

**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**

SPONSOR PRINCIPALE

FONDATION  
**PHILANTHROPIA**

LOMBARD ODIER

FONDS GUSTAAF HAMBURGER

CO-SPONSOR

abbvie

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
Parkinson in tedesco	3
Parkinson in francese	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** 10 000 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