Veranstaltungen

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **- (2015)**

Heft 118: **Ein Mikado für mehr Wissen über Parkinson = Un Mikado de savoirs sur le Parkinson = Un Mikado per conoscere meglio il Parkinson**

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Nutzungsbedingungen

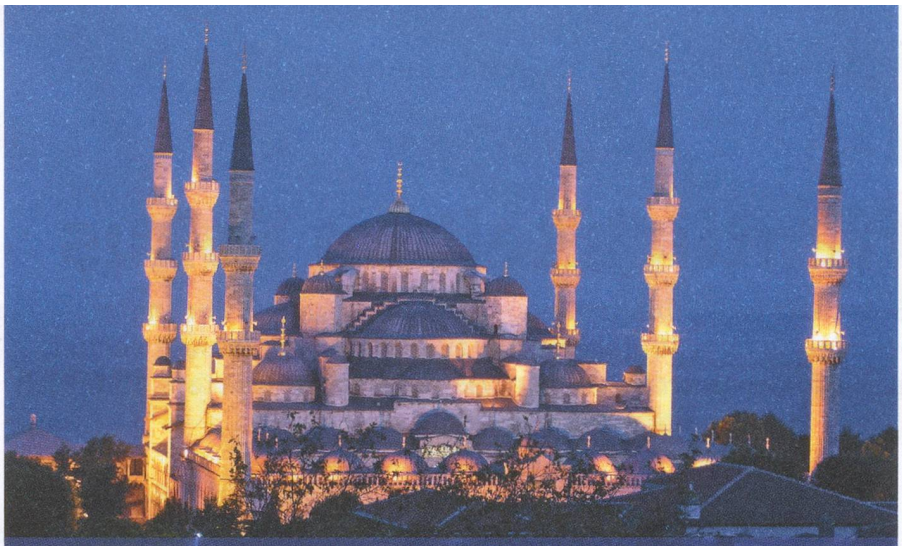
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung 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



Die Sultan-Ahmed-Moschee (Blaue Moschee) ist das Wahrzeichen Istanbuls.

Faszinierend, reichhaltig und exotisch: Der grosse Basar von Istanbul.

Jetzt anmelden: Kulturreise für Betroffene nach Istanbul

Vom 19. bis zum 23. Oktober 2015 wird zum vierten Mal eine Parkinson-Kulturreise stattfinden. Reiseleiter Hansruedi Sieber, Professor Hans-Peter Ludin und Pflegefachfrau Elisabeth Ostler entführen interessierte Betroffene dieses Jahr in die faszinierende Metropole Istanbul.

Die türkische Millionenstadt Istanbul gilt als eine der spannendsten Metropolen der ganzen Welt. Der Reichtum des früheren Byzanz und einstigen Konstantinopel sowie die Lage der Stadt direkt an der Nahtstelle zwischen Europa und Asien lockten während Jahrtausenden immer wieder fremde Mächte an. Sie alle prägten die Entwicklung der Metropole. Entsprechend vielseitig sind die Spuren, welche sich in der langen, abwechslungsreichen Geschichte der Stadt gebildet haben.

Die Gäste der Parkinson-Kultur-Reise werden die Stadt mit ihrer von Moscheen und Minaretten geprägten Silhouette auf ganz eigene Weise kennenlernen. Beispielsweise werden sie bei einer Bootsfahrt auf dem Bosporus nicht nur die Grenze zwischen den Kontinenten Europa und Asien überqueren. Vom Wasser aus können sie auch besonders gut erkennen, weshalb die Gründer der Stadt einst gerade diesen Ort für ihre Siedlung gewählt haben. Natürlich besuchen die Reisenden auch den grossen Basar, werden viele herrliche Bauwerke wie die Blaue Moschee oder etwa das ehemalige Harem besichtigen und sich an exotischen Speisen und Gewürzen sowie türkischen Weinen laben.

Da Reiseleiter Hansruedi Sieber sehr gut türkisch spricht, ist eine sichere Verständigung jederzeit gewährleistet. Überdies war er in den vergangenen 25 Jahren mehrmals jährlich in Istanbul – weshalb er sich in der Stadt so gut auskennt wie in seiner eigenen Hosentasche. Die Gäste der Reise können also sicher sein, dass er ihnen auch so manchen «Insider-Tipp» verraten und sie an wundervolle Orte abseits der grossen Touristenströme entführen wird. *jro*

Fotos: Hans-Peter Ludin, jro, PD

KOMMEN SIE MIT!

Parkinson-Kultur-Reise nach Istanbul

Destination: Istanbul

Flüge: Linienflüge mit Turkish Airlines Zürich–Istanbul–Zürich

Unterkunft: Vier Nächte in einem 4-Sterne-Hotel (Vollpension) im Herzen der Altstadt von Istanbul

Zielgruppe: leicht bis mittelschwer betroffene Patienten, die im Alltag weitgehend selbstständig sind und gut gehen sowie Treppen steigen können (kein Rollator/Rollstuhl), sowie für deren Angehörige.

Programm (Highlights): Bootsfahrt auf dem Bosporus; Besuch des Topkapi-Palastes; Bummel über den berühmten grossen Basar; Besuch der Hagia Sophia (Kirche der Weisheit), der Blauen Moschee und des Chora Museums. **Wichtig:** Das Programm ist flexibel und wird vor Ort ggf. an die jeweiligen Verhältnisse (z. B. Wetter) sowie an die Bedürfnisse der Reisegäste angepasst.

Begleitung: Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin, Neurologe, Gründungsmitglied von Parkinson Schweiz, und Elisabeth Ostler, Pflegefachfrau, Parkinson Schweiz (die medizinische Begleitung dient der Sicherheit der Reisenden und der Betreuung in medizinischen Notfällen).

Patronat: Parkinson Schweiz, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77, E-Mail: info@parkinson.ch

Kosten: CHF 1550.– p. P. im Doppelzimmer; EZ-Zuschlag: CHF 210.–

Leistungen: Hin- und Rückflug; Vollpension inkl. Getränke; sämtliche Reise- und Transferkosten sowie Eintrittskosten (Besichtigungen).

Veranstaltung und Reiseleitung sowie Informationen und Buchung: Hansruedi Sieber, Seestrasse 236, 8810 Horgen, Tel. 044 725 73 11, E-Mail: siebers@bluewin.ch

AGENDA 2015

Die Veranstaltungen im zweiten Halbjahr 2015

regelmässig	Parkinson-Klettergruppen in vier Städten
regelmässig	REHA-Tanzkurs für Paare, Thun
regelmässig	Tangotanzen für Paare, Bern
14./15. Aug.	Qigong-Seminar für Angehörige, Männedorf
3. September	Seminar für angehörige Männer in Zürich
6. bis 13. Sept.	Pflegebegleitete Ferien in der KLINIK BETHESDA, Tschugg
11. bis 18. Sept.	Aktivferien für Betroffene auf Mallorca
25./26. Sept.	Seminar «Leichter mobil im Alltag», für Betroffene, Valens
2. Oktober	Informationstagung der Rehaklinik Zihlschlacht
8. bis 11. Okt.	Qigong-Seminar für Patienten und Angehörige, Männedorf
19. bis 23. Okt.	Parkinson-Kulturreise mit Professor Ludin nach Istanbul
22. Oktober	Informationstagung der Reha Rheinfelden
23. bis 25. Okt.	Tai-Chi-Seminar für Fortgeschrittene, Männedorf
3. Dezember	Informationstagung des Luzerner Kantonsspitals LUKS

INFORMATIONEN UND ANMELDUNGEN
Detaillierte Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie im **Jahresprogramm 2015.** Dieses erhalten Sie **gratis** auf der Geschäftsstelle in Egg, Tel. 043 277 20 77, Fax 043 277 20 78, E-Mail: info@parkinson.ch

Infos: **www.parkinson.ch**, Rubrik: EVENTS

KURZ NOTIERT

Tai-Chi-Seminar im Oktober 2015

Vom 23. bis 25. Oktober 2015 wird im Tagungszentrum Boldern, Männedorf, erneut ein Tai-Chi-Seminar stattfinden. Dieses richtet sich in erster Linie an Betroffene und Angehörige, die schon einmal an einem Tai-Chi-Kurs der Vereinigung teilgenommen haben respektive aus anderweitigen Kursen bereits über grundlegende Tai-Chi-Kenntnisse verfügen. Es können auf Anfrage jedoch auch Einsteiger teilnehmen. In dem Kurs werden die im Einsteigerseminar gezeigten und erlernten Übungen sowie die Tai-Chi-Form nochmals aufgefrischt, vertieft und erweitert.

INFOS UND ANMELDUNG
Katharina Scharfenberger, Parkinson Schweiz, Tel. 043 277 20 77.

Aktivferien für Betroffene auf Mallorca

Vom 11. bis 18. September 2015 werden Susanne Brühlmann, Physiotherapeutin und Mitglied unseres Vorstandes, und ihre Kollegin Susanne Neuhäusler, Pflegefachfrau HF und Parkinson Nurse, zum zweiten Mal begleitete Aktivferien für Parkinsonbetroffene auf Mallorca anbieten. Noch hat es einige wenige freie Plätze!

Die im Herbst 2014 erstmals angebotenen Aktiv-Ferien mit Parkinson auf Mallorca waren ein grossartiger Erfolg. Die Feriengäste und die beiden Organisatorinnen Susanne Brühlmann und Susanne Neuhäusler waren ein superbes Team (siehe Bericht Magazin PARKINSON Nr. 116, Dez. 2014) und so stand rasch fest: Es soll auch 2015 wieder eine solche Reise geben..

Diese wird, wie beim ersten Mal, wieder von der Mawi Reisen AG in Frauenfeld durchgeführt. Das Ferienangebot richtet sich an alle, die unter südlicher Sonne, am Strand und im glasklaren Meer, beim Nordic Walking, bei Gymnastik und in ausgedehnten Ruhepausen aktiv neue Energie tanken möchten. Neben dem fachkundig geleiteten und individuell auf die Teilnehmer abgestimmten Bewegungsprogramm wird es natürlich auch dieses Jahr wieder spannende Ausflüge geben. Und selbstverständlich werden die Gäste auch 2015 wieder kulinarische Höhenflüge erleben.

Spass an der Bewegung: Das Meer ist das schönste Therapiezimmer der Welt!

Ort: Hotel Playa del Muro****, Mallorca
Datum: 11. bis 18. September 2015
Grösse: maximal 12 Personen
Leitung: Susanne Brühlmann (dipl. Physiotherapeutin HF und LSVT-Big-Therapeutin); Susanne Neuhäusler (Pflegefachfrau HF, Parkinson Nurse)
Organisation und Buchungen: Mawi Reisen AG, Zürcherstrasse 215, 8501 Frauenfeld, Tel. 052 728 94 94
Preise (pro Person, inkl. Flug, Ferienprogramm und HP): Betroffene CHF 2350.–, Begleitpersonen CHF 1950.– (im DZ mit Meerblick), EZ-Zuschlag: CHF 415.– *jro*

Dr. Sibylle Tobler, hier bei einem Kurs für Leitende von Selbsthilfegruppen.

Tai-Chi für Betroffene: Für den Kurs im Oktober hat es noch wenige Plätze.

Im Seminar «Bewegung und Stimme» wird gemeinsam unter Zuhilfnahme von Hilfsmitteln wie einem Fallschirm, Bällen und dem eigenen Daumen geübt.

Kurse und Seminare für Betroffene: Ein sehr aktives erstes Halbjahr 2015

In den ersten fünf Monaten 2015 fanden bereits fünf Seminare für Betroffene sowie zwei Kurse aus dem Bereich «Sport und Bewegung» statt. Und wer beim Lesen dieser Zeilen nun Lust bekommt, selbst auch mitzumachen, kann sich noch für diverse Kurse, welche im Herbst stattfinden werden, anmelden!

Das Jahresprogramm 2015 der Vereinigung ist umfangreicher als jemals zuvor. Erstmals in der 30-jährigen Geschichte der Vereinigung mussten wir daher zwei getrennte Exemplare – eines für die Events in der Deutschschweiz und eines für jene in der Romandie und im Tessin – drucken. Entsprechend bewegt startete das Jahr.

Den Auftakt machte das Seminar «Neuanfänge» in Olten. In diesem erläuterte Dr. Sibylle Tobler ein von ihr entwickeltes Konzept, das Wege zu einem selbstbestimmten Umgang mit Veränderungen aufzeigt. 17 Personen, teils erst kurz, teils schon jahrelang mit Parkinson konfrontiert, nahmen teil und erfuhren im gegenseitigen Austausch, wie sie mit den Veränderungen, die Parkinson in ihr Leben gebracht hat, kompetent umgehen können.

Auch das Fortsetzungsseminar am 18. April in Bern war gut besucht. Wieder bildeten die Gäste eine sehr heterogene Gruppe. Dabei zeigte sich, dass gerade die ganz unterschiedlich gelagerten Herausforderungen von Parkinson zu einem intensiven Austausch führen, der alle motiviert und von dem alle persönlich profitieren.

Am 7. Mai fand in Aarau das für Angehörige konzipierte Seminar «Klare Worte für schwierige Mitteilungen» statt. 15 Seminargäste erfuhren von Margret Surdmann, Psychologin und Erwachsenenbildnerin, wie sie ihre persönlichen Bedürfnisse offen formulieren können, wie sie das, was ihnen wichtig ist, äussern können, ohne andere zu verletzen – so, dass alle Beteiligten zu einem besseren Umgang mit der Krankheit gelangen können.

Ebenfalls 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen am Seminar «Pflegend begleiten» teil, welches am 14. April in Zürich stattfand. Elisabeth Ostler, dipl. Pflegefachfrau von Parkinson Schweiz, vermittelte einen Tag lang hilfreiche praktische Tricks sowie vertiefte Informationen, die helfen, die häusliche Pflege eines erkrankten Familienmitgliedes nachhaltig zu erleichtern und zu verbessern.

Sport und Bewegung tun immer gut

Die Mitglieder der Parkinson-Klettergruppen und die Paare, welche an den das ganze Jahr über regelmässig stattfindenden Tanzkursen teilnehmen, starteten schon kurz nach Jahresbeginn mit den gemeinsamen Aktivitäten. Mitte März dann fand im Tagungszentrum Boldern ein Tai-Chi-Wochenende für Betroffene statt. Dieses war sehr gut besucht – und findet im Oktober 2015 seine Fortsetzung.

Fast zeitgleich mit dem Tai-Chi-Kurs startete in Zürich das Seminar «Bewegung und Stimme». In diesem übten 10 Personen an vier Nachmittagen zwischen 11. März und 29. April unter Anleitung von Erika Hunziker, dipl. Logopädin, und Ursina Degen, dipl. Psychomotoriktherapeutin, wie sie Stimme und Bewegung so verknüpfen und trainieren können, dass sich Koordination, Gehen und Stehen, Gleichgewicht und Sprechvermögen gleichermassen verbessern. Insbesondere das Gruppenerlebnis, aber auch der generationenübergreifende Austausch mit den mitwirkenden Studentinnen der Logopädie und der Psychomotorik der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich sorgten für viel Spass und nachhaltigen Erfolg.

Kurse im Herbst: Jetzt anmelden!

Ab Mitte August finden weitere Seminare für Betroffene und Angehörige statt und auch im Bereich «Bewegung und Sport» gibt es noch weitere Kurse. Interessierte Mitglieder finden die Daten links oben auf S. 8. Weiterführende Informationen zu den Events finden Sie zudem auf der Homepage www.parkinson.ch in der Rubrik «Events» sowie in unserem Jahresprogramm (gratis erhältlich über die Geschäftsstelle). *jro*

Fotos: zVg, ks, rg