Selbsthilfegruppen

Objekttyp: **Group**

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

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

Heft 109: **Diffizile Suche nach der Ursache von Parkinson = La difficile recherche des causes du Parkinson = La difficile ricerca dell'origine del Parkinson**

PDF erstellt am: **30.05.2024**

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

Erlebten ein «philosophisches» Wochenende: Die Teilnehmenden der SHG-Weiterbildung 2012 in Egerkingen.

SHG-Weiterbildung 2012

Ende Oktober 2012 fand in Egerkingen das jährliche Weiterbildungswochenende für die Leitungsteams der deutschsprachigen Selbsthilfegruppen statt. Das Thema «Krankheit und Abhängigkeit» versprach interessante Diskussionen. Eine Teilnehmerin berichtet.

Es ist Samstag, der 20. Oktober 2012, ein goldener, sonniger Herbsttag. Die Leitungsteams der SHG JUPP Säntis und der Angehörigengruppe Alpstein reisen im Zug Richtung Egerkingen. Alle sind sehr motiviert und diskutieren eifrig. Die Vorfreude, viele Bekannte und hoffentlich auch zahlreiche interessante Unbekannte zu treffen und mit ihnen zwei spannende Tage zu verbringen, ist zu spüren. Irgendwann fragt jemand in die Runde, ob denn der Referent Roland Neyerlin, Philosoph aus Luzern, jemandem bekannt sei. Es folgt ein kollektives «Nein!». Sofort tauchen Anschlussfragen auf: «Was könnten wir uns überhaupt zu sagen haben?», «Wird er uns und unsere ‹Problemchen› verstehen?», «Wo können wir allenfalls dazulernen oder einen Nutzen für uns und unsere Arbeit herausschälen?»

Wenig später, pünktlich um 10.10 Uhr, treffen wir am Bahnhof Egerkingen ein. Sogleich tauchen erste bekannte, aber auch unbekannte Gesichter auf. Man begrüsst sich herzlich, versteht sich auf Anhieb. Auf der Fahrt mit dem Shuttle zum Mövenpick-Hotel wird schon eifrig getratscht. Dort angekommen werden wir von zwei jungen Damen an der Réception freundlich empfangen. Die Zimmer und Kursräume sind grosszügig und bestens ausgerüstet – hier werden wir uns zweifelsfrei wohlfühlen.

Nach einem Willkommenscafé – eigentlich ein sehr reichhaltiges Buffet – gehts los. Ruth Dignös, Leiterin SHG-Arbeit von Parkinson Schweiz, begrüsst alle Anwesenden, informiert über den Ablauf, Termine, Wichtiges rund ums Hotel etc. und lädt uns sodann zum gemeinsamen Mittagessen.

Danach steigt die Spannung spürbar, denn unser Referent Roland Neyerlin stellt sich vor. Sofort spüren wir: Dieser Mann ist beschlagen, hat uns Inhalte zu vermitteln, holt uns unauffällig ab, entlockt uns so Aussagen, die selbst uns überraschen. Kurz und bündig: Das Seminar ist spannend, abwechslungsreich, lädt zur Mitarbeit ein und lässt niemanden kalt. Ein Teilnehmer sagt später: «Ich wusste gar nicht, dass ich philosophieren kann.» Vom Thema «Abhängigkeit und Krankheit» gehts weiter zu «Was verstehen wir unter Selbstbestimmung?». Dazwischen arbeiten wir konzentriert und mit bestem Erfolg in Gruppen. Der Austausch im Plenum ist letztlich so spannend und intensiv, dass Roland Neyerlin sein Referat auf den Sonntagmorgen verschiebt. Er hat völlig richtig erkannt, dass die Aufnahmefähigkeit etlicher Anwesender logischerweise immer stärker nachlässt.

Das gemütliche Nachtessen hebt den Ladezustand der «Batterien» der Seminarteilnehmer wieder auf Normalniveau, sodass einem regen Wissens- und Gedankenaustausch nichts im Wege steht. Der Abend ist zur freien Verfügung. Einige treffen sich an der Bar, andere spielen Karten etc.

Die für einige viel zu kurze Nachtruhe wird mit einem fantastischen Brunchbuffet überkompensiert. Mit dem dann folgenden Referat «Der Mensch ist ein Beziehungswesen» fesselt uns Roland Neyerlin sofort. Einmal mehr hat er unsere volle Aufmerksamkeit, vermittelt Denkanstösse, gibt uns auch etliche Bestätigungen, dass wir mit unserer Arbeit als Gruppenleitende auf dem richtigen Kurs segeln. Das tut gut.

Noch vor dem Mittagessen wird das traditionelle Gruppenfoto geschossen. Dann versammeln wir uns zu einer Abschluss- und Diskussionsrunde und zum Ende spricht dann noch Markus Rusch, Präsident von Parkinson Schweiz, und Referent Roland Neyerlin darf nebst einem Geschenk vor allem den mehr als verdienten Applaus entgegennehmen. Ein hervorragendes Seminarwochenende ist vorüber. Wir alle haben viel einbringen, aber auch sehr viel profitieren können von der ausgezeichneten Seminarführung des Referenten. Und so beginnt schon bald das Verabschieden. Müde, aber um viele wertvolle Erfahrungen reicher, gehts nach Hause in die Ostschweiz.

Anita Sauter, SHG JUPP Säntis

GEMEINSAM AKTIV BLEIBEN

Neues aus den Selbsthilfegruppen

Jahresausflug der SHG Zug und Schwyz

Mehr als 40 Personen der SHG Zug und Schwyz nahmen am Jahresausflug 2012 teil und erfreuten sich am herrlichen Wetter. Die beiden Leiterinnen, Annerös Etter und Rita Beeler, hatten sich wieder etwas ganz Besonderes einfallen lassen und überraschten die Mitglieder mit einem Besuch auf dem Erlebnis-Bauernhof in Winikon. Die Anreise mit dem Car führte durch herrliche Landschaft und auf dem Bauernhof wurden wir mit einem Mittagessen verwöhnt, bei dem würziges Raclette, knackiger Salat aus dem Garten und frisch gebackenes Brot vom Hof gereicht wurden. Nach einer ausgedehnten Mittagspause und regem Austausch begaben wir uns auf die Expedition durch den «Maisdschungel». Oft verirrten wir uns in diesem grossen Maislabyrinth, wurden aber mit aufmunternden Sprüchen, witzigen oder kniffligen Fragen immer wieder auf den richtigen Pfad zurückgeführt. Nach einer knappen Stunde durchs Maisfeld kamen alle heil im Ziel an, wo es zur Erfrischung einen Fruchtsalat gab. Der Abschluss des Tages erfolgte mit einem Säulirennen, das nochmals für viel Heiterkeit und Gelächter sorgte. Wir danken den beiden engagierten Leiterinnen ganz herzlich für diese gelungene Überraschung und den fröhlichen und ausgelassenen Tag. Es hat allen viel Freude gemacht und die beiden Gruppen noch enger zusammengeschweisst. *rd*

SHG Basel: Beim Weihnachtsfest gab es so manche Überraschung für die Gäste.

SHG Basel: Weihnachtsfestli 2012

Im Leitungsteam der SHG Basel hatten wir uns seit dem Sommer 2012 immer wieder mit dem Thema «Vorfreude» beschäftigt. Dies vor allem, weil wir anlässlich unseres Ausflugs in Zielrichtung «unbekannt» (siehe Magazin 108, S. 13) die Erfahrung gemacht hatten, dass es aufregend und wichtig ist, sich auf etwas freuen zu können, obwohl dies völlig unbekannt ist. Bei unserem Weihnachtsfestli müsste es natürlich auch ein Geschenklein vom Santiklaus geben, waren wir uns einig. Aber nur, so sagten wir uns, wenn gewisse Bedingungen erfüllt würden. Und hierin lag das Geheimnis für die Vorfreude: Quasi als Eintrittsbillett gab jede/r ein in gewöhnliches Zeitungspapier eingewickeltes Geschenk im Wert von maximal 10 Franken ab. War es für einen Mann, erhielt es ein grünes Band, war es für eine Frau, ein rotes Band und war es für beide Geschlechter geeignet, wurde es zweifarbig verschnürt. Die Päckchen wurden nummeriert und in einem Sack für den Santiklaus parat gelegt. Alles bereit? O nein, noch nicht! Unser Saal war unterdessen auf «festlich» getrimmt worden. Achter-Tische waren von Françoise Hug liebevoll weihnachtlich dekoriert und von unserem Bäcker Ruedi Heiniger mit feinem Gebäck versehen worden. Und jetzt kam noch eine Überraschung: Jeder Tisch hatte eine Farbe und diese musste erst gezogen werden (zusammen mit der geheimnisvollen Päckchennummer), um zu wissen, wo man sitzen würde. Dieses Vorgehen sollte dafür sorgen, dass sich die Mitglieder unserer Gruppe noch besser kennenlernen können. Zudem sorgte es auch für eine herzliche Begrüssung, als die neuen Gruppenmitglieder, die im Laufe des vergangenen Jahres zu uns gestossen waren (und es waren nicht wenige!), sich vorstellten. Ja und dann endlich kam der Santiklaus – mit rotem Pullover, roter Mütze und weissem Bart, so wie es sich gehört – und mit einer Riesentüte voller Geschenke. Diese breitete er auf einem Gabentisch aus und wir konnten dann alle «unser» Geschenk mithilfe der zuvor gezogenen Nummer abholen. An allen Tischen wurden die geheimnisvollen Päcklein mit grossem Vergnügen ausgepackt und mit viel «Oh!» und «Ah!» kommentiert. Man kann sich vorstellen, wie viel gelacht und gescherzt wurde. Bei Vesperplättchen und Trinksame, angeregtem Gespräch und Weihnachts-musik im Hintergrund verging der Nachmittag im Nu. Das Leitungsteam bekam viel positives Feedback – auch ein Weihnachtsgeschenk von der Gruppe – und somit war das Weihnachtsfestli ein beglückender Abschluss unserer Aktivitäten im Jahr 2012.

Christa Ventling

SHG Angehörige Basel/Regio: Adventsfeier mit Männerchor

Die Angehörigen-SHG Basel traf sich am 12.12.2012 zum sechsten Adventsfest. An dem geselligen Nachmittag, der ausnahmsweise im Haus der Vereine in Riehen stattfand, nahmen fast 50 Personen teil: 29 Mitglieder respektive Partner sowie 13 Sänger des Männerchors der Gesangssektion des TV Riehen unter Leitung von Dirigentin Larissa Kalinina, welche die Gruppe aufs Vorzüglichste musikalisch unterhielten. Entsprechend viel zu tun hatte das SHG-Leitungsteam um Anne-Marie Ochsner, galt es doch, nicht nur den Saal festlich zu schmücken, sondern auch Essen und Getränke für alle Anwesenden vorzubereiten. Doch die Mühe lohnte sich, denn das Fest, bei dem Rosemarie Moor wie alle Jahre eine herrliche Weihnachts-geschichte erzählte und bei dem viel gesungen und gelacht wurde, machte allen viel Freude und dauerte entsprechend auch deutlich länger als geplant. *jro*

Fotos: jro; zVg