

<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>	- (2021)
<b>Heft:</b>	142: Gleichgewicht und Hörvermögen bei Parkinson = L'équilibre et l'ouïe dans la maladie de Parkinson = Equilibrio e udito nel Parkinson
<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:** 11.01.2026

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

# Neue Selbsthilfegruppe «Bezirk Affoltern am Albis»

Nach ihrer Parkinsondiagnose 2019 war Rita Ackermann erstaunt, dass es im Knonauer Amt keine Selbsthilfegruppe für Parkinsonbetroffene gab. Da wurde sie selber aktiv.

«Die Diagnose hat mich schon runtergezogen», sagte die ehemalige Unternehmerin und Ottenbacher Gemeinderätin gegenüber dem lokalen Anzeiger. «Aber seit ich sie akzeptiert habe, geht es besser.» Bald fand sie Gleichbetroffene. Und nach einiger Überzeugungsarbeit konnte am 27. Mai die Gründungsversammlung stattfinden. «Der Austausch mit anderen ist wichtig. Man kann sich gegenseitig motivieren.»

Alle zwei Monate soll ein rund zweistündiges Treffen stattfinden, an dem auch gelacht werden darf. Natürlich mit

den entsprechenden Schutzmassnahmen bezüglich Corona-Situation. Ab und zu soll auch ein Expertenreferat Inputs geben. Treffpunkt ist der Schulungsraum des Pflegezentrums Sonnenberg in Affoltern.

Rita Ackermann übt ihre Fingerfertigkeit am Schwyzerörgeli und hat kürzlich das Aquarellieren entdeckt. Sie freut sich, an den Treffen neue Mitglieder willkommen zu heissen. «Interessierte können nach einem Anruf einfach reinschauen, ganz ohne Verpflichtung», sagt die Gruppenleiterin.

Ruth Dignös



Rita Ackermann hat eine Selbsthilfegruppe gegründet. Foto: zvg Rita Ackermann

## Informationen:

Rita Ackermann, 079 691 74 53  
ritaackermann@bluewin.ch

## SHG-Bericht erwünscht



### Erzählen Sie von Ihrer SHG!

Schicken Sie uns Ihren Bericht an:  
[presse@parkinson.ch](mailto:presse@parkinson.ch)

(maximal 800 Zeichen) und ein Bild (mindestens 1 MB)

**Adressen**  
der Selbsthilfegruppen  
siehe S. 50-51

## SHG Rechter Zürichsee

Die beiden Leiterinnen Daniela Notarfrancesco und Elisabeth Godelmann überraschen ihre Gruppenmitglieder immer wieder mit kreativen Ideen. Zu Ostern wurden sie mit dem Buch *Janosch* beschenkt. So bleiben sie mit ihren Mitgliedern in Kontakt und geben ihnen zu verstehen: «Wir haben euch nicht vergessen, bleibt geduldig, wir werden uns bald wiedersehen».

Ruth Dignös



Foto: zvg SHG Rechter Zürichsee

## Informationen und Kontakt:

Daniela Notarfrancesco, 044 921 18 37  
Elisabeth Godelmann, 044 926 49 33

## SHG Kreuzlingen

Die Selbsthilfegruppe Kreuzlingen für Betroffene und Angehörige hat ein neues Leitungsteam und freut sich über weitere Mitglieder. Die Treffen starten jeweils mit gemeinsamen Bewegungsübungen, angeleitet durch eine Qi-Gong-Leiterin. Anschliessend gibt es einen gemütlichen Austausch bei Kaffee und Kuchen. Interessierte sind jederzeit willkommen.

Monika Helfenstein

## Informationen und Kontakt:

Monika Helfenstein, 071 688 27 86

## Angehörige Zürich Neu

Im April wurde dank der Initiative von Esther Röthlisberger eine neue Angehörigengruppe in Zürich gegründet. Das nächste Treffen findet im Juli statt. Die Gruppe freut sich über weitere Mitglieder. Interessierte können sich unverbindlich für einen Besuch in der Gruppe melden.

Ruth Dignös

## Informationen und Kontakt:

Romy Schwegler, 044 814 32 84