Ferien und Seminare

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **- (2021)**

Heft 144: **Fühlen bei Parkinson = Nociception et Parkinson = Tatto e percezione del dolore**

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

Kulturreise ins Bündnerland

Covid-19-bedingt fanden die ursprünglich in Sizilien geplanten Ferien vom 30. Juli bis 5. August im Bündnerland statt.

Eindrückliche Begehung der Rofflaschlucht. *Foto: zvg Elisabeth Ostler*

Eine Enttäuschung? – Im Gegenteil: Elf Parkinsonbetroffene, einige von ihren Angehörigen begleitet, durften dank der stets kundigen und charmanten Führung von Hansruedi Sieber die vielen Kostbarkeiten des Kantons inklusive der Hauptstadt Chur (neu) entdecken.

Wir wohnten in einem ehemaligen Jugendstil-Kurhotel in Churwalden, von wo aus wir teils zu Fuss, teils per Bus die prächtige Umgebung bestaunen durften. Etwa die Führung in der romanischen Kirche in Lenz, die Käsedegustation in Parpan oder der Besuch einer Bündnerfleisch-Metzgerei in Churwalden. Eindrücklich waren auch die Besuche der Kirche in Zillis und des Kirchner Museums in Davos sowie die Begehung der Rofflaschlucht.

Die Mahlzeiten, bei denen alle zusammen an einem grossen Tisch sassen, haben wesentlich zur familiären Atmosphäre des Aufenthalts beigetragen. Die «Sternenköche», die abends für unser leibliches Wohl sorgten, waren das Tüpfelchen auf dem i. Besonders heiter ging es am Lotto-Abend zu, an dem für die Teilnehmenden hausgemachte Konfitüren zu gewinnen waren.

Der Autor dankt an dieser Stelle der Parkinson-Nurse Elisabeth Ostler für ihre stets fürsorgende Aufmerksamkeit zum Wohle der von Parkinson betroffenen Gäste.

Dr. med. Claude Vaney

Aktiv-Ferien im Tessin

Parkinson Schweiz bietet Ferien für leicht Betroffene auf Mallorca an. In den beiden Pandemiejahren fanden diese im Tessin statt.

Aquafit im Pool statt im Meer. *Foto: zvg Susanne Brühlmann*

Die Gruppe mit 15 Teilnehmenden und zwei Begleiterinnen haben es mit dem Wetter und dem Hotel in Losone gut getroffen und wurden verwöhnt. Fest im Programm standen das morgendliche Walken sowie zweimal eine Stunde Parkinson-spezifisches Turnen im wunderbaren Garten des Hotels. An den Abenden gab es Gesellschaftsspiele oder Tanz (Line Dance und Standard).

Tagsüber wurden Aktivitäten angeboten, etwa Ausflüge auf die Brissago-Insel oder zur Wallfahrtskirche Madonna del Sasso, eine Partie Boccia oder Aquafit. Jedes einzelne Gruppenmitglied trug zum Gelingen dieser Ferienwoche bei. So waren z. B. die Vorschläge zum Line Dance oder zum Teilen der Witzsammlung willkommen, ebenso der Parkinson-spezifische Austausch in der Runde. Im Oktober reiste eine zweite Gruppe nach Losone.

Susanne Brühlmann

Ferien in Dussnang

Die Parkinsonferienwoche in Dussnang hat vom 22. bis 28. August stattgefunden. Bericht eines Feriengastes.

Seit 10 Jahren bin ich mittelschwer an Parkinson erkrankt, Tag und Nacht betreut durch meine Frau. Wie schenkt man einer pflegenden Angehörigen freie Tage? Eine Gelegenheit dazu entdeckte ich im Magazin *Parkinson,* wo über die von der Rehaklinik Zihlschlacht in Zusammenarbeit mit Parkinson Schweiz angebotenen pflegebegleiteten Parkinsonferien berichtet wurde.

Die Ferienwoche wurde im Tannzapfenland in der Rehaklinik Dussnang durchgeführt. Am Sonntagnachmittag wurden wir neun Feriengäste von Gabriela Oertig, Kulturverantwortliche der Rehaklinik Zihlschlacht, willkommen geheissen. Das Wochenprogramm war vielseitig. Neben einem Kreativatelier, Bewegungsübungen und Massage konnten wir beim Kneipp-Weg die Wirkung des kalten Armbades und des Barfusslaufens erproben. Bei einem Ausflug zur Kartause Ittingen wurden uns die Heilkräfte von Pflanzen vorgestellt. Zudem besuchten wir das Kloster Fischingen und den Orchideengarten in Sirnach.

Die Woche bot uns Gelegenheit, unsere Erfahrungen mit der Parkinsonkrankheit auszutauschen, und dies täglich in einer anderen Sitzordnung. So konnten wir uns alle gut kennenlernen. *Paul Wettstein*

Die Feriengäste mit dem Parkinson-Betreuungsteam der Rehaklinik Zihlschlacht: Barbara Keller, Manuela Neuenschwander und Gabriela Oertig.
Foto: zvg Rehaklinik Zihlschlacht

Inseln erkennen

Das Seminar für Angehörige «Inseln erkennen» hat am 19. August im Wald nahe Bern stattgefunden.

Seminar im Bremgartenwald. *Foto: zvg Kilian Hefti*

Da viele Angehörige das Bedürfnis haben, «mal rauszukommen», hat Parkinson Schweiz dieses Seminar im Freien bereits zum zweiten Mal angeboten. Die Seminarteilnehmenden genossen einen gemeinsamen Nachmittag im Bremgartenwald. Im Fokus des Seminars stehen die eigenen Kraftquellen und wie man sie entdeckt – wir nennen es «Inseln erkennen».

Woher nehmen Angehörige die Kraft, den herausfordernden Alltag zu bewältigen? Und wie können sie sich genügend Freiraum schaffen, diese Inseln der Kraft auch zu besuchen? – Neben diesen Fragen gab es auch Zeit, um sich untereinander auszutauschen. Im Freien fällt es manchen einfacher, sich zu öffnen und über die Parkinson-bedingten Sorgen zu reden.

Dieses Seminar für Angehörige wird im nächsten Jahr erneut angeboten. Es wird wieder Gespräche draussen am Feuer geben. *Kilian Hefti*