



## Aktivitäten

Travel4Parkinson

**26.-28.06.2020** Yoga  
Weekend im Tessin

Meet4Parkinson

**21.03.2020**  
Boxen mit Aniya Seki in Bern

**04.04.2020**

Taichi mit Don in Horw LU

Run4Parkinson

**03.05.2020**  
WingsforLife in Zug

## News

Gründung **SHG JUPP Olten**.  
Von Parkinson Schweiz  
unterstützte Selbsthilfe-  
gruppe für Junge Betroffene  
und Angehörige in Olten. Die  
Leitung der Gruppe  
übernimmt Silvia Lerch.  
Durchführung Monatshöck  
für Betroffene und  
Angehörige jeden ersten  
Mittwoch im Monat im  
Bahnhöfbüffet Olten.

Homepage

Zwei Neu Themen Links  
können ab sofort angewählt  
werden.

JUPP Olten

[https://www.move4ypd.ch/ju  
pp-olten/](https://www.move4ypd.ch/ju<br/>pp-olten/)

Filmprojekte

[https://www.move4ypd.ch/fil  
mprojekte/](https://www.move4ypd.ch/fil<br/>mprojekte/)

## Projekte

Filmprojekt „Ilg Du u de  
Parki“

SRF DOK „Abenteuer  
Lapland“

Networking zu SHG  
Europaweit

## IN DIESER AUSGABE

Rückblick  
Ausblick  
Aktivitäten  
News  
Projekte

## Rückblick

Beim **Meet4Parkinson** im Mai 2019 lernten wir  
im Schloss Hallwyl etwas über die Geschichte  
der Medizin ca. 300 Jahre vor unserer Zeit  
kennen und durften einen Heiltrunk  
zusammenbrauen.

Im August 2019 wurden wir in das Geheimnis  
des Bogenschießens eingeweiht. Der Instruktor  
vom Bogenschützenclub Olten zeigte uns  
versiert wie mit einem Langbogen umzugehen  
ist. Wir machten sogar ein kleines Turnier  
gegeneinander. Der Abschluss dieses  
wunderschönen Tages feierten wir beim  
Grillieren im Garten von Move4ypd.  
Im November 2019, bei Regen und Wind  
entschieden wir uns für Indoor Sport. Bei einem  
Bowlingturnier im Bowlincenter Trimbach traten  
wir gegeneinander an.

Eine **Run4Parkinson** Aktivität fand bereits am  
ersten Mai Wochenende 2019 statt. An diesem  
Tag schneite es tatsächlich und es war  
bitterkalt in Zug. Eine aktive motivierte Gruppe  
von Nichtbetroffenen und einer Betroffenen  
nahmen am WingsforLife Run in Zug teil.  
Dafür war das Wetter im Oktober 2019 am  
Hallwilersee Lauf sehr sommerlich und  
verwöhnte uns auf den 10 Km Nordicwalking.  
Zufrieden mit unseren Leistungen (Betroffene  
und Nichtbetroffene) generierten wir einen  
ansehnlichen Betrag an Sponsorengelder.

Das **Filmprojekt** „Ilg Du u de Parki“ wurde vom  
Inselspital Bern initiiert und Move4ypd durfte  
ein Teil davon sein. Es war eine sehr  
interessante Möglichkeit, in einem Awareness  
Film über Parkinson mitzumachen.

## Ausblick

Dieses Jahr haben wir bei **Meet4Parkinson**  
einen bunten Blumenstrauß an Aktivitäten  
geplant. Boxen, Tai-Chi, Yoga  
Wochenende im Tessin, Schifffahrt,  
Monatshöck JUPP Olten und vieles mehr.  
Sie finden die Termine auf unserer  
Homepage

<https://www.move4ypd.ch/termine/>

Bei genügend Teilnehmern werden wir für  
**Run4Parkinson** wieder am Wings for Life  
Run am 3. Mai 2020 in Zug teilnehmen.  
Einzelne Athleten haben sich schon für div.  
Volksläufe angemeldet. Der Hallwilersee  
Lauf am **10. Oktober 2020** ist definitiv  
gesetzt. Weitere Läufe werden noch  
eingeplant. Diese werden unter  
[https://www.move4ypd.ch/move4ypd/projek  
te/run4parkinson/](https://www.move4ypd.ch/move4ypd/projek<br/>te/run4parkinson/) aufgeschaltet.

Zusammen mit Parkinson Schweiz, unter  
dem Jahresmotto „Körperliche Bewegung“  
wollen wir dieses Jahr gemeinsam einen  
Sponsorenlauf organisieren. Die  
Planungsarbeiten werden bald  
aufgenommen.

In unserem **Shop** können Sie für 25.- ein  
bequemes Laufshirt erwerben. Der Shop  
wird Step by Step mit weiteren Produkten  
ausgebaut. Bei allen Produkten wird der  
Verkaufserlös 100% zugunsten dem Verein  
gutgeschrieben.