine Methode, diese störenden Gewohnheiten zu verändern, wurde zur Grundlage der Alexander-Technik.

Die Alexander-Technik geht davon aus, dass der Mensch gut gemacht ist, dass er über ein ihm innewohnendes Wissen verfügt, wie er harmonisch und im Gleichgewicht leben kann.

Alexanders Methode, gewohnheitsmässige, routinierte, aber dennoch störende Bewegungen zu verändern, führt über ein Innehalten, ein «nicht mehr weitermachen», ein sich Zeit nehmen, um bewusst neue Wege zu finden.

Freitag, 7. Februar 1997, 15.00 - 15.45 Uhr
Hotel Rochat, Petersgraben 23, Basel

Im Rahmen des Monatstreffens der Parkinson-Selbsthilfegruppe Basel, gibt Ulla Weber-Kündig, dipl. Lehrerin der Alexander-Technik (SVLAT) eine Einführung in die Alexander-Technik.

Eingeladen sind alle Mitglieder der Selbsthilfegruppe, aber auch alle anderen Menschen, die unter der Parkinsonkrankheit leiden, sowie ihre Angehörigen.

Sie haben Gelegenheit Fragen zu stellen und können sich auch für einen Einführungskurs in kleinen Gruppen oder in Einzellektionen anmelden.

Nähere Auskünfte bei:
Ulla Weber-Kündig, Dufourstrasse 7, 4052 Basel. Telefon 061/331 94 34.