

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2018)

**Heft:** 129: Angehörige : Entlastungsangebote nutzen = Proches : profiter des services de relève = Congiunti : usufruire delle possibilità di sgravio

**Rubrik:** Gruppi di auto-aiuto

#### **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:** 11.01.2026

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

# Trentesima candelina

**Nel 1988 è stato fondato il primo gruppo di auto-aiuto Ticinese per parkinsoniani, il gruppo di Lugano e dintorni. 30 anni più tardi esistono cinque gruppi di lingua italiana in Svizzera.**

Nel 2018 il gruppo di auto-aiuto Lugano e dintorni festeggia il suo trentesimo compleanno. Graziella Maspero, ora ottantenne e nostra memoria storica, è la fondatrice del gruppo. La incontro a casa sua poco prima di Natale. L'impegno di Graziella a favore dei parkinsoniani nasce come reazione a un evento spiacevole: nel 1978, a suo marito Romano viene diagnosticata la malattia di Parkinson.

Graziella si informa sulla malattia parlando col neurologo e sulla presenza di altre persone affette dallo stesso morbo nelle zone limitrofe. Fra lei e le persone che incontra si sviluppa un dialogo confidenziale. Col passare del tempo Graziella diventerà un punto di riferimento per coloro che si trovano nella sua stessa situazione. Nasce una prima rete di contatti. Quando i neurologi svizzeri cercano persone disponibili per fondare un'associazione nazionale, Graziella non esita.

Nel 1985 partecipa all'assemblea costitutiva dell'associazione Parkinson Svizzera e si ritrova a far parte del comitato

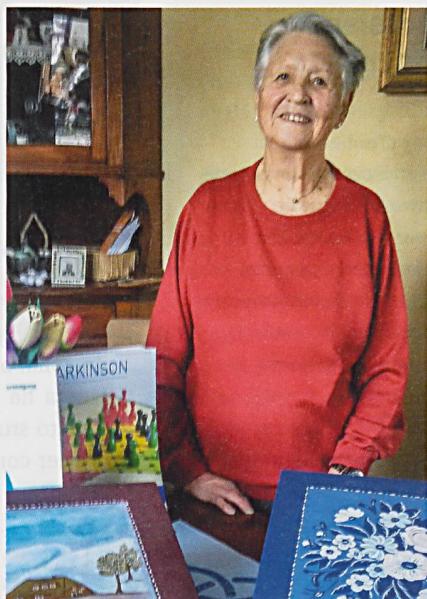
come rappresentante della Svizzera italiana. Viene a conoscenza dell'esistenza di due gruppi di auto-aiuto nella Svizzera tedesca e dell'esigenza di diffonderli altrove. Per lei, costituirne uno in Ticino diventa una priorità. Graziella capisce che per raggiungere questo intento deve parlare e far parlare della malattia di Parkinson. Con il suo piccolo gruppo di amici e malati organizza bancarelle informative e rilascia interviste.

Ci vorranno tre anni di incontri, discussioni e telefonate per arrivare, nel 1988, ad ufficializzare la nascita del gruppo di auto-aiuto di Lugano e dintorni in seno all'associazione Parkinson Svizzera. Il gruppo si organizza. Insieme ad Agnese Conti che sarà per anni il suo braccio destro e la sostituirà nel 2008 come capogruppo, Graziella e altri membri definiscono gli obiettivi. Emerge l'importanza di trovarsi per stare assieme e permettere uno scambio di opinioni fra i malati ma anche fra i familiari, di tenersi compagnia, di incocraggiarsi a vicenda ma anche divertirsi. La

castagnata, il pranzo di Natale e qualche passeggiata diventano parte integrante del programma annuale.

Un momento indimenticabile per Graziella è la trasferta di due giorni a Thun, organizzata da Osvaldo Casoni, colui che le succederà dopo 20 anni nella rappresentanza in seno al comitato nazionale, per presenziare all'assemblea annuale di Parkinson Svizzera. A partire dal 2015 Renato Soldini guida il gruppo con molto impegno.

Alessandro Ghirlanda



Fondatrice del gruppo di auto-aiuto Lugano: Graziella Maspero. Foto: Alessandro Ghirlanda

## Ginnastica a Gorduno

Il gruppo di auto-aiuto Riviera e valli a Gorduno esiste da otto anni e conta 30 membri. Grazie anche al contributo del Comune di Gorduno, il gruppo Riviera e valli organizza lezioni settimanali di ginnastica alla palestra del Centro Sportivo comunale ogni giovedì dalle ore 15.00 alle 16.30. La ginnastica è molto utile per mantenere il fisico il più possibile dinamico, ma pure perché è un momento importante di incontro e aggregazione. Gli interessati sono i benvenuti.

Annarosa Helbling, tel. 091 829 22 40  
Loretta Lombardini, tel. 091 829 42 41,  
lorettalobe@hotmail.com



Fare ginnastica insieme fa piacere e mantiene il fisico. Foto: Alessandro Ghirlanda