

<b>Zeitschrift:</b>	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
<b>Herausgeber:</b>	Parkinson Schweiz
<b>Band:</b>	- (2019)
<b>Heft:</b>	134: Umfeld : interdisziplinäre Unterstützung = Entourage : soutien interdisciplinaire = Entourage : sostegno interdisciplinare
<b>Rubrik:</b>	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:** 05.01.2026

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

# Regionales Treffen

Am 11. April fand die 17. Regionaltagung der SHG-Leitenden in Zürich statt.



Die SHG-Leitenden tauschten sich aus.  
Foto: zvg Ruth Dignös

16 Leitende trafen sich zum Erfahrungsaustausch und unterhielten sich zum Thema «Selbsthilfe in Gruppen». Die Aufgaben und die Verantwortung, welche die

Leitenden in den Gruppen übernehmen, sind umfangreich und vielseitig, und sie sind eine Stütze für viele Betroffene und Angehörige.

Wichtige Themen an diesem Treffen waren die Gestaltung der Zusammenkünfte sowie die Möglichkeiten und Grenzen für die Leitenden bei der Planung von Aktivitäten. Sie möchten die Treffen möglichst abwechslungsreich gestalten, was sie vor grosse Herausforderungen stellt. Denn in der Regel sind die Mitglieder einer SHG von der Krankheit unterschiedlich gekennzeichnet. Auch geeignete Referenten für die Treffen zu finden, erweist sich als äusserst schwierig und aufwendig. Daraus lässt sich ableiten: Für

eine nachhaltige Motivation aller Mitglieder müssen die Gruppenaktivitäten sorgsam auf die Bedürfnisse und vor allem auf die individuellen Möglichkeiten der Mitglieder abgestimmt werden. Das heisst auch, ein zu strenges internes Regelwerk und zu hoch gesteckte Ziele blockieren die Gruppe.

Die Gestaltung der SHG-Treffen soll sich den über die Jahre eintretenden Veränderungen der Gruppenstruktur anpassen und Anzahl, Alter sowie Gesundheitszustand der Mitglieder berücksichtigen. Für das Funktionieren einer SHG sind neben der Leitung auch alle Gruppenmitglieder gleichermaßen mitverantwortlich.

Ruth Dignös

## SHG-Jubiläen im 2019

Selbsthilfegruppen sind der Schlüssel zu vielen Fragen und Anliegen, geben Aufschluss über die Krankheit und helfen in schwierigen und anspruchsvollen Phasen, mit der Krankheit einen anderen Umgang zu finden. Selbsthilfe wirkt. Selbsthilfegruppen sind eine wichtige

Ergänzung zu Therapien und fachlicher Unterstützung. Sie ermutigen die Mitglieder und bieten ihnen Halt in schwierigen Zeiten. Gemeinschaft stärkt und gibt den Einzelnen ein neues Lebensgefühl zurück.

### Wir gratulieren

**10 Jahre:** SHG Angehörige Luzern  
SHG Angehörige Bern

**20 Jahre:** SHG Kreuzlingen  
SHG Angehörige Pully

**30 Jahre:** SHG Chur  
SHG Schaffhausen  
SHG Solothurn

Parkinson Schweiz wünscht allen Selbsthilfegruppen erbauende Zusammenkünfte, aufklärende und unterstützende

Gespräche und immer wieder Momente der Ausgelassenheit – trotz herausfordernder Momente mit der Krankheit.

Ruth Dignös

## SHG Chur

Die SHG Chur wurde vor 30 Jahren vom Neurologen Dr. Roland Markoff mit 45 Mitgliedern gegründet. Seit Mitte März wird die Gruppe – nach längerer Suche – von Theresia Weber geleitet, was die Mitglieder ausserordentlich freut und ein weiteres Bestehen sichert.

Ruth Dignös



Aufnahme vor 10 Jahren: Quinto Zanolli, Roland Markoff, Marianne Markoff (von links). Foto: Ruth Dignös

## SHG-Bericht erwünscht

### Erzählen Sie von Ihrer SHG!

Schicken Sie uns Ihren Bericht (maximal 800 Zeichen) und ein Bild (mindestens 1 MB) an:  
[presse@parkinson.ch](mailto:presse@parkinson.ch)