

**Zeitschrift:** Journal : das Magazin von Parkinson Schweiz  
**Herausgeber:** Parkinson Schweiz  
**Band:** - (2022)  
**Heft:** 4: Die Spezialistin für Alltagsfragen  
  
**Rubrik:** Interna

#### 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:** 04.02.2026

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

# Freiwillig Gutes tun

Zum Tag der Freiwilligen, am 5. Dezember, erzählen Ruth Dignös, Leiterin Bereich Selbsthilfegruppen, sowie Bea und Dieter Weber-Simonet, Leitende SHG Rheinfelden-Fricktal, was Freiwilligenarbeit für sie bedeutet.



**Ruth Dignös**  
Leiterin Bereich  
Selbsthilfegruppen



**Bea**  
**Weber-Simonet**  
Leitende SHG  
Rheinfelden-Fricktal



**Dieter**  
**Weber-Simonet**  
Leitender SHG  
Rheinfelden-Fricktal

## Welche Bedeutung hat freiwilliges Engagement, gerade für Parkinson Schweiz?

**Ruth Dignös:** Freiwilliges Engagement ist ein zentraler Bestandteil einer Gesellschaft. Auch bei Parkinson Schweiz stellt die Freiwilligenarbeit für die landesweit rund 80 Selbsthilfegruppen einen wichtigen und unverzichtbaren Pfeiler dar.

## Und weshalb ist freiwilliges Engagement in den SHG wichtig?

**Ruth Dignös:** Das Engagement in der Gruppe verbindet Menschen untereinander und schafft neue Kontakte mit Gleichgesinnten. Betroffene sind füreinander da und erfahren Wesentliches zu Parkinson, denn die Gruppen sind Börsen des Wissens, was die Krankheit und den Umgang mit ihr betrifft. Sich freiwillig zu engagieren, wirkt gegen Einsamkeitsgefühle und stärkt das Selbstvertrauen.

## Was ist die grösste Herausforderung?

**Ruth Dignös:** Das Interesse an Freiwilligenarbeit geht zurück. Das erschwert die Suche nach Personen, die sich in den Selbsthilfegruppen engagieren wollen. Ehrenamtliches Engagement heißt, Zeit zu schenken, Freude am Organisieren und Kommunizieren zu haben und gerne mit Menschen zusammen zu sein. Das liegt nicht jeder und jedem, bereitet jedoch den meisten nach einer gewissen Anlaufzeit, die von uns unterstützt wird, sehr viel Freude und Erfüllung.

## Welche Aufgaben umfasst Ihr Engagement in der SHG?

**Bea und Dieter Weber-Simonet:** Wir koordinieren und organisieren die Treffen und bereiten die Inhalte vor. Wir erstellen Informationsblätter und machen auf Vorträge sowie aktivierende und medizinische Angebote aufmerksam. Und nicht zuletzt führen wir die Korrespondenz mit Mitgliedern und Interessierten.

## Was bringt Ihnen dieses Engagement persönlich?

**Bea und Dieter Weber-Simonet:** Als persönlich betroffene Angehörige wissen wir um die verschiedenen Hürden, die Betroffene wie Angehörige auf ihrem Weg zu meistern haben. Zu erleben, wie viel Kraft die Mitglieder aus dem Wissen schöpfen, mit ihren schwierigen Themen nicht allein zu sein und diese in der Gruppe auch ansprechen zu können, ist eine grosse Bereicherung, auch für uns als Leitungsteam. Zeit ist ein wertvolles Gut. Wir sind der Überzeugung, wenn alle ein wenig davon mit ihren Mitmenschen teilen, macht dies die Welt ein wenig sonniger, gerade in diesen hektischen und turbulenten Zeiten.

