

**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

## Inhaltsverzeichnis

### 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](#)

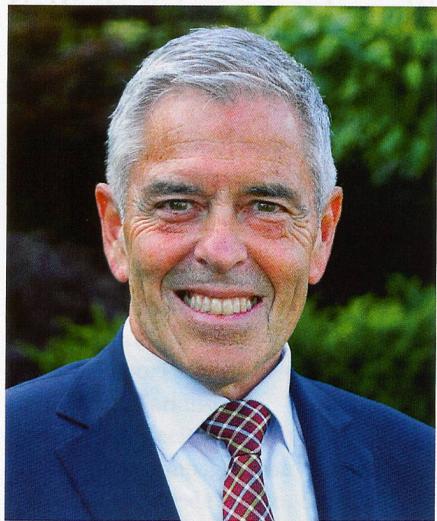
### Terms of use

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>**

# Restare in movimento



Care lettrici, cari lettori,

Parkinson Svizzera ha deciso di dedicare il 2020 al movimento fisico. Nella rubrica «Tema scottante», il Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger analizza il tema «movimento e Parkinson» dal punto di vista scientifico, mentre nelle pagine dedicate alla ricerca si parla di terapia motoria, ad esempio illustrando i benefici del ballo. Nella rubrica «Ritratto» la giovane parkinsoniana Silvia Lerch ricorda l'avventura vissuta in Lapponia con i cani da slitta, che è stata narrata in un documentario trasmesso dalla televisione svizzera.

Anche presso Parkinson Svizzera c'è del movimento. Dopo che nello scorso giugno l'Assemblea generale aveva eletto ben quattro nuovi membri del Comitato, ora si registra un avvicendamento in seno al Segretariato di Egg: in seguito alla partenza di Carmen Stenico, la direzione della nostra associazione è affidata a una nuova guida. Sino a fine luglio Parkinson Svizzera sarà diretta ad interim da Peter Franken, ex Direttore dell'associazione, che a inizio agosto passerà il testimone a Susann Egli, ex Direttrice di Epi Suisse.

L'11 aprile, data di nascita di James Parkinson – il medico da cui trae il nome la patologia – è la Giornata mondiale Parkinson. Grazie alle scoperte della ricerca scientifica, oggi il Parkinson può essere trattato bene. La nostra associazione promuove la ricerca sul Parkinson e, offrendo consulenza, formazione e informazione, si impegna per migliorare la qualità di vita dei parkinsoniani e dei loro familiari. Abbiamo bisogno del vostro sostegno e vi saremo molto grati se vorrete farci una donazione.

Spero che la lettura di questo numero della rivista vi regali momenti piacevoli, nozioni interessanti e suggerimenti utili.

Elmar Zwahlen  
Presidente

Grazie di cuore per la vostra offerta a favore di Parkinson Svizzera

**PC 80-7856-2**

Agenda: manifestazioni.....	2
Attualità: novità in seno alla Direzione .....	34
Tema annuale: campagna pro movimento .....	35
Corsi: Parkinson e Nordic Walking .....	36
Serie: Parkinson e dolore .....	37
Tema scottante: movimento fisico e Parkinson .....	38
Ricerca: la funzione di «guardie del corpo» delle proteine .....	40
Ricerca: tango e aerobica .....	41
Ricerca: SCP con effetto collaterale – c'è chi «disimpara» a nuotare .....	42
Consulenza: domande al PD Dr. med. David Benninger .....	43
Vita quotidiana: mezzi ausiliari, i consigli degli esperti .....	44
Ritratto: Silvia Lerch, giovane parkinsoniana, e la sua avventura in Lapponia .....	45
<i>Parkinson in tedesco</i> .....	3
<i>Parkinson in francese</i> .....	20
Indirizzi dei gruppi di auto-aiuto .....	46
Donazioni .....	47

## SIGLA EDITORIALE

**Editore** Parkinson Svizzera,  
Casella postale 123, CH-8132 Egg,  
tel. 043 277 20 77, info@parkinson.ch,  
www.parkinson.ch, Associazione svizzera  
Parkinson, CP 80-7856-2

**Direzione progetto e redazione**  
Dr. phil. Eva Robmann

**Contributi** PD Dr. med. David Benninger,  
Susanne Brühlmann, Kate Ercegovich,  
Dr. med. Daniel Eschle, Judith Falusi,  
Dr. med. Klaus Meyer, Giuseppe Sarcinella,  
Michele Sica, Prof. em. Dr. med. Mathias  
Sturzenegger, Elmar Zwahlen

**Foto** Copertina: Jaakko Posti. Contenuto:  
archivio Parkinson Svizzera, Tassos N. Kitsakis,  
Jaakko Posti, Andreas Tanner, iStock,  
Adobe Stock

**Grafica** Urs Attinger, Screen & Design, Zurigo

**Traduzione**  
Laura Giugni Canevascini, 6616 Losone

**Stampa** Schellenberg, Pfäffikon/ZH

**Tiratura** 10000 esemplari 4 volte l'anno

**Inserzioni** Prezzo su richiesta

**Chiusura di redazione per il n. 138**  
6 aprile 2020

**Abbonamento** per i membri di Parkinson  
Svizzera incluso nella quota annua

**Prezzo unitario** CHF 8.–

© **Parkinson Svizzera**. Parkinson Svizzera declina qualsiasi responsabilità per danni provocati da prodotti pubblicati in questa rivista. Riproduzione permessa con indicazione della fonte, su mezzi di comunicazione commerciali, previo consenso di Parkinson Svizzera. **ISSN** 1660-7392

## Ufficio Svizzera italiana

**Casella postale**  
**6501 Bellinzona**  
Tel. 091 755 12 00  
ma: 8-12 e 13.30-17, me: 8-12  
info.ticino@parkinson.ch  
www.parkinson.ch

SPONSOR PRINCIPALE  
**FONDATION PHILANTHROPIA**  
LOMBARD ODIER  
FONDS GUSTAAF HAMBURGER

CO-SPONSOR

**abbvie**