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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2017)

Heft: 127: Mobilität : digitale Hilfsmittel = Mobilité : moyens auxiliaires numériques = Mobilità : mezzi ausiliari digitali

Rubrik: Selbsthilfegruppen

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Rollentausch im Workshop

Am 18. Mai fand in Olten ein Seminar für SHG-Leitende statt. Ein Rollentausch schaffte Verständnis.

Angehörigengruppen und gemischte Selbsthilfegruppen haben verschiedene Erwartungen und Bedürfnisse. Das zeigte das Seminar für SHG-Leitende im Mai in Olten. Gleichzeitig wurde aber deutlich, dass sich Betroffene empathisch in die Welt der Angehörigen einfühlen können und dass Angehörige wissen, was sich Betroffene wünschen. Wichtig ist ein ehrlicher und liebevoller Austausch.

Oftmals haben es Paare nicht gelernt, in einer Art miteinander zu kommunizieren, in der sich beide Seiten wirklich sehen und fühlen. Im Seminar wurde dieses Verständnis auf spielerische Art gefördert. In einer Übung wechselten beide Gruppen ihre Rollen.

Es war für alle eine sehr lebendige, spannende und alltagsnahe Erfahrung. Unter anderem wurde deutlich, dass die Betroffenen manchmal Angst haben, überversorgt zu werden. Dies kann sie in ihrer persönlichen Entwicklung und Selbstständigkeit behindern. Als konkrete Anregung für eine ehrliche Kommunikationsmethode wurde das «Zwiegespräch» erprobt. Es ist ein vom Ehepaar Moeller entwickeltes Selbsthilfekonzept. Zwei Personen führen in zeitlichem Wechsel aufeinander bezogene Gespräche. Jeder berichtet, wie er sich selbst, den anderen und die gemeinsame Beziehung erlebt. Die Beziehung wird durch die Gespräche vertieft. Es ist eine Methode für den Konfliktfall, zudem geeignet für die Vorbeugung.

Die Betroffenen haben manchmal Angst, überversorgt zu werden.

Klaus Vogelsänger, Ruth Dignös

JUPP Säntis beim Baumflüstern

Am 20. Juni führte Rolf Zingg der Arbeitsstelle Praktische Biologie in Flawil die Selbsthilfegruppe JUPP Säntis durch den Rehwald. Dort erfuhren die rund 20 Teilnehmenden vieles über Bäume und Sträucher, über magische Wurzeln und lockende Duftstoffe. Gemäss dem Motto «im Wald haben die Bäume das Sagen» wurde den Interessierten das Baumflüstern nähergebracht. Mit verbundenen Augen und unter sorgfältiger Anleitung spürten sie den Kräften der Bäume nach. Anschliessend wurden Weissdorngelée, Holundersirup, Buchenblattlikör und Vogelbeerpastillen getestet und bewertet. Als «Bhaltis» gab es für alle ein Buchenklüpperli. Es soll die Gedanken bündeln (vgl. www.naturikon.ch).

Anita Sauter

SHG Bern zu Gast in Belp

Nebst den regulären Treffen macht die SHG Bern jeweils im Juni einen kleinen Ausflug. Diesmal lud Richard Röösli an seinen kunsthistorisch interessanten Wohnort Belp im Gürbetal ein. 26 Betroffene und einige Partnerinnen versammelten sich in der reformierten Kirche. Zwei Alphornbläser begrüssten sie mit starken, wohltuenden Klängen.

Pfarrer Michel Wuillemin gab einen kurzen Einblick in die Geschichte der Kirche romanischen Ursprungs. Im Gasthof Kreuz nebenan sangen die SHG-Mitglieder einige Volkslieder aus dem Liederheft. Nach dem Zvieri gab es nochmals Alphornklänge. Zum Schluss brachte der Clown Fulvio alle zum Lachen.

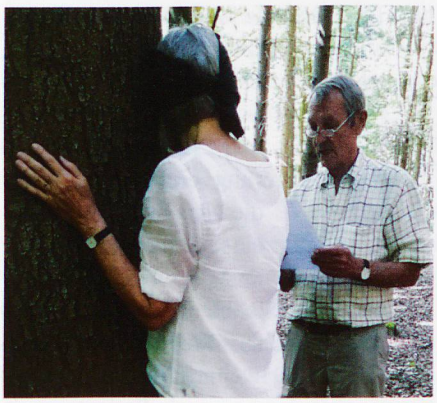
Katharina Schlegel

SHG Zürich meist im «Werdguet»

Die SHG Zürich trifft sich alle sechs Wochen im Restaurant Werdguet. Von den 21 Mitgliedern kommen zwischen 12 und 16. Dabei sind wir in der glücklichen Lage, keine Raummiete bezahlen zu müssen. Wir diskutieren über verschiedene Themen, zum Beispiel richtiges Essen, was tun in Notsituationen – etwa bei Steifheit und Gehschwierigkeiten, Wichtigkeit eines Notfallausweises, Umgang mit Veränderungen.

Zusätzliche Aktivitäten richten wir, ein Zweierteam, nach dem Befinden der Gruppe. Im letzten Jahr organisierten wir ein Frühlingsessen, eine Schifffahrt auf dem Zürichsee, einen sommerlichen Anlass mit einem Zauberer sowie ein Weihnachtsessen.

Ute Landolt



JUPP Säntis im Wald.

SHG Bern in der Kirche Belp.

Weiterbildungsanlass der SHG Zürich.

Fotos: zvg