

MORNING BUDDY

WIE DU NUME ANGERS



[spotify](#)



[Instagram](#)

Vom Teilen und Bewältigen

Mit mindestens einer chronischen Erkrankung zu leben, gehört zum Alltag vieler Menschen. Rund 40 Prozent der im deutschsprachigen Raum lebenden über 16-Jährigen leiden an einer chronischen Erkrankung (Eurostat, 2020). Gemäss Heidemann vom Robert Koch-Institut werden unter dem Begriff chronische Krankheiten langanhaltende Erkrankungen zusammengefasst, die nicht vollständig heilbar, vielfältig und nicht immer auf den ersten Blick erkennbar sind, jedoch erhebliche Auswirkungen auf den Alltag und die Lebensqualität der Betroffenen haben (Heidemann et al., 2021, S. 1). In der Schweiz sind es über zwei Millionen Menschen (Weaver, 2016). Unter dem Hashtag #chronicillness# finden sich auf Instagram über fünf Mio. Beiträge. Vorwiegend junge Menschen äussern sich darin zu ihren körperlichen Einschränkungen oder Erkrankungen und klären auf. Gleichzeitig haben viele Menschen Schwierigkeiten, chronische und seltene Erkrankungen zu verstehen und nachzuvollziehen. Die Behandlungsmöglichkeiten der Medizin sind oft begrenzt, und die individuellen Bedürfnisse von Betroffenen sind herausfordernd – sowohl im privaten Umfeld als auch in der Arbeitswelt.

Morning Buddy

Was bedeutet es, mit einer chronischen oder seltenen chronischen Erkrankung zu leben? Wie gestaltet sich der Alltag, wenn man „anders“ ist und dennoch ein möglichst normales Leben führen möchte? Diese Fragen stehen im Zentrum meines Podcasts „Morning Buddy“. Die Idee zu diesem Podcast entstand aus einem gesellschaftlichen Problem: Viele Menschen haben Schwierigkeiten, chronische Erkrankungen zu verstehen und nachzuvollziehen. Die Behandlungsmöglichkeiten der Medizin sind oft begrenzt, und die individuellen Bedürfnisse von Betroffenen sind herausfordernd – sowohl im privaten Umfeld als auch in der Arbeitswelt. In meinem Podcast beleuchte ich, wie sich das Leben von Menschen mit chronischen Erkrankungen von dem einer gesunden Person unterscheidet. Durch persönliche Geschichten, Fakten und Expertenmeinungen versuche ich, das Bewusstsein zu schärfen und Vorurteile abzubauen. Ziel ist es, eine offenere Kommunikation zwischen Betroffenen und Nicht-Betroffenen zu fördern. Jede Folge von „Morning Buddy“ bietet einen Einblick in die Herausforderungen und Möglichkeiten, die das Leben mit einer chronischen Erkrankung mit sich bringt. Durch die ruhige und bildhafte Erzählweise möchte ich den Hörenden eine transparente und ehrliche Kommunikation vorleben. Experten aus Medizin und Wissenschaft ergänzen die Geschichten, um die Wichtigkeit der Entstigmatisierung und Inklusion zu unterstreichen.

Instagram

Neben dem Podcast habe ich eine Reihe von Social-Media-Beiträgen entwickelt, die mit themenbezogenen Hashtags wie #morningbuddy ergänzt wurden. Diese Beiträge sollen die Community direkt ansprechen und das Thema auf verschiedenen Plattformen sichtbar machen.

Das Ziel

ist es, mit „Morning Buddy“ einen Beitrag zur gesellschaftlichen Diskussion über chronische Erkrankungen zu leisten und den Betroffenen eine Stimme zu geben. Der Podcast richtet sich an Betroffene, Angehörige und alle, die sich für ein besseres Verständnis und eine offenere Gesellschaft einsetzen möchten.



[spotify](#)



[Instagram](#)