

Parkinson therapiert man konventionell mit Medikamenten. Doch Patienten suchen ebenso nach alternativen Heilverfahren – um den Verlauf der Erkrankung, die Symptome und das subjektive Wohlbefinden positiv zu beeinflussen. Dafür ist entsprechende Eigeninitiative gefragt. Hildegard Schröder berichtet von jemandem aus der Selbsthilfegruppe, der Lieder dichtet. Auch das Malen kann eine ergänzende Therapieform sein. Hildegard Schröder will in ihrer Gruppe Mut machen, aktiv zu werden und zu bleiben – trotz Krankheit. Sie formuliert das so: „Der liebe Gott hat jedem von uns besondere Gaben gegeben. Die muss man finden. Man darf nicht nur abwarten.“

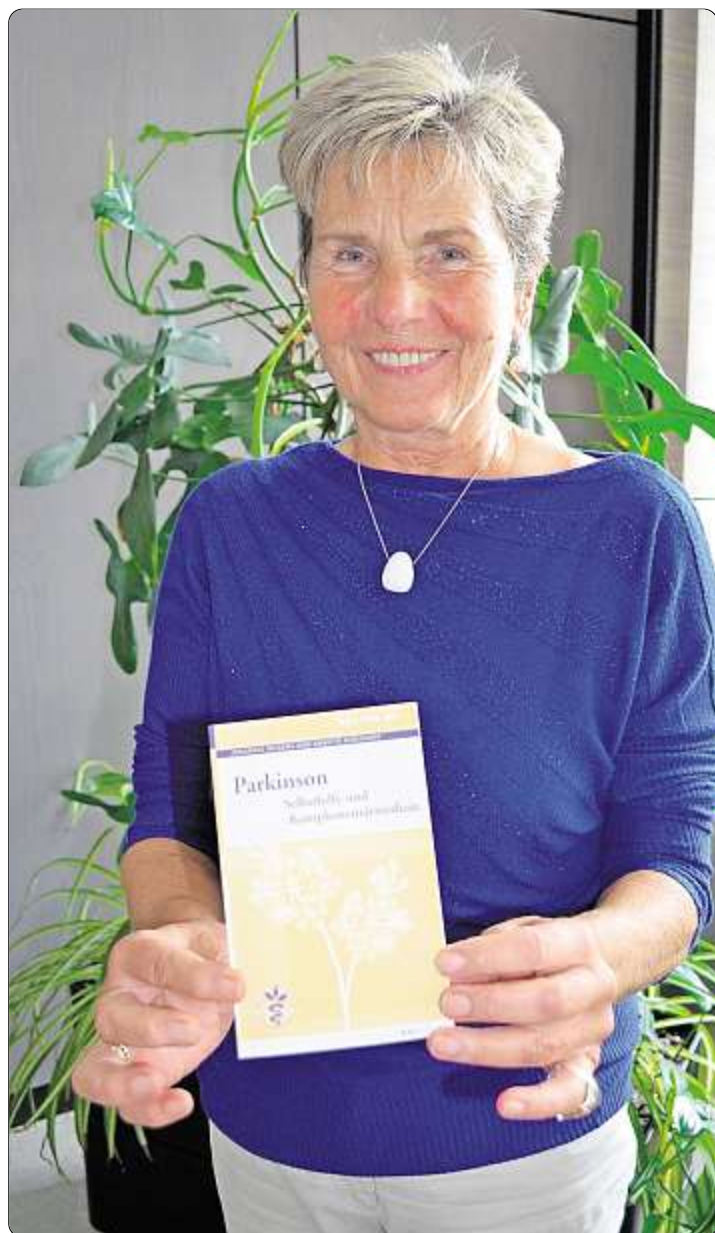
Lange werden die Besucher der Treffen solche Worte nicht mehr hören, denn Hildegard Schröder erklärt: „35 Jahre Ehrenamt reichen.“ Vor der Gründung der Parkinson-Gruppe war sie schon zwölf Jahre Leiterin des Hausfrau-

enbundes. Hildegard Schröder sucht nun aus gesundheitlichen Gründen eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger. Auf Wunsch steht sie in der Einarbeitungszeit gerne beratend zur Verfügung.

Natürlich verstehen die derzeit 20 Gruppenmitglieder die Beweggründe ihrer Chefin, doch traurig sind sie trotzdem. Umso wichtiger ist es ihnen, dass die Gruppe weiter bestehen bleibt, schließlich möchten sie die regelmäßigen Treffen nicht mehr missen, kommen dafür extra aus Helmbrechts, Sparneck, Selb, Marktrechwitz und Plauen.

NACHFOLGER GESUCHT

Hildegard Schröder bittet alle, die sich grundsätzlich für das Amt der Leitung der Parkinsongruppe Hof interessieren, sich unter der Telefonnummer 09281/91867 mit ihr in Verbindung zu setzen.



Hildegard Schröder hat beim Entstehen des Buches „Parkinson – Selbsthilfe und Komplementärmedizin“ mitgewirkt. Sie kennt sich aus mit dieser Krankheit, schließlich hat sie 23 Jahre lang die Parkinsongruppe Hof geleitet. Nun sucht sie eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger. Foto: Schmidt

Gymnastik trainiert den Beckenboden

Mit den Wechseljahren – manchmal sogar schon früher – kommt für viele Frauen die Furcht vor Inkontinenz, der sogenannten Blasenschwäche. Den Harndrang nicht mehr vollständig unter Kontrolle zu haben und ungewollt Urin zu verlieren, ist für Frauen eine extreme Belastung. Selbst bei winzigen Mengen ist die Angst groß, dass Angehörige oder gar Außenstehende das Problem bemerken könnten.

Sportliche Betätigung, Toben mit den Enkeln, heftiges Husten oder unvermitteltes Lachen bergen für Frauen mit Inkontinenz meist ein erhöhtes Risiko für peinliche Zwischenfälle. Mit Beckenbodengymnastik kann man der Blaseninkontinenz wirksam entgegenwirken: Spezielle Übungen stärken die Beckenbodenmuskulatur und helfen so, Inkontinenz zu vermeiden oder zu lindern. (rgz-p).



BEZIRKSKLINIK REHAU

Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik



Fohrenreuther Str. 48
95111 Rehau
Tel (09283) 599-0
Fax (09283) 599-193
Mail info@bezirksklinik-rehau.de
Web www.bezirksklinik-rehau.de

Kanzlei

§ **MERKL & PRECHTL** §

Rechtsanwälte

Maximilianstraße 15 · 95632 Wunsiedel
Telefon 0 92 32 / 22 45 · Fax 0 92 32 / 79 45
service@kanzlei-merkl-precht.de



**Rosenthal
Theater
Selb**

Do., 06.11.14, 19.30 Uhr (Konzertabo/Freiverkauf, Tickets 22 – 16 €)	Hofer Symphoniker: Tschaikowsky – Sibelius – v. Beethoven (Dir. Roland Vieweg)
Di., 18.11.14, 19.30 Uhr (Freiverkauf, Tickets 25 – 19 €)	Compagnia d'Opera Italiana di Milano: „Zauber des Belcanto“ – Operngala
Sa., 29.11.14, 19.30 Uhr (Freiverkauf, Tickets 16 – 13 €)	Radspitz unplugged! Party, Rock, Pop, Power mit der kultigen Party-Power-Band
Do., 04.12.14, 19.30 Uhr (Theaterabo/Freiverkauf, Tickets 20 – 14 €)	Theater Hof: „König Lear“ – Tragödie von William Shakespeare
Fr., 12.12.14, 19.30 Uhr (Freiverkauf, Tickets 22 – 16 €)	„IVUSHKA“ – Die russische Weihnachtsrevue – ein rauschendes Fest der Sinne
So., 14.12.14, 19.00 Uhr (Eintritt frei)	Ausstellungseröffnung: Bilder von Adolf Mötsch, Selb
So., 21.12.14, 17.30 Uhr (Freiverkauf, Tickets 24 – 20 €)	Weihnachtskonzert mit „ Blechsaden “ und der „ Mini-Blechsaden-Show “ von Zukunft Kinder (Leitung: Bob Ross)
Sa., 27.12.14, 14.30 und 17.30 Uhr (Freiverkauf/ Tickets 10 € Erw., 5 € Ki./Jug.)	„Die Schneekönigin – Das Musical“ – zauberhaftes Popmusical (ab 5 Jahre)

Vorverkaufsstellen:
Selb (Leo's Tee & Mehr, Poststr. 7, Tel. 09287/4524), Marktrechwitz (Theaterkasse im Frey-Centrum, Tel. 09231/508286), Rehau (Irmgard Mier – Wolle u. Kurzwaren, Bahnhofstr. 2, Tel. 09283/3759), Hof (Ticket-Shop, Poststr. 9 – 11, Tel. 09281/816228) und unter www.okticket.de. Infos: Kulturamt der Stadt Selb, Tel. 09287/883-119 u. 883-125, email: kulturamt@selb.de; Internet: www.selb.de