



Informationen für Gönner

4.10.2009

Parkinson – Was ist das?

Die Parkinson-Krankheit bzw. Morbus Parkinson ist eine unheilbare, langsam fortschreitende neurologische Erkrankung. Es ist eine degenerative Erkrankung, bei der die motorischen Fähigkeiten der Muskulatur je länger je stärker eingeschränkt, bzw. verhindert werden. Dabei wird es immer schwieriger, gewollte Abläufe und Bewegungskoordinationen in die Tat umzusetzen.

Die vier Hauptsymptome sind Rigor (Muskelstarre), Tremor (Muskelzittern) und Bradykinese (verlangsamte Bewegungen), welche bis hin zu Akinese (Bewegungslosigkeit) führen können, sowie posturale Instabilität (Haltungsinstabilität). Ausgelöst wird Parkinson durch das Absterben von Zellen im Mittelhirn, die den Botenstoff Dopamin herstellen.

Ziel unserer Selbsthilfegruppe (SHG)

Ziel unserer Selbsthilfegruppe „JUPP Aktiv Zürich“ (JUPP: Junge Parkinson Patienten) ist es, mit regelmässigen, gemeinsamen Aktivitäten unsere Lebensqualität zu erhalten oder vielleicht sogar etwas zu verbessern. Wir unterstützen und motivieren uns dabei gegenseitig. Den Wissens- und Erfahrungsaustausch fördern wir sowohl unter uns, als auch mit eingeladenen Fachspezialisten, wie z.B. Therapeuten oder Sport-Instruktoren. Wir wollen möglichst lange selbständig und aktiv bleiben.

Organisation und Finanzen

Unsere SHG wurde im Januar 2009 offiziell ins Leben gerufen. Bei uns sind sowohl die Betroffenen, als auch die Angehörigen/Partner Mitglieder unserer SHG. Organisatorisch gehören wir zur Vereinigung Parkinson Schweiz, sind aber keine eigenständige Rechtspersonlichkeit.

Wir haben ein eigenes Post-Konto über das wir Buch führen. Per Ende Jahr leiten wir das der Parkinson Schweiz weiter. Sie unterstützt uns mit einer jährlichen Grundvergütung von CHF 300.-, sowie zusätzlichen CHF 25.- pro Mitglied.

Innovativ

Unsere SHG setzt sich vorwiegend aus sehr jungen Betroffenen zusammen, die das Pensionsalter noch nicht erreicht haben und/oder schulpflichtige Kinder haben. Dies wollen wir so auch beibehalten.

Wir sind zurzeit die einzige JUPP-Gruppe im Grossraum des Kantons Zürich mit einem solchen jungen Altersdurchschnitt.

Unser junges Alter stellt uns vor zusätzlichen Herausforderungen: Da wir über Jahrzehnte mit der immer weiter fortschreitenden Krankheit leben müssen, ist es uns ein Anliegen, umfassend informiert zu sein. Es ist uns wichtig, alle Möglichkeiten auszuschöpfen, um selbständig und aktiv zu bleiben.

Die meisten unserer Betroffenen Mitglieder mussten bereits ihr Arbeitspensum reduzieren. Sei es aufgrund der Symptome oder der Nebenwirkungen der Medikamente. Die Kraft, Koordination, Konzentration und Energie reicht bei Vielen nicht mehr aus, um ein 100%-iges Arbeitspensum zu bewältigen.

In unserer SHG reden wir darüber und arbeiten daran.

Aktivitäten

Wir wollen geistig und körperlich fit bleiben, um den verschiedenen Symptomen unsere Krankheit entgegen zu wirken. Um mehr über die Theorie und Praxis zu erfahren, laden wir z.B. Fachpersonen aus folgenden Bereichen ein:

- Für die Fitness und die Beweglichkeit führen wir Kurse mit Nordic Walking Instruktoren durch. Aber auch Treffen mit Ergo-, Physio- und Atemtherapeuten können uns viele Ansätze, Übungen und Ideen geben.
- Mit Fachreferaten von Neurologen bleiben wir auf dem aktuellen Stand, was die Behandlung und Forschung anbelangt.
- Mitarbeiter der Invalidenversicherung, Pensionskassen und Taggeldversicherungen helfen uns, Fragen rund um unsere finanzielle Absicherung zu klären.
- Für Betroffene im fortgeschrittenen Stadium sind Informationen von Sozialdienst-Mitarbeitern und Pflege-Institutionen von grossem Nutzen.

Wie Sie uns unterstützen können

Sind Sie interessiert, uns auf unserem steinigen Weg finanziell zu unterstützen?

Auf unserer Homepage finden Sie dazu weitere Angaben. Natürlich können Sie von uns auch vorgedruckte Einzahlungsscheine bekommen.

Wir veröffentlichen unsere Gönner gerne auf unserer eigenen Homepage: <http://www.juppzh.ch> Sie dürfen aber auch anonym bleiben.

Für Beiträge ab CHF 100.- stellen wir Ende Jahr eine Spendebescheinigung aus. Dazu erhalten Sie von uns einen Jahresrückblick, damit Sie sehen, wo Ihre Beiträge gelandet sind und was Sie uns damit ermöglicht haben.