

## **Workshop "Der Junge Parkinson" wirksamer als jede Reha oder Therapie**

Dieser Workshop, an dem ich in meiner Funktion als Botschafterin der Hilde-Ulrichs-Stiftung und als Privatperson 15 Jahren nach der Diagnose MP teilgenommen habe, hat mich sehr berührt.

Das, was hier passiert ist, war wirklich einzigartig und konnte nur durch das ehrenamtliche Engagement von Katharina Beyer in dieser Form stattfinden.

Ich habe in den letzten 8 Jahren in der Patientenberatung viele Jungerkrankte kennengelernt. Sehr viele hatten nach der Diagnose erhebliche Probleme. Der Druck im Job und im persönlichen Umfeld wurde bereits nach kurzer Zeit so groß, dass viele keine Orientierung mehr hatten und ihr Umfeld und ihre Umgebung verloren haben.

Was jedoch hier in einem Selbstversorger-Haus mitten im Wald, in der Natur, geschah, das war bereits nach wenigen Stunden spürbar und setzte sich an den folgenden Tagen weiter fort. Der Rahmen war die Gemeinschaft, der offene Austausch, in einer geschützten Umgebung, sich mal nicht nur auf Parkinson zu konzentrieren, sondern einfach mal alles Loslassen, aber auch die Möglichkeit zu haben alles anzusprechen, was jeden Einzelnen bewegt, hat so viel in Gang gesetzt.

Als alte „Häsin“ der Parkinson-Szene habe ich eine Vorbild-Funktion übernommen. Durch mein Benefiz-Projekt „Pilgern mit Parkinson“ bei dem ich 560 km auf dem Jakobsweg gepilgert bin, 10 Jahre nach meiner Erkrankung, konnte ich vielen Teilnehmern Mut machen, dass das Leben mit der Diagnose nicht vorbei ist. Wichtig ist, dass man im Leben bleibt, sich bewegt, sich Ziele setzt, sich seine Träume erfüllt und sich gleichzeitig nicht zu viele Gedanken macht. Das Leben hat auch mit Parkinson ganz viel zu bieten, wenn man darauf vertraut, dass neue Türen aufgehen werden.

Professionelles Coaching, gegenseitiger Austausch, Tanzen, ayurvedisches Kochen, Yoga, Massagen, Wanderungen, Tischtennis spielen sowie der ehrliche, offene Austausch, haben viele „kleine Wunder“ bewirkt.

Die Lust auf Leben, ein positives Grundgefühl gepaart mit vielen hilfreichen Hinweisen zum Umgang mit der Erkrankung, sowie weitere Impulse, wie man das alles in das tägliche Leben integriert, hat bei jedem Einzelnen einen großartigen Prozess in Gang gesetzt. Der wiedergewonnene Lebensmut sowie die durchweg positive Stimmung und Energie waren beim Abschied in den Augen der Teilnehmer zu erkennen. Es flossen Tränen und allen war in diesem Moment klar, hier ist etwas Magisches passiert.

Katharina Beyer, selbst mit 34 Jahren an Parkinson erkrankt, hat mit ihrem Projekt „Der Junge Parkinson“ dass sie mit ihrem eigenen Outing im April 2021 gestartet hat, wirklich Maßstäbe gesetzt. Mit ihrem Bild-Band „30 Wahrheiten über mein Leben“ hat sie bereits Anfang 2021 per Crowdfunding ein Buchprojekt gestartet, dass Jungerkrankten Mut macht und darüber hinaus noch kostenlos bestellt werden kann.

ich bin sehr froh, dass ich als Botschafterin der Hilde-Ulrichs-Stiftung, Kuratorium und Vorstand der HUS überzeugen konnte, das Projekt „Der Junge Parkinson“ so großzügig zu fördern, denn dadurch konnte der Workshop überhaupt erst in dieser Form stattfinden.