

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (2017)
Heft:	125: Parkinson und Finanzen : Sozialversicherungen = Parkinson et finances : assurances sociales = Parkinson e finanze : assicurazioni sociali
Artikel:	"La course de montagne Vogellisi était mon rêve"
Autor:	Robmann, Eva
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-815328

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: 10.01.2026

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

« La course de montagne Vogellisi était mon rêve »

Christa Allenbach vit avec le Parkinson depuis vingt ans. Les tremblements ont précédé le diagnostic de dix ans. Aujourd'hui, nous rencontrons une grand-mère de 56 ans qui se passionne pour la marche à pied.



« À cause de lui, j'ai renoncé à un séjour en Angleterre quand j'étais jeune » : Christa et Ruedi Allenbach. Photo : Reto Schneider

Quel parcours du combattant a dû emprunter Christa Allenbach pour enfin mettre un nom sur ses symptômes ! Coureuse de demi-fond enthousiaste, elle a constaté que ses départs – sa spécialité – étaient de plus en plus lents. C'est après la naissance de son deuxième enfant qu'elle s'est aperçue d'un léger tremblement dans la main gauche, inexplicable. Elle avait 25 ans.

La recherche des causes de ses nombreux symptômes a été longue et difficile. Son médecin a tout d'abord adressé cette mère de deux enfants en bas âge à un psychiatre. Son état de santé est resté un mystère. Plus tard, elle a été examinée par plusieurs neurologues – qui sont parvenus à des conclusions différentes. Pendant ce processus, elle a dû se justifier sans cesse : non elle n'avait pas été battue, non elle n'avait pas de problème d'alcoolisme. Elle a dû se défendre de nombreuses autres accusations. « J'essayais de les oublier le

plus vite possible », dit-elle avec une pointe d'amertume. Finalement, le diagnostic de Parkinson a été établi. Elle avait 36 ans. « Enfin un nom. Après cette recherche de longue haleine, c'était presque un soulagement », explique Christa Allenbach.

Assise à la table de la cuisine de son appartement de Münchwilen

(AG), elle raconte son histoire. Son mari s'éclipse brièvement pour faire les courses. « À cause de lui, j'ai renoncé à un séjour en Angleterre quand j'étais jeune », plaisante Christa Allenbach. À l'époque, elle était tombée éperdument amoureuse. Elle n'a jamais regretté sa décision et a pu apprendre l'anglais plus tard.

« Par la suite, je ne voulais pas accepter le diagnostic de Parkinson », dit-elle rétrospectivement. Très agitée, elle faisait davantage de sport car cela lui faisait du bien de ne pas penser à la maladie. « Je voulais prouver que je pouvais tout faire

comme une personne en bonne santé. » Elle avait toujours lutté contre quelque chose. Aujourd'hui, c'était sa maladie. Étant jeune, elle s'était rebellée contre les attentes de ses parents. Elle aurait dû devenir musicienne, mais elle préférait les clubs de sport aux leçons de piano. Son frère aîné l'a finalement soutenue dans sa décision. Son choix professionnel de devenir vendeuse dans un magasin de mode se heurta aussi à un refus. Ce qui ne l'a pas arrêtée.

Après le diagnostic, Christa Allenbach a changé de métier. « Je voulais recommencer à zéro », explique-t-elle. Il ne lui a pas fallu longtemps pour reprendre l'épicerie dans son village. Quand elle dût s'occuper de sa mère malade, en plus de son activité et des tâches à accomplir au sein de sa propre famille, c'en fut trop pour elle. « Je me suis effondrée. » S'ensuivit un séjour dans un établissement de soins. À l'époque âgée de 40 ans, elle ne pouvait presque plus marcher, elle n'avancait plus. Grâce aux médicaments antiparkinsoniens, elle a pu reprendre l'entraînement à la marche et elle a rejoint un groupe de jogging. Apaisée, elle peut bricoler ou simplement se détendre.

Au mois de juillet dernier, Christa Allenbach a participé à la course Vogellisi d'Adelboden – à peine six mois après une opération du dos. Elle a marché neuf kilomètres. « Ce fut une décision spontanée », explique son mari, tout juste de retour à la maison. Elle ajoute : « Pour la première fois, j'ai démarré pour moi uniquement, à mon rythme, et j'ai écouté mon corps. » Sur la ligne d'arrivée, son époux l'a serrée dans ses bras, fier comme Artaban. « C'était un sentiment de bonheur infini », déclare Christa Allenbach. « La course de montagne Vogellisi était mon rêve. » Pendant la course, elle a passé en revue son existence. « Mon chemin est semé d'embûches, mais je suis reconnaissante : j'ai eu la chance de vivre beaucoup de belles expériences. »

Eva Robmann