

Zeitschrift: Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2016)

Heft: 124: Mobilität - sicheres Wohnen und Sturzprävention = Mobilité - sécurité du domicile et prévention = Mobilità - sicurezza in casa e prevenzione

Artikel: "Carpe diem : non aspettate a fare ciò che desiderate!"

Autor: Robmann, Eva

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-815295>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

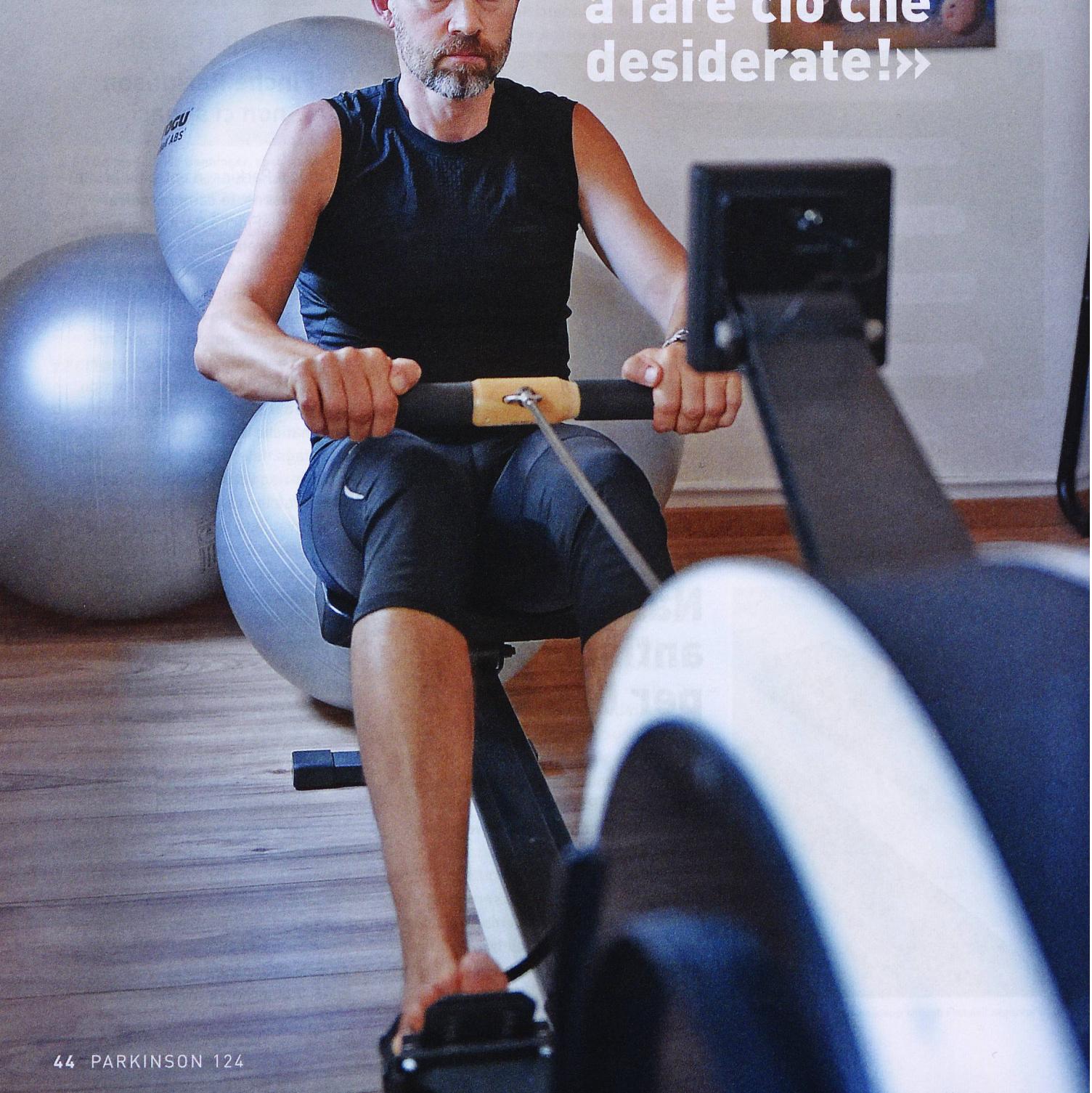
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



**«Carpe diem:
non aspettate
a fare ciò che
desiderate!»**



Yves Auberson, ex campione svizzero juniores di golf, si è ammalato di Parkinson nel fiore degli anni. Egli dà la colpa ai pesticidi. Ora lavora come coach sportivo specializzato nel rafforzamento della muscolatura profonda.

Lo sport è la sua vita, anche oggi, nonostante il Parkinson. Yves Auberson si allena quotidianamente sin da quand'era bambino. All'inizio c'era il tennis. «Volevo diventare tennista professionista», rivela l'oggi 47enne, seduto al tavolo dell'appartamento di Nyon che divide con la sua compagna e – per metà della settimana – con suo figlio di 12 anni. Sul divano sono raggomitolati due gatti. «Ma a 15 anni ho scoperto il golf», ricorda sorridendo. A 19 anni è diventato campione svizzero juniores, per poi conquistare numerosi altri titoli nel corso della sua carriera professionistica, che ha concluso a 28 anni.

Ma il golf non gli ha «regalato» solo trofei. «A 35 anni – ero appena diventato papà – ho perso il senso dell'olfatto. Questo non era male quando bisognava cambiare i pannolini», commenta. Ma poi comparvero anche i primi tremori, e un amico gli consigliò di farsi vedere da un neurologo. La sentenza giunse a 39 anni: Parkinson. Pochi anni prima anche il greenkeeper del campo da golf su cui si era allenato spesso aveva ricevuto la stessa diagnosi – pure lui a 40 anni scarsi. Poco dopo, il pesticida utilizzato per l'erba fu sostituito. «Per me è subito stato chiaro che all'origine della malattia c'era proprio il pesticida», afferma Auberson. Nessuno è mai riuscito a dimostrargli il contrario.

Un'istantanea del giro in bici di due settimane effettuato in Giappone con la compagna Delphine. Foto: pgc Yves Auberson



Yves Auberson reagì a modo suo, con un taglio netto. «Io non faccio mai le cose a metà», dice. Fece i bagagli e partì – insieme alla moglie, al figlio e al figliastro – per un giro del mondo di un anno che li portò dal Canada al Laos. Durante il viaggio la famiglia soggiornò almeno un mese in ogni Paese. Al mattino i genitori facevano scuola ai bambini, mentre i pomeriggi erano riservati alle escursioni. «Un'esperienza faticosa, sì, ma fantastica», commenta ridendo. Auberson si mise in contatto con Parkinson Svizzera già mentre era in giro per il mondo: voleva aderire a un gruppo di auto-aiuto per giovani parkinsoniani. Dato che nella Svizzera romanda non esistevano ancora offerte di questo genere, appena tornato a casa Auberson creò il gruppo «JUPP romand».

Inoltre decise di cambiare radicalmente il suo modo di vivere per fare unicamente ciò che gli piaceva. Forte dei suoi diplomi di istruttore fitness e maestro di golf, lasciò l'impiego a metà tempo presso la società immobiliare che aveva fondato con suo padre per «concentrarsi sull'essenziale», come dice lui: lo sport e la famiglia. Tuttavia il matrimonio non ha retto le nuove sfide, e tre anni fa la coppia ha divorziato.

Yves Auberson ha ritrovato la gioia di vivere grazie a una nuova relazione.



Nonostante la malattia, Yves Auberson dirige un piccolo centro sportivo.

Foto: Kurt Heuberger

Insieme alla sua compagna, ora offre un coaching sportivo privato presso la palestra che ha aperto cinque anni fa nel cuore di Nyon. «La palestra è attrezzata in stile zen, che crea un'atmosfera calda e calmante», spiega. Il Laos ha evidentemente lasciato delle tracce. «Diverse persone frequentano il mio centro sin dall'inizio», afferma con orgoglio. Il suo allenamento pone l'accento su uno stile di vita sano e sul rafforzamento della muscolatura profonda. Detto e fatto: Yves si alza pieno di slancio e mostra alcuni esercizi al suolo. Poi si rialza e resta un momento in equilibrio su una gamba sola mentre illustra i vantaggi degli esercizi. L'istruttore di sport è nel suo elemento, la malattia è dimenticata. Ma tutt'a un tratto squilla il telefonino: è ora di prendere i farmaci, un «rito» che si ripete cinque volte al giorno. Il suo entusiasmo, debordante fino a pochi istanti prima, è un po' evaporato. Uno dei due gatti si siede accanto a lui.

Auberson riprende animo rapidamente e descrive il giro in bici di due settimane che ha compiuto in Giappone in marzo assieme alla sua compagna. Racconta di gomme forate e di scrosci di pioggia, del tempio d'oro, della montagna delle scimmie e di tante piccole vittorie personali. «Non bisogna aspettare di essere malati per fare ciò che si desidera», raccomanda prima di svelare un progetto di viaggio che intende realizzare per il suo 50° compleanno: un lungo giro in bici attraverso l'Asia, alla scoperta di ciò che fanno i vari Paesi per i loro parkinsoniani.

Eva Robmann