

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2014)

**Heft:** 114: Fokussierter Ultraschall - was ist dran? = Ultrasons focalisés : quésaco? = Ultrasuoni focalizzati - cosa c'è di vero?

**Rubrik:** Hilfe zur Selbsthilfe

### **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:** 08.02.2026

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



## GEMEINSAM AKTIV BLEIBEN

# Neues aus den Selbsthilfegruppen

### Neue SHG «Sense West» für Pétanque-Enthusiasten sucht noch Mitglieder

Bewegung ist und bleibt ein wichtiger Bestandteil im Alltag mit Parkinson. Daher ist es gut, auch weiterhin aktiv Sport zu treiben, um Bewegungsabläufe zu üben und die körperlichen Fähigkeiten zu fördern und zu erhalten. Eine Möglichkeit, die auch für von Parkinson betroffene Personen sehr gut geeignet ist, ist das vielfältige Spiel Pétanque. Dabei handelt es sich um eine Freizeit- und Wettkampfsportart, die ursprünglich aus Südfrankreich, aus der Provence, stammt und heute weltweit verbreitet ist. Pétanque ist verwandt mit dem Strandspiel Boule, oft auch als Boccia bezeichnet, und kann praktisch überall gespielt werden, vorzugsweise auf ebenem, festem Untergrund aus festgestampftem Lehm oder Sand-Feinkiesel-Gemisch.

Pétanque wird mit 650 bis 800 Gramm schweren Metallkugeln mit einem Durchmesser von 70,5 mm bis 80 mm gespielt. Die Kugeln tragen unterschiedliche, in einem Satz aber gleichartige Riffelungen. Überdies braucht man zum Pétanque noch eine kleine Holzkugel als Ziel, das sogenannte Cochonnet oder «Schweinchen». Wir haben innerhalb des Pétanque-Clubs «Sense West» eine Spielgruppe speziell für Parkinsonbetroffene und deren Angehörige gegründet – denn zusammen macht es noch mehr Spass. Aktuell sind wir fünf Spieler, auch ein Arzt aus dem Club macht mit. Zusätzlich als Berater gewinnen konnten wir Sönke Backens, der im Saarland Medizin studierte und nun in Freiburg D wohnt, wo er mit «Instructional Design» (Bildungsplanung) ein zweites Studium absolvierte. Seit sechs Jahren spielt er in der deutschen Boule-Nationalmannschaft – seine Boule-Kurse sind entsprechend ein wahres Erlebnis! Unsere Gruppe möchte nun weiter wachsen. Neue Spieler sind uns jederzeit willkommen, die Kugeln werden zur Verfügung gestellt. Interessierte Betroffene und Angehörige aus dem Raum Bern und Deutschfreiburg melden sich bitte bei Pius



Caduff, wahlweise per E-Mail an [Caduffpius@gmail.com](mailto:Caduffpius@gmail.com) oder unter einer der Telefonnummern 026 496 36 28 oder 079 960 80 45.

*Pius Caduff*

### SHG-Jubiläen im Jahr 2014

Auch dieses Jahr feiern wieder mehrere Selbsthilfegruppen Geburtstag. So bestehen die gemischte Gruppe in Bellinzona sowie die Angehörigen-Gruppe in Thun seit jeweils zehn Jahren. Die gemischte Gruppe SHG Kreuzlingen und die Angehörigengruppe Pully sind seit 15 Jahren aktiv und die Gruppe Arc Jurassien/Sonceboz wurde vor 20 Jahren gegründet. Die drei Gruppen von Schaffhausen, Solothurn und Chur feiern 2014 das 25-Jahre-Jubiläum und die Gruppen von Winterthur und Zürich bestehen sogar seit bereits 30 Jahren. Das gesamte Team und der Vorstand von Parkinson Schweiz gratulieren allen Jubiläums-Gruppen und danken den Leitungsteams sowie den aktiven Mitgliedern herzlich für ihr Engagement zugunsten der von Parkinson betroffenen Mitmenschen. Die Vereinigung wünscht allen Gruppen weiterhin viel Erfolg in der Gemeinsamkeit sowie inspirierende Gruppentreffen. *Ruth Dignös*

### Neue SHG Aarberg BE gegründet

Hurra – sie steht, unsere neue Parkinson-Selbsthilfegruppe Aarberg BE! Wir wollen innerhalb unserer neu gegründeten Gruppe für Patienten und Angehörige Kontakte knüpfen, unsere Erfahrungen austauschen sowie natürlich die Geselligkeit und interessante Begegnungen pflegen – denn dies alles ist, das zeigt die Erfahrung, etwas vom Wichtigsten für Parkinsonbetroffene und Angehörige. Sind Sie interessiert, bei uns mitzuwirken? Dann setzen Sie sich einfach mit uns in Verbindung. Denn wir freuen uns darauf, noch zusätzliche Gruppenmitglieder in unserer Runde begrüßen zu dürfen. Bei Fragen zur Gruppe, zu den Terminen der Treffen und den Gruppenaktivitäten gibt Hans Schwab, Leiter der Selbsthilfegruppe Aarberg BE gerne nähere Auskunft. Sie erreichen ihn unter Tel. 032 392 20 89.

*Hans Schwab*

### SELBSTHILFEGRUPPE GESUCHT?

Die Adressen der Leitungsteams aller Selbsthilfegruppen finden Sie auf den Seiten 46 und 47!