

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2020)

**Heft:** 137: Parkinson und körperliche Bewegung = Parkinson et activité physique = Parkinson e attività fisica

**Vorwort:** In Bewegung bleiben

**Autor:** Zwahlen, Elmar

#### 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](#)

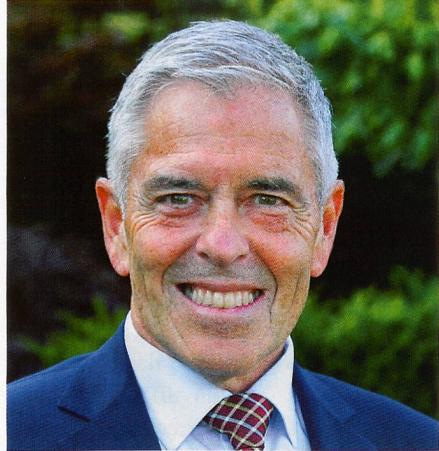
#### Terms of use

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>**

# In Bewegung bleiben



## Liebe Leserin, lieber Leser

«Körperliche Bewegung» heisst das Jahresthema im 2020 bei Parkinson Schweiz. Im Brennpunkt beleuchtet Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger Bewegung und Parkinson von der wissenschaftlichen Seite. Bewegungstherapie ist auch im Forschungsteil ein Thema, etwa die Vorteile vom Tanzen. Im Porträt erzählt die Jungbetroffene Silvia Lerch von ihrem Lappland-Abenteuer mit Schlittenhunden, das im Schweizer Fernsehen gezeigt wurde.

Bewegung zeigt sich zudem bei Parkinson Schweiz. Nachdem im letzten Juni gleich vier neue Mitglieder in den Vorstand gewählt wurden, gibt es auch an der Geschäftsstelle in Egg einen Wechsel. Die Vereinigung erhält infolge des Weggangs von Carmen Stenico eine neue Geschäftsleitung. Bis Ende Juli leitet Peter Franken, ehemaliger Geschäftsführer von Parkinson Schweiz, die Vereinigung interimistisch. Anfang August übernimmt Susann Egli, ehemalige Geschäftsführerin von Epi Suisse, die Leitung der Vereinigung.

Am 11. April, dem Geburtstag des Namensgebers der Parkinsonkrankheit James Parkinson, ist Welt-Parkinson-Tag. Die Krankheit kann dank Forschungserkenntnissen behandelt werden. Die Vereinigung Parkinson Schweiz fördert die Parkinsonforschung und setzt sich mit Beratung, Bildung und Information für die Verbesserung der Lebensqualität von Parkinsonbetroffenen und ihren Angehörigen ein. Wir brauchen Ihre Unterstützung. Vielen Dank für Ihre Spende.

Ich hoffe, dass Ihnen das Lesen dieser Magazinausgabe Freude bereitet und Ihnen Interessantes und Hilfreiches bietet.

Elmar Zwahlen  
Präsident

Vielen Dank für Ihre Spende zugunsten von Parkinson Schweiz

**PC 80-7856-2**

Agenda: Kurs- und Seminarangebote . . . . .	2
Aktuell: Wechsel in der Geschäftsleitung . . . . .	4
Jahresthema: Kampagne für Bewegung . . . . .	5
Öffentlichkeitsarbeit: Sozialversicherungsrecht . . . . .	6
Öffentlichkeitsarbeit: Informationstagung in Basel – träger Darm . . . . .	7
Öffentlichkeitsarbeit: Informationstagung in Luzern – Schlaf . . . . .	8
Selbsthilfe: Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-Leitende . . . . .	9
Brennpunkt: Körperliche Bewegung und Parkinson . . . . .	10
Forschung: Leibwächter-Proteine . . . . .	12
Forschung: Von Tango bis Aerobic . . . . .	13
Forschung: THS und Schwimmen . . . . .	14
Serie: Parkinson und Schmerzen . . . . .	15
Alltag: Sprechstunde mit PD Dr. med. David Benninger . . . . .	16
Alltag: Expertenrat zu Hilfsmitteln . . . . .	17
Porträt: Silvia Lerch, Jungbetroffene – Abenteuer Lappland . . . . .	18
Parkinson französisch . . . . .	20
Parkinson italienisch . . . . .	33
Selbsthilfegruppen-Adressen . . . . .	46
Spenden . . . . .	47

## IMPRESSUM

**Herausgeberin** Parkinson Schweiz  
Postfach 123, CH-8132 Egg  
Tel. 043 277 20 77, info@parkinson.ch  
[www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch)  
Schweiz. Parkinsonvereinigung, PC 80-7856-2

### Projektleitung und Redaktion

Dr. phil. Eva Robmann

**Beiträge** PD Dr. med. David Benninger, Susanne Brühlmann, Ruth Dignös, Dr. med. Daniel Eschle, Judith Falusi, Kilian Hefti, Dr. phil. Erika Hunziker, Dr. med. Klaus Meyer, Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger, Christoph Sutter, Elmar Zwahlen

**Fotos** Titel: Jaakko Posti. Inhalt: René Gossweiler, Kurt Heuberger, Tassos N. Kitsakis, Jaakko Posti, Reto Schneider, Andreas Tanner, Adobe Stock

**Grafik** Urs Attinger, Screen & Design, Zürich

**Lektorat** Nelly Elsenbruch-Bach, 8353 Elgg

**Druck** Schellenberg, Pfäffikon/ZH

**Auflage** 10 000 Exemplare viermal jährlich

**Insetrate** Preis auf Anfrage

**Redaktionsschluss für Nr. 138**

6. April 2020

**Abonnement** Für Mitglieder von Parkinson Schweiz im Beitrag enthalten

**Einzelpreis** CHF 8.–

**© Parkinson Schweiz.** Parkinson Schweiz schliesst jegliche Haftung für die im Magazin publizierten Produkte aus. Nachdruck nur mit Quellenangabe gestattet, in kommerziellen Medien mit Einwilligung von Parkinson Schweiz. **ISSN** 1660-7392

### Parkinson Schweiz

Gewerbestrasse 12a  
Postfach 123, 8132 Egg  
Tel. 043 277 20 77,  
Mo-Fr: 8-12 und 13.30-17 Uhr  
[info@parkinson.ch](mailto:info@parkinson.ch), [www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch)

HAUPTSPONSOR	CO-SPONSOR
<b>FONDATION PHILANTHROPIA</b> LOMBARD ODIER <hr/> FONDS GUSTAAF HAMBURGER	abbvie