

Selbsthilfegruppen sind wie eine Brücke

Ausserschwyz. – Ein Herzinfarkt, ein Schlaganfall oder ein Unfall können ziemlich viel im Leben verändern, je nach Schwere des Falls. Man kann sich auch nicht darauf vorbereiten, denn solche Ereignisse kommen in den meisten Fällen überraschend. In solchen Momenten kommt man sich dann sehr einsam und verloren vor. Dann braucht es oft nicht nur die Hilfe von Ärzten, Therapeuten oder Spezialisten, sondern auch Kontakte zu Menschen, denen es gleich ergangen ist. In Selbsthilfegruppen finden Menschen in solch schwierigen Lagen mehr als nur Verständnis und Entlastung. Hier ist der Ort, wo sich Betroffene aufgrund der gemeinsamen Erfahrungen unterstützen, selber etwas gegen Stagnation, Mutlosigkeit und sozialen Rückzug tun. Mit ihnen zusammen kann man Ängste abbauen, Erfahrungen austauschen und Probleme besser bewältigen.

Selbsthilfegruppen sind wie eine Brücke, über die man sicher gehen kann, statt in eine depressive Stimmung zu verfallen. Denn dort wieder herauszukommen, ist oft sehr schwer. Wer unter etwas leidet, kann natürlich auch selber die Initiative ergreifen und eine Gruppe gründen oder sich einer bestehenden anschliessen. Aus einer solchen Gruppe kann man Kraft und Energie tanken, bei gemeinsamen Wanderungen, Veloutouren oder Ausflügen vieles besser verarbeiten, das Wohlbefinden steigern und durch die Bewegung an der frischen Luft die Lebensqualität erheblich verbessern, denn miteinander macht es viel mehr Spass.

Weitere Informationen gibt es bei Fridolin Kreienbühl, Tel. 055 446 14 25 oder 079 224 78 20.

VEREIN SELBSTHILFGRUPPEN DES KANTONS SCHWYZ

Maloney amüsierte Fasson-Fans

Mit zwei haarsträubenden Fällen des kauzigen Privatdetektivs Philip Maloney wurde die Bühne Fasson in Lachen am Donnerstagabend wieder für Publikumsveranstaltungen geöffnet. Die Zuschauer waren begeistert.

Von Tanja Holzer

Lachen. – «Die Welt ist aus den Fugen, Maloney!», eröffnete der Polizist den Donnerstagabend auf der Bühne Fasson. Der kauzige, Whisky liebende Privatdetektiv Philip Maloney löste in Lachen zwei haarsträubende Fälle, die bis anhin weder auf CD noch im Radio zu hören waren.

Michael Schacht als Philip Maloney und Jodoc Seidel als Polizist stehen bereits seit zehn Jahren gemeinsam auf den Bühnen. Die Maloney-Hörspiele aus der Feder von Roger Graf feiern gar ihr 25-Jahr-Jubiläum. Und mit diesem genialen «Full-House»-Abend öffnete die Bühne Fasson ihre Tür wieder auch für öffentliche Veranstaltungen.

Von Einstein und Zweistein

Im ersten Fall geriet Maloney an einen Klienten, der auf der Suche nach Albert Einsteins Formel für die Berechnung des Zufallsprinzips war, die in einem 40 Meter hohen Holzturm eingetrizt sein soll. Der eigenartige Auftraggeber, der unter anderem auch mit Bäumen ernsthafte Gespräche führte, versprach sich von der Formel wahren Reichtum. Zwei junge Männer wurden zudem schmerzlich



Philip Maloney (Michael Schacht, links) und der Polizist (Jodoc Seidel) lösten auf der Bühne Fasson zwei haarsträubende Fälle. Bild Tanja Holzer

vermisst. Waren sie etwa im Riss des Universums verschwunden? Ein kurioser Geschichtenerzähler namens Zweistein, der in Wirklichkeit Keinstein hiess, erschwerte Maloneys Ermittlungen erheblich. «Üble Sache, Maloney!»

Im zweiten Fall waren Wettbewerbs-

unterlagen für «Tram 3000» verschwunden, dafür lag ein Toter im Tram. Beides haarsträubende Fälle, welche die Besucher köstlich amüsierten.

Die Bühne Fasson ist als kulturelle Bereicherung eindeutig wieder da. Am 28. März um 18 Uhr und 29. März um 10.30 Uhr gibt es jeweils das

Stück «Ich sass dann da – eine Zeitreise im Klassenzimmer» zu sehen und im Rahmen des Schwyzer Kulturwochenendes am 13. April um 10.30 Uhr einen Vortrag des Autors Walter Hauser über Anna Göldi, ihre Hinrichtung und Rehabilitation zu hören.

ANZEIGE

4B Fenster: Renovieren mit der Nummer 1

RF1 ist das einzige Minergie-zertifizierte Renovationsfenster aus Holz-Aluminium. Ausgezeichnete Wärmedämmwerte senken Ihre Heizkosten um bis zu 75%. Das meistverkaufte Fenster seiner Art überzeugt mit konkurrenzloser Schweizer Qualität und mit 98% Kundenzufriedenheit. Als Renovationspezialist versprechen wir Ihnen eine schnelle und schonende Montage ohne Folgekosten für Maurer-, Gips- oder Malerarbeiten.

www.4-b.ch/aktion

Renovieren auch Sie Ihre Fenster mit Happy End:

Für kurze Zeit erhalten Sie jetzt eine 3-fach Isolierverglasung zum Preis der 2-fach Isolierverglasung.

Die Aktion ist nicht mit anderen 4B Rabatten kumulierbar und gilt nur für Privatkunden, die Leistungen direkt bei 4B beziehen.

4B in Ihrer Nähe: Adliswil | Baden-Dättwil | Bern | Chur | Crissier | Dietlikon | Hochdorf | Pratteln



Ich will profitieren!

- Senden Sie mir detaillierte Unterlagen zur Aktion «3 für 2»
- Kontaktieren Sie mich für eine persönliche Gratis-Fachberatung

Vorname / Name _____

Strasse _____

PLZ / Ort _____

Werktags erreichbar von _____ bis _____ Uhr

Telefon _____

E-Mail _____

Einsenden an 4B Fenster AG, an der Ron 7, 6281 Hochdorf. Faxen an 0848 800 414.