

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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2020)

Heft: 139: Bewegung und Neuropsychologie = Activité physique et neuropsychologie = Movimento e neuropsicologia

Artikel: "Positiv denken bringt mehr"

Autor: Robmann, Eva

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1034851>

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: 13.02.2026

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

«Positiv denken

bringt mehr»



Foto: Kurt Heuberger

Antonio Fazio war 54-jährig, als er die Diagnose Parkinson erhielt. Kurz zuvor hatte er angefangen, Minitrampolin-Kurse zu geben.

Die farbig verzierten runden Minitrampoline verbreiten eine heitere Stimmung im Raum. Antonio Fazio, ein sportlich gekleideter, gut aussehender Mann, sitzt an einem Tisch und erzählt aus seinem Leben. Mit 54 Jahren hatte er die Diagnose Parkinson erhalten, kurz nachdem er die Fazio Consulting eröffnet hatte. Im Angebot gibt es neben Beratungen in Lebensfragen auch Minitrampolin-Kurse.

Doch heute ist Antonio Fazio, der in Neuenburg geborene 56-Jährige mit sizilianischen Wurzeln, nur noch selten als Instructor auf dem Trampolin im Einsatz. Seine Frau hat diese Aufgabe übernommen. «Die fortschreitende Krankheit lässt eine ganze 50-minütige Lektion auf dem Trampolin nicht mehr zu.» Das sagt Antonio Fazio ohne Bitterkeit. An Umbrüche in seinem Leben hat er sich gewöhnt. Er sucht und findet immer wieder einen konstruktiven Weg, auf Herausforderungen zu reagieren.

Eigentlich war sein Berufswunsch, Schauspieler zu werden oder ins Showbusiness einzusteigen – was bei seiner Ausstrahlung und seinem versierten Umgang mit der Sprache gut vorstellbar ist. Doch auf Wunsch des Vaters machte er eine 4-jährige Lehre als Elektromonteur. «Ein einsamer Beruf», sagt er und lächelt. Danach war er zwei Jahre lang als Heizungsmechaniker unterwegs und genoss den Kundenkontakt. Es folgte über ein Jahrzehnt als Versicherungsvertreter, ein weiteres als Geschäftsleiter in Kleidergeschäften. Dort wurde er von der Schweizer Post abgeworben, um den Postangestellten in der Westschweiz das Verkaufen von Zusatzprodukten am Schalter beizubringen.

Er zeigte während sieben Jahren rund 500 Angestellten pro Jahr, wie sie vom Beamten zum Verkäufer werden. Nicht allen behagte diese Transformation, wie Fazio dies nennt. «Ich habe viele weinen sehen.» Der Druck sei gross gewesen. «Schneller und immer schneller, dazu die Sparmassnahmen und der Personalabbau.» Mit 52 Jahren trafen die Sparmassnahmen auch ihn und seine 12 Ausbildnerkollegen, alle wurden entlassen. Schon vor der Entlassung habe er unter Angstattacken, Konzentrationsschwierigkeit und Bauchkrämpfen gelitten, Symptome, die er rück-

blickend seiner späteren Krankheit zuschreibt. Dennoch habe er sich aufgerafft und versucht, das Beste aus seiner Situation zu machen. «Positiv denken bringt mehr.» Er habe sich gefragt: Wieso nicht den Menschen helfen, die Ähnliches erlebt haben? Schliesslich hatte er sich während seiner Zeit bei der Post auf deren Geheiss zum diplomierten Erwachsenenbildner ausbilden lassen und zusätzlich auf eigene

Kosten eine Weiterbildung zum Coach besucht. Das kam ihm nun zugute, um ein Angebot als Selbstständiger aufzubauen.

Gleichzeitig entdeckte er die Minitrampoline. Seine Frau und er liessen sich darin instruieren. Jetzt geben sie selber Kurse, mit eigenen Choreografien. Antonio Fazio, der in Jugendjahren als DJ tätig war, sogar als Radiomoderator, fingert an seinem Nastel, um einen geeigneten Rhythmus zu finden. Er steht mühsam vom Stuhl auf und tritt etwas unsicher aufs Trampolin. Als die Musik einsetzt, beginnt er zu wippen, gewinnt zunehmend an Sicherheit und zeigt schliesslich eine Tanz-ähnliche Choreografie. Dabei lächelt er gelöst.

Dr. phil. Eva Robmann



Antonio Fazio und seine Frau lernten Trampolinspringen. Nun geben sie selber Kurse – mit eigenen Choreografien. Foto: Kurt Heuberger

Selbsthilfegruppe für Jungbetroffene

Antonio Fazio spielt mit dem Gedanken, eine französischsprachige Selbsthilfegruppe für Jungbetroffene im Raum Biel zu gründen.

Interessierte können sich bei André Dembinski von Parkinson Schweiz melden.

021 729 99 19
andre.dembinski@parkinson.ch

Weitere Selbsthilfegruppen: parkinson.ch > Unsere Angebote > Selbsthilfe