

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2021)

**Heft:** 143: Parkinson und Störung der Riechfähigkeit = Parkinson et troubles olfactifs = Parkinson e disturbi dell'olfatto

**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:** 08.02.2026

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

# Gruppo Congiunti

**Una retrospettiva della responsabile del gruppo Congiunti Ticino: «Per fortuna abbiamo potuto riprendere a incontrarci, altrimenti ci saremmo allontanati sempre di più.»**



Il primo incontro reale del nuovo gruppo di auto-aiuto il 31 marzo 2021. Foto: pgc Eveline Soldati

Finalmente vediamo la luce in fondo al tunnel! La pazienza anche per noi del gruppo auto-aiuto Congiunti Ticino, è stata infatti pesantemente messa alla prova durante il periodo di Covid-19. Ce l'abbiamo fatta, e questo ci ha resi ancora più forti anche se mantenere l'unione del gruppo non è stato facile, vista l'implicazione dei mezzi digitali non a tutti tanto familiari.

Potersi vedere e potersi specialmente parlare solo online non è stato semplice,

perché il nuovo sistema di comunicazione in realtà è molto più frammentato. La discussione impone di parlare uno alla volta, il contatto diretto e personale con gli altri è molto diverso: uno sguardo o un contatto fisico amichevole è impossibile da ottenere. In ogni caso, questo ci ha allontanati dalla consuetudine e solo pochi hanno potuto godere del lato positivo nel saper utilizzare correttamente Zoom oppure un altro dispositivo.

Finalmente durante il mese di marzo, aiutati dall'allentamento delle misure di sicurezza, abbiamo potuto incontrarci con tutte quelle sensazioni legate allo stare insieme che ci erano tanto mancate. Il desiderio di ognuno di noi è stato sempre focalizzato su quanto sia bello, specialmente nel nostro caso, sia il convivere e specialmente il condividere personalmente emozioni, situazioni, scambi di parole, sostegno e quant'altro di positivo ci possa essere per frenare il pensiero troppo rivolto al nostro amico-nemico Parkinson.

Eveline Soldati

## Informazioni:

079 230 04 73, [evelinesoldati@bluewin.ch](mailto:evelinesoldati@bluewin.ch)



Riunione del gruppo su Zoom.

# Gruppo di Lugano

**Finalmente abbiamo ricominciato: la ginnastica settimanale, prima all'aperto e poi in palestra, e le passeggiate mensili che si concludono con piacevoli merende.**

Dopo l'assemblea annuale, tenutasi per corrispondenza, abbiamo in programma il pranzo di inizio attività, occasione d'oro per trovarci in compagnia.

Il futuro ci riserva la collaborazione con i corsi di Nordic Walking, la partecipazione alla prova ufficiale del primo concerto dell'orchestra della Svizzera italiana al LAC di Lugano, la vacanza a Montegrotto Terme con l'assistenza dell'ergoterapista Michele Sica e una ventina di partecipanti. In autunno e inverno seguiranno la casta-

gnata, il pranzo di Natale e una conferenza teorico-pratica sull'attività motoria e cognitiva adattata a parkinsoniani, condotta da Michele Sica.

Vorrei ricordare l'esistenza di un servizio di volontariato a favore di parkinsoniani e coniugi. Gli interessati si possono rivolgere al sottoscritto.

Michele Bottani

## Informazioni:

079 298 42 36, [urmibot@bluewin.ch](mailto:urmibot@bluewin.ch)



Il gruppo di Lugano in un'escursione.  
Foto: pgc Michele Sica