

**BEISTAND: PEER-COACH**

# Echte Hilfe von Gleich zu Gleich

Die neue Online-Plattform my Peer möchte Menschen vereinen, die eine gemeinsame Krankheitsgeschichte verbindet, und bietet Hilfe aus erster Hand.

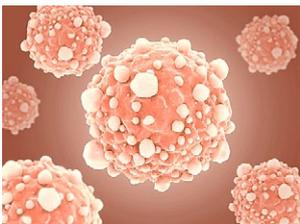
Wenn man schwer krank oder verunfallt ist, kann einem niemand die Schmerzen und Sorgen abnehmen. Man ist alleine. Die richtige Hilfe zu finden, ist oft schwierig. Am liebsten spricht man in solchen Situationen mit Menschen, die das Gleiche durchgemacht haben. Die neue Online-Plattform my Peer ermöglicht genau das: professionelle Coaches fürs Beraten und Begleiten ausbilden und in einer Online-Suchplattform vereinen.



Wer Ähnliches durchgemacht hat, versteht die Sorgen oft besonders gut.

Initiantin Therese Kämpfer hat das erfolgreiche und einzigartige Peer-Programm im Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil aufgebaut und über viele Jahre geleitet. Nun entwickelt sie die Idee professionell weiter, denn bisher fehlt eine fundierte Ausbildung für erfahrene Betroffene, welche Peer-Coaches werden möchten. Der Start des ersten Lehrgangs ist auf Frühling 2022 geplant. [www.mypeer.ch](http://www.mypeer.ch) LM

Studie  
**Killerzellen gegen Krebs**



Noch Jahre nach einer scheinbar erfolgreichen Krebsbehandlung können Tochtergeschwüre entstehen. Diese Metastasen stammen aus Krebszellen, die aus dem Ursprungstumor in andere Organe gewandert sind und dort lange inaktiv blieben. Forschende der Uni Basel haben nun Immunzellen entdeckt, die diese «schlafenden Zellen» im Ruhezustand halten.

## *tipp.*

**Leinsamen bringen die Verdauung auf Trab. Für die beste Wirkung sollten sie geschrotet und stets in Kombi mit genügend Wasser eingenommen werden.**



**die app.**

Um möglichst vielen Neurodermitis-Betroffenen helfen zu können, gibt es jetzt die App Nala. Damit kann man das Befinden seiner Haut täglich erfassen und findet so potenzielle Auslöser. Zudem werden symptom-spezifische Therapien vorgeschlagen. [nala.care/de](http://nala.care/de)