

Malsognas – impediments

«Marellas» dal Radio Rumantsch sin disc cumpact, part 23

In'ierta tragica en Val Müstair – viver cun chorea huntington

Chorea huntington è ina malsogna eritavla chaschunada tras in defect vi d'in gen. En il tscharvè moran cellas, il corp na fa betg pli per cumond. Ils pazients na san betg pli coordinar moviments, cun il temp na san els betg pli discurre e tragutter. Cun ina probabilitad d'almain 50 % dattan ils geniturs vinavant la malsogna a lur uffants. Nagliur en l'Europa è la malsogna mortala derasada uschè ferm sco en Val Müstair. Ina famiglia rumpa in tabu e raquinta da la chargia ch'ella porta dapi generaziuns. (Emissiun dals 14 da december 2008; redacziun: Sara Hauschild).

«la dung betg se la speranza» – Ina vita cun poliartritis

Anni Günther-Sonder (54) che stat a Savognin ha la speranza ch'il nov medicament cunter poliartritis ch'è gist vegni sin fiera gidia ella da surpurar la malsogna. Cun 17 onns ha ella survegni poliartritis e sia vita sco mamma ch'ha educà



suletta dus mats n'è betg stada simpla. Las dolurs la turmentavan savens uschè ferm ch'ella vegniva strusch da far sia lavur da mintgadi. Il reumatolog Marcus Huonder da Mustér declera en la Marella tge che poliartritis è e co ch'ins po avair la malsogna sut controlla ozendi. Il spezialist fa speranza – la pazienta ha speranza. (Emissiun dals 11 da favrer 2001; redacziun: Rita Uffer).

Sclerosa multipla – la malsogna ch'ha milli fatschas

Mintga di survegn ina persuna la diagnosa sclerosa multipla. Ina malsogna cronica dal sistem da la gnerva. Tar mintga pertutgà sa sviluppa la malsogna auter e n'è betg calculabla. Disturbis da la vesida, sturnizi, deblezza dals muscels u depressiuns. Bliers pon viver cun la malsogna quasi senza mals, per auters finescha la malsogna en la sutga cun rodas. En la Marella raquintan dus giuven pertutgads, Catrina Ardüser (22) e Nicola Janett (26). Il neurolog Serafin Beer explitgescha daco che la malsogna MS ha milli fatschas. (Emissiun dals 13 da december 2009; redacziun: Valentin Schmed).

«Tinnitus» – ramurs en las ureglias

Persunas ch'han tinnitus audan ramurs – ramurs che mo els audan e quai senza paus – 24 uras a di. Dapli ch'in mez milliun umans en Svizra audan u han ina giada udi ramurs en las ureglias. Benjamin Arpagaus, il student da Cunter, ha dapi 2 onns tinnitus – ses grond hobi è la batteria. Quella ha el dà bliers onns senza proteger sias ureglias. El sez manegia ch'el haja probabel survegni pervi da quai tinnitus. Corsin Gadola ha dapi 8 onns tinnitus – il giuven da Mustér ha emprendi da viver cun il tun giz en si'ureglia. Tina Bächler, oriunda da Sta. Maria, sa strusch pli sa reguardar cura ch'ella ha udi per l'emprima giada ses tun – ella viva ussa dapi passa 30 onns cun tinnitus. (Emissiun dals 28 da november 2004; redacziun: Olivia Hitz).

La Svizra vegn pli e pli grossa!

Quai pretenda ina campagna d'inserats e placats da la Promoziun da la sanadad svizra. Sin sia pagina d'internet datti plunas infurmaziuns e cussegls. Ed i dat er links tar dietas e curas per perder pais. Ina da quellas è body reset, en sasez plitost ina filosofia da sa nutrir ch'ina dieta. La Marella preschenta questa metoda. Il princip è simpel: bieras basas e pauc acid. Ils bliers fan il cuntrari e mangian blier acid e paucas basas. Il resultat: surpains, cellulitis e perdita da chavels.



Cur ch'ins vesa be mo nair – emissiuns che tractan las tematicas depressiuns, stress e burnout.

FOTO: PD

(Emissiun dals 25 da favrer 2007; redacziun: Maria Cadruvi).

Dietas – il cumbat cunter ils kilos

Las chautschas vegnan adina pli stretgas ed il venter vegn adina pli grond. Far dieta è il motto e speranza il salvament, ma savens è il success be curt ed ils kilos turnan enavos – sco il jojo. Dues persunas raquintan da lur frust e success cun dietas ed ina cussegliadra da nutriment dat tips co cumbatter il gust da la tschigulatta. Ed entant ch'ils ins dumbran calorias, profitan entiras industrias dal cumbat cunter ils kilos. (Emissiun dals 26 da favrer 2012; redacziun: Pia Plaz).

Cur ch'ins vesa be mo nair – depressiuns

Studis mussan che fin 20% dals umans pateschan almain ina giada en lur vita d'ina depressiun. La malsogna è fitg derasada, i dat però anc adina in manco d'infurmaziun e d'encltega. Anc oz discurren ins da gliued ch'han da «far cun la gnerva» e betg da «depressiuns». Beno Cadotsch raquinta tge che la depressiun porta ed el e sa regorda er vi da sia vita en la clinica psichiatria. La psicoterapeuta Anna Seraina Arquint ed il cussegliader per dumondas da vita Arno Arquint s'expriman davart lur metodos da lavur ed els emprovan da dar cussegls a pertutgads e confamigliars. (Emissiun dals 20 da november 2005; redacziun: Sara Hauschild).

Cur ch'ins n'è betg pli il chapitani da l'atgna bartga – stress

Il pled stress vegn da l'englais e vul dir tant sco tortura u martiri. Pitschnas purziuns da stress dovra mintgin da nus

per ch'el vegnia insumma da prestar quai che vegn dumandà dad el en la vita. Privlus e nuschaivel è il stress pir cur ch'el è permanent. Tge è stress? Quella dumonda fa la Marella ad in psicolog e teolog, ad in medi, ad in politicher, ad ina schurnalista ed ad ina media ch'ha dus uffants. (Emissiun dals 16 da mars 2003; redacziun: Daniela Cavelti).

Burnout

Igl è bel sch'ina persuna ha anim e fa quai ch'ella fa cun fieu e flomma. Ma quest fieu ardent na manglass betg brischar or ella. Esser brischa or, avair in burnout, è oz in tema tant en il mund da la lavur sco er en il mund da la sanadad. Burnout è plitost ina situaziun ch'ina malsogna, din las persunas dal fatg. Ina situaziun da stancladad, d'exauriment che stat en connex cun squitsch intern ed extern. Las consequenzas: nagin'energia, pauc plaschair e bieras dischillusiuns – er da sasez. Enrico Kopatz ed Ursina Solèr-Niggli raquintan da lur experientschas cun quai ch'ha num oz burnout. (Emissiun dals 17 da matg 2009; redacziun: Maria Cadruvi).

Ina crusch è ina crusch e betg in plus

E tuttina datti ina sumeglientscha tranter il segn da la crusch ed il segn dal plus. Questa parallela dat da pensar. En la Marella raquintan duas persunas co che lur crusch è sa midada en il decurs dals onns, sche betg en in plus sche almain er betg en in minus. Noldi Maissen da Rabis è vegni avant passa 20 onns en la sutga cun rodas pervi d'in tractament medicinal betg gartegià e Rut Plouda da Ftan ha parturi l'onn 1977 in uffant cun il sindrom da Down. (Emissiun dal

prim d'avrigl 2007; redacziun: Maria Cadruvi).

E Luna ha simplamain fatg...

Ina naschientscha è in eveniment plain legria e ventira. Ma tge capita cur ch'ils medis annunzian che l'arrivada d'in uffant vegn er gist ad esser ses cumià? Tge resenta ina mamma sch'ella sto sa fatschentar cun la sepultura da sia poppa avant che questa saja insumma naschida? La Marella purtretescha Luna, ina matta cun in natiral da cumbattanta che fa surstar medis e spezialists dapi quatter onns! (Emissiun dals 19 d'avrigl 2015; redacziun: Astrid Alexandre).

Ilian va gugent a scola – en sia scola speziala

Ilian è auter ch'els auters. Perquai va el a scola en la Scola da pedagogia curativa. Ilian viva a Ftan. Ed el po ir a scola a Zerne, en sia regiun. Quai è pussaivel grazia al fatg ch'i dat a Zerne dapi 20 onns il post extern engiadinais dal Center da pedagogia speziala Giuvaulta/Rothenbrunnen. Uschia pon uffants cun in impediment ir a scola en lur regiun. (Emissiun dals 9 da december 2012; redacziun: David Spinnler).

Sabrina – autra tranter ils auters

Sabrina ha 13 onns, ella gioga ballape, suna orgla da maun ed ha fitg gugent animals. Sabrina va en l'emprima reala a Pasqual. Nagut spezial? Sabrina è tut speziala! Ella è ina pioniera. Sabrina ha il sindrom da Down ed è l'emprim uffant cun quest sindrom che va en ina classa regulara sin il stgalim aut en il Grischun. Tgi è Sabrina e co funcziuna quai cun l'integraziun dad ella en scola? Nus avain visità Sabrina – a scola ed a chasa,

per la Marella dals 21 da mars, il di mundial dal sindrom da Down. (Emissiun dals 21 da mars 2010; redacziun: Chattrina Josty).

Vegnida gronda cun protesas

Madlaina Gaudenz che stat cun ses geniturs e cun sia sora a Favugn, è naschida cun ina chomma pli curta che normal ed ella ha survegni si'emprima protesa cun 11 mais. Uss ha ella 15 onns, è 1,70 gronda e porta sia 16avla protesa. Ella ama il moviment ed ha fatg sport da pitschna ensi – sin il velo, sin l'aissa, a chaval ed en l'aua. En concurrenz da nudar per impedids ha ella gudagnà gia bieras medaglias. Viver cun ina protesa è per ella insatge dal tutfatg normal e na dovra betg bliers peds. Perquai ha ella pli gugent che ses geniturs raquintan dad ella, da sias protesas e da ses impediments. (Emissiun dals 28 da zercladur 2009; redacziun: Maria Cadruvi).

Senza radio na fissi betg uschè legher – In di cun il scoliar Silvan Caduff

Silvan Caduff na vesa nagut. El è naschi tschorv. Il giuven da 18 onns cumenza suenter las vacanzas da stad ses davos onn da scola a Zollikofen en la scola per uffants e giuventetgna cun impediments da vesida. La fin d'emna e durant las vacanzas è el mintgamai a chasa a Rueun. La Marella ha accumpagnà Silvan in di da stad tut normal. Sin il program era ina visita tar il dentist, lavur cun il computer, metter a maisa per gentar e tadlar radio. Ses emettur preferi è DRS 3. El enconuscha là las vuschs da tut las persunas che modereschian ed el sa exact cura che tge giueus vegnan en il radio. (Emissiun dals 26 da fanadur 2009; redacziun: Maria Cadruvi).

Tschorv en la raìt

Navigar tras l'internet e responder ad in e-mail n'è per nus nagin problem. Dentant quant lunsch arrivassan nus sche nus serrassan ils eglg? Pauli Albin da Mustér è tschorv, dovra dentant di per di l'internet ed il computer. Co legian ins la gasetta sch'ins na vesa nagut e co han paginas d'internet d'esser concepidas per ch'ellas sajan accessiblas er per persunas cun in impediment da vesida. La Marella guarda a Pauli Ablin sur las spatlas e discorra cun Markus Riesch da la fundaziun «Access per tuts», in'organisaziun che vul diminuir las barrieras tecnologicas per persunas cun impediments. (Emissiun dals 15 da zercladur 2008; redacziun: Guadench Dazzi).

L'ARGO ha 40 onns

Lucia lavura gia dapi 25 onns tar l'ARGO a Glion. Erica giada la cumpagnia en il lavuratori da l'ARGO e Reto è il grond chantadur en il lavuratori a Glion. A Casti, Glion, Tavau e Cuira chatan bieras persunas handicapadas sut-tetg e lavur tar l'ARGO. L'ARGO è ina fundaziun che maina lavuratori e chasas d'abitare per persunas cun impediments. Quai dapi 40 onns. Per quest giubileum avain nus visità il lavuratori e la chasa d'abitare da l'ARGO a Glion. La Marella mussa co che las persunas cun impediments lavuran, raquinta istorgias persunalas e tematisescha las sfidas cun las qualas l'ARGO è confruntada. (Emissiun dals 18 d'avrigl 2010; redacziun: Valentin Schmed).



L'integraziun da persunas cun impediments – ina sfida per l'entira societad.

FOTO: PD

La preschentaaziun:

«Marellas» dal Radio Rumantsch: Contribuziuns emessas ils onns 2001–2015, accessiblas en la Biblioteca chantunala sin disc cumpact.

Dapli infurmaziuns:

chatta.ch/?hiid=4734
www.chatta.ch