

# Selbsthilfegruppen

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2016)**

Heft 123: **Mobilität - mit Parkinson im öffentlichen Verkehr = Mobilité - Parkinson et transports publics = Mobilità - Parkinson e trasporti pubblici**

PDF erstellt am: **13.09.2024**

## **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.

# Nach zwei Jahren bereit für eine SHG

Zwei Vorstandsmitglieder von Parkinson Schweiz, die zugleich SHG-Gruppen leiten, vereinen verschiedene Optiken: der Parkinsonbetroffene Daniel Hofstetter und die Angehörige Jacqueline Emery.



Jacqueline Emery  
Fotos: zvg



Daniel Hofstetter

Seit bald zehn Jahren ist Jacqueline Emery ehrenamtliche Leiterin der Selbsthilfegruppe «la Riviera» im Kanton Waadt. Sie, die als Angehörigenvertreterin im Vorstand von Parkinson Schweiz sitzt, engagiert sich gerne für die Vorbereitung und Durchführung der alle zwei Monate

stattfindenden Treffen ihrer Gruppe. Da Freiwilligenengagement heute nicht mehr selbstverständlich ist, weiss sie: «Die Nachfolge für die Gruppenleitung werde ich frühzeitig planen müssen.» Dafür könne das soziale Netz genutzt werden, auch dasjenige der anderen Gruppenmitglieder.

Dass eine Nachfolge hauptsächlich über persönliche Kontakte zu finden ist, bestätigt der im Engadin wohnhafte Daniel Hofstetter. Auch er ist Vorstandsmitglied von Parkinson Schweiz, jedoch als Betroffenenvertreter. Der 67-Jährige, der die Parkinsondiagnose vor 20 Jahren erhalten hat, leitet die Bündner SHG-Gruppe seit 15 Jahren.

«Betroffene brauchen etwa zwei Jahre, bis sie bereit sind, in eine SHG einzutreten», sagt Daniel Hofstetter. Jacqueline Emery hat dieselbe Beobachtung gemacht und fügt an, dass es häufig die Angehörigen seien, die eine Selbsthilfegruppe kontaktierten. Dem vereinzelt vorgebrachten Argument, in einer SHG rede man nur über die Krankheit, begegnen die beiden mit dem menschlichen Bedürfnis nach sozialen Kontakten. Beide schätzen den positiven Einfluss des Austausches in der Gruppe auf deren Mitglieder. Jacqueline Emery sagt: «Es ist schön zu sehen, wie die Leute beim Verlassen der Treffen jeweils zufrieden und bestärkt wirken.»

Eva Robmann

## Stimmen aus den Selbsthilfegruppen

### SHG Jupp Säntis

Am 8. April 2006 fand auf dem Gipfel des Säntis die Gründungsfeier der SHG Jupp Säntis statt. 10 Jahre später, am Samstag, 9. April 2016, lud die Gruppe zur Jubiläumsfeier auf die Schwägälp ein. 65 Gäste kamen, nicht nur Mitglieder und Angehörige, sondern auch der Vorstand des Vereins «Freunde Jupp Säntis». Bruno Vattioni, Geschäftsführer der Säntis Schwebbahn und Sponsor «der ersten Stunde», begrüsst die Anwesenden. Nach dem Nachtessen erzählte Sepp Heeb, wie es vor 10 Jahren zur Gründung der SHG Jupp Säntis kam. Als Jungbetroffener fand er damals kein entsprechendes Angebot. Parkinson Schweiz unterstützte ihn bei der Gründung der Gruppe und vermittelte andere Jungbetroffene. Da alle Gründungsmitglieder von ihrem Wohnort aus den Säntis sahen, wurde der Berg zum Namensgeber der SHG.

Beatrice Yong

### SHG Wallisellen

Jeden ersten Mittwoch des Monats trifft sich die Selbsthilfegruppe Wallisellen. Die Mitglieder bringen sich mit ihren

eigenen Erfahrungen aktiv ein und tauschen Informationen aus. Zu einem wichtigen Bestandteil des Jahresprogrammes, das innerhalb der Gruppe erstellt wird, gehören auch Fachinformationen zu verschiedenen Themen, kürzlich etwa die Verkehrssicherheit für Fussgänger. Wissensvermittlung, ergänzt mit eigenen Erfahrungen der Teilnehmenden, wird als unterstützend erlebt und hilft den Betroffenen, den Alltag besser zu meistern. Aber auch der gesellige Teil darf an den Treffen nicht zu kurz kommen. Gründe zum Feiern gibt es immer und die mitgebrachten feinen Kuchen finden Anklang.

Immer im Juli unternimmt die Gruppe eine Reise. Diese führte bei wunderbarem Sommerwetter von Wallisellen übers Säuliamt nach Zug. Während einer Schiffsrundfahrt auf dem Zugersee wurde ein Mittagessen serviert, dabei durfte ein Stück Zuger Kirschtorte natürlich nicht fehlen.

Karin Zindel

### SHG Rapperswil-Jona

Schon seit 15 Jahren trifft sich die Selbsthilfegruppe Rapperswil-Jona regelmässig.

Der Gedankenaustausch und die Verbundenheit miteinander helfen, mit Parkinson besser leben zu können. Freude machen die Lottospiele, die durch Kaffee und Kuchen «versüsst» werden. Für die langjährige Leitung dieser Treffen danken wir Anni Hunziker. Das Jubiläum durften wir bei einem Mittagessen im Glarnerland feiern.

Elisabeth Indermaur

### Interesse an einer SHG?

Wollen Sie in einer Selbsthilfegruppe mitwirken? Dann kontaktieren Sie uns – wir unterstützen Sie gerne dabei.

Parkinson Schweiz,  
Gewerbstrasse 12a, 8132 Egg,  
Tel. 043 277 20 77,  
ruth.dignoes@parkinson.ch

Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe? Die Adressen der Leitungsteams aller Selbsthilfegruppen finden Sie hinten in diesem Magazin.