

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (2019)
Heft:	133: Umfeld : Wert der Selbsthilfegruppen = Entourage : la valeur des groupes d'entraide = Entourage : il valore dei gruppi di auto-aiuto
Rubrik:	Tipps für den Alltag

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: 10.01.2026

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

Der Rotkreuz-Notruf «Casa»

Wer zu Hause manchmal alleine ist und sich vor Stürzen fürchtet, kann den Rotkreuz-Notruf «Casa» nutzen. Der Notrufknopf wird wie eine Uhr am Handgelenk getragen. In einer Notlage kann per Knopfdruck die Zentrale des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) alarmiert und über die Freisprechanlage Hilfe angefordert werden. Die Zentrale ist täglich rund um die Uhr von geschultem Personal besetzt.

Diese Dienstleistung kann an vielen Poststellen in der ganzen Schweiz und im Internet bestellt werden. Das Angebot wird vom Konsumentenmagazin Saldo empfohlen.



Preis: Einmalige Kosten für Installation und Beratung CHF 120.–, Monatsmiete CHF 55.–

Übungen für jeden Tag



Die Beratungsstelle für Unfallverhütung bietet zusammen mit der Pro Senectute, der Gesundheitsförderung Schweiz und weiteren Partnern im Internet drei Übungsprogramme zur Sturzprävention an. «Ihre Übungen für jeden Tag» dienen zum Training von Gleichgewicht und Kraft.

Übungen: www.sichergehen.ch/plus
(als PDF herunterladen)

Kunst-Quartett

Im Handel sind Kunst- und Architektur-Quartette von Quartelligence erhältlich (nur deutsch), von deren Erlös ein Teil Parkinson Schweiz zugutekommt. Entstanden sind die Quartette, als eine Mutter ihrem Sohn bei der Schulaufgabe half, Bilder den Künstlern und den Zeitepochen zuzuordnen. Die Mutter kopierte die Werke auf Karten und fügte Wissenswertes bei. Und schon war die Idee für ein Quartettspiel entstanden.

Mehr Info auf www.quartelligence.com. Erhältlich bei Orell Füssli. Preis pro Quartett: CHF 12.90



BUCHTIPP

Lust auf Leben – trotz Parkinson

Nachtrag nach Rom
Weg zum Glück
Morbus Parkinson

Mit einer Checkliste im Sinne der integrativen Medizin



Dr. med. Johann Ebner

Paracelsus Buchhandlung & Verlag

Dr. med. Johann Ebner

Lust auf Leben – trotz Parkinson

Mit einer Checkliste im Sinne der integrativen Medizin

Der Autor Dr. med. Johann Ebner ist Mediziner und selber seit 2002 an Morbus Parkinson erkrankt. Dieses Buch ist der Versuch, am Beispiel eigener Betroffenheit eine allgemeine Hilfestellung zur Bewältigung der Diagnose Morbus Parkinson und anderer Erkrankungen zu geben. Schlüssel dazu sind die Glücksgeheimnisse, die helfen, das Negativdenken zu überwinden.

Ganzheitliches medizinisches Denken fahndet nach schädigenden Umwelteinflüssen und hinterfragt Symptome. Eine Checkliste gibt Hilfestellung und verschafft einen Überblick über die Möglichkeiten von Schul- und alternativer Medizin im Sinne einer integrativen Behandlung.

Gleichzeitig ist das Buch ein praktischer Reiseführer Roms und eine Liebeserklärung an die Stadt.

Paracelsus Buchhandlung & Verlag Salzburg, 2015
kartonierter Einband, 197 Seiten
CHF 28.90
ISBN 978-3-902776-20-4