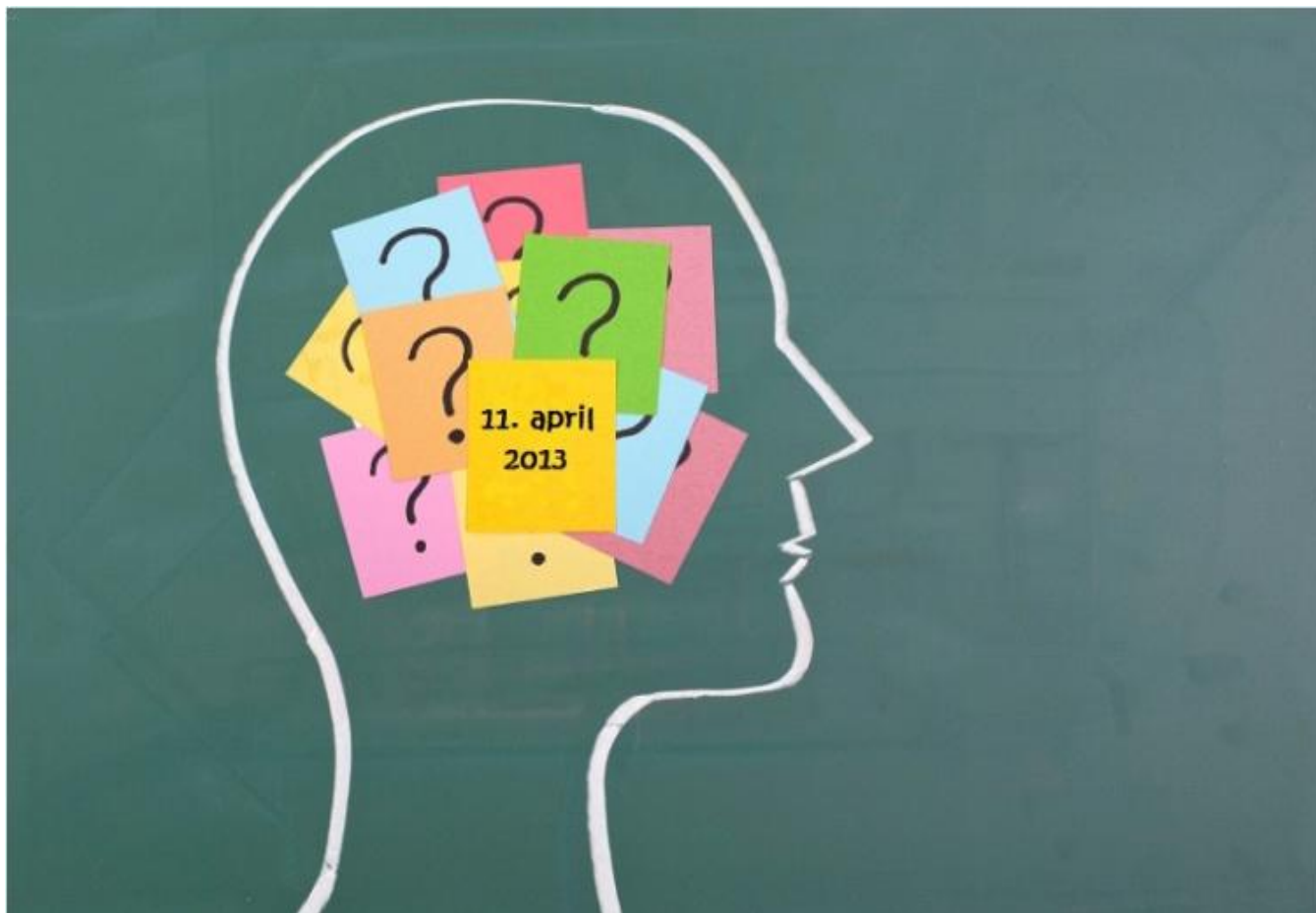


Nyt fra Parkinsonforeningen Østjyllands kreds,

dækker følgende kommuner:

Favrskov, Norddjurs, Odder, Randers, Samsø, Silkeborg, Skanderborg,
Syddjurs og Århus



International Parkinsonsdag

Over hele verden markeres James Parkinsons fødselsdag i ugen omkring den 11. april, da det var ham, der lagde navn til Parkinsons sygdom. (se side 14/15 i dette blad)

Indholdsfortegnelse

| | Aktivitet/indhold | side |
|-------------------------|--|------|
| Redaktion | Forside | 1 |
| Leif Nyhus Christensen | Indholdsfortegnelse | 2 |
| Udgives af Parkinson- | Kære Kredsmedlemmer | 3 |
| Foreningen, Østjyllands | Årsmøde for duodopabrugere | 3 |
| Kreds | Indkaldelse til generalforsamling | 4 |
| | Indlæg om Nytårskur | 5 |
| | Rehabiliteringstilbud for Parkinsonramte i Skive | 6 |
| | Århusklubben | 6 |
| Opsætning /Layout: | Silkeborgklubben | 7 |
| Leif Nyhus Christensen | Silkeborgklubben/Odderklubben/Samsøklubben | 8 |
| | Djurslandsklubben | 9 |
| Trykning: GP-Tryk A/S | Djurslandsklubben | 10 |
| Rugvænget 3 | Djurslandsklubben/Randersklubben | 11 |
| 8500 Grenaa | Randersklubben | 12 |
| | Parkinsonskole | 13 |
| Oplag 700 stk. | Parkinsonskole/International Parkinsondag | 14 |
| | International Parkinsondag 2013/Aktivitetskalender | 15 |
| Deadline senest | Bestyrelse | 16 |

sendes til

Leif Nyhus Christensen
Ymersvej 7
8500 Grenaa
Tlf.:8633 2277
e-mail:ls.tornled@mail.dk

*Nogle indlæg i Randers, Grenaa,
Silkeborg og Odder er forkortet
af redaktionen p.g.a. meget stofmængde*

:

Kære medlemmer

På grund af overvældende stofmængde til dette nr. af bladet vil jeg indskrænke mig til følgende:

- Rette en stor tak til alle jer der mødte op til vores nytårskur med godt humør.
- Opfordre jer alle til at nærlæse tilbuddene fra Parkinsonskolen.
- Opfordre jer til at møde op ved vores generalforsamling d. 10. april.

Med venlig hilsen

Vagn Hestbæk

Årsmøde for duodopabrugere

Hvert år mødes brugere af duodopapumpen, deres pårørende og andre interesserede til et årsmøde, som indeholder oplysende foredrag, deltagelse af en duodopasygeplejerske, gruppediskussioner og hyggeligt samvær. Næste møde er Lørdag d. 20. april 2013 fra kl. 10.00 til ca. kl. 16.00 i Menighedslokalerne ved Langenæskirken. Adr.: Kirkedammen 2, 8000 Århus C. Pris 250 kr. pr. person inkl. morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe.

Flere informationer kommer i næste nummer af Parkinson Nyt og på www.parkinson.dk/indhold/duodopagruppen. Tilmelding senest 8. april til Lise Arnecke på tlf. 4922 0830 eller mail: phyllis@c.dk.

**Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Parkinsonforening,
Østjyllands kreds, onsdag den 10. april kl. 17.30, på Kirkedammen 2,
8000 Århus C.**

Dagsorden:

- 1.Valg af dirigent
- 2.Formandens beretning til godkendelse
- 3.Det reviderede årsregnskab til godkendelse
- 4.Valg:
 - a) Kredsformand for 2 år: Vagn Hestbæk, modtager valg
 - b) bestyrelsesmedlemmer for 2 år:
Kirsten Sylvang, modtager valg
Sonja Christensen, modtager valg
Leif Nyhus Christensen, modtager valg
 - c) Valg af suppleanter for 1 år
Hans Jørgen Calundan, modtager valg
Lise Helmer Petersen, modtager valg
 - d) Valg til Hovedbestyrelsen for 2 år
Vælges blandt de til bestyrelsen valgte personer
- 5.Indkomne forslag
- 6.Eventuelt

Af hensyn til fortæring bedes om tilmelding senest torsdag den
4. april.

Efter generalforsamlingen kommer oberst Jens Christian Lunds
foredrag .

”Fra husmandssøn i THY til Bedstefar med Parkinson”

Oberst Lund begyndte sin karriere i forsvaret for ca. halvtreds år
siden, da han som 17-årig student blev indkaldt som soldat. Et langt
og varieret tjenesteforløb fulgte med vekslende tjeneste i geled,
stabe og forsvarsministeriet, for til sidst at slutte som regimentschef
for Prinsens Livregiment (Viborg).

Gennem hele sit lange militære liv har han haft en fast forankring i
forskellige civile gøremål såsom fodboldommer i første division

(dengang bedste række), byrådsmedlem (formand for teknisk udvalg) og medlem af Folketinget for Socialdemokratiet - for blot at nævne nogle få. I al sin færd en flittig og engageret samfundsborger, der sprogligt aldrig har lagt skjul på sin specielle jyske hjemstavn.

Nytårskur i Langenæs Kirkens lokaler: Et meget vellykket arrangement.

Jeg havde læst om Nytårskuren i medlemsbladet, og da min situation er, at jeg har lige fået diagnosticeret sygdommen, tænkte jeg, at det var en god lejlighed til at møde ligesindede og høre, hvordan de forholdt sig til sygdommen. Jeg kom til at sidde sammen med nogle rare mennesker, og vi fik under middagen en god snak om sygdommen og problemerne med den.

Nytårskuren startede kl. 12.00, hvor vi også markerede kredsens 25 års jubilæum, og efter velkomst fra formanden og festkomiteen fik vi serveret en meget velsmagende buffet. Festkomiteen havde arrangeret, at en trio derefter sang og spillede (harmonika) for os. Omdelte sanghæfter gav os mulighed for at synge med på sangene og jeg kom i rigtig godt humør af det. Arrangementet sluttede ca. kl. 16.00.

Tak til festkomiteen for et meget vellykket arrangement, som samtidig var en fin introduktion til Parkinsonforeningen, dens ildsjæle og rare medlemmer af foreningen.

Med venlig hilsen

Michael Maahr



Her ser I et udsnit af festdeltagerne.

NYT TILBUD TIL PARKINSONRAMTE

3 ugers rehabilitering på Regionshospitalet Skive.

Parkinsonforeningen har meget længe arbejdet for at skabe forståelse for, at der er behov for et tilbud om målrettet rehabilitering for Parkinsonramte, og det er derfor en epokegørende nyhed, at der nu endeligt for første gang i hele landet etableres et sådant tilbud på et offentligt hospital. Måske kender I Vejlefjord, men se her.

Det er Region Midtjylland, der har taget initiativet til dette nye tilbud, men da det er det eneste offentlige tilbud af denne art i Danmark, er det også åbent for borgere i hele landet. Rehabiliteringsforløbet varer 3 uger og afvikles med 4 deltagere pr. hold. Første hold starter i uge 8, og herefter planlægges der med ny holdstart hver 6 uge, da hospitalet skifter mellem et sådant 3-ugers tilbud for Sclerose- og Parkinsonpatienter.

Rehabiliteringsforløbet afsluttes med et møde mellem patienten og behandlerteamet, som også sørger for opfølgning og genoptræningsplan i forhold til hjemkommune og praktiserende læge.

Du skal henvende dig til din neurolog eller din praktiserende læge og bede om en henvisning til rehabilitering i Skive for Parkinsonramte.

Nærmere oplysning kan fås hos afdelingssygeplejerske Margit Kristensen, Regionshospitalet Skive, direkte tlf.: 78 44 61 01.

Århusklubben(cafe)

"Hyggelig fællessang i Langenæs Kirkens lokale i foråret 2013:

Lise Helmer, Jens O. Knudsen samt Michael Maahr fra Parkinsonforeningen arrangerer samvær omkring sange for interesserede på følgende 3 torsdag eftermiddage: **21. februar, 14. marts samt 25. april alle dage i tidsrummet kl. 14.00 - 16.00.**

Hvorfor kunne det være en god ide at deltage i arrangementerne? Mange kommer i godt humør af at synge. Samtidig er det også en nem måde at foretage stemmetræning, som bl.a. parkinsonpatienter kan have gavn af. Vi vil synge sange fra højskolesangbogen

og evt. andre sange (f. eks. medbragt af deltagere til arrangementerne). Lise Helmer vil spille klaver til sangen. Vi får en kop kaffe/te og kage ca. kl.15.00. Pris for deltagelse kr. 25.00. Tilmelding til det enkelte arrangement: dagen før senest kl. 12.00 til: Michael Maahr: email: michael.maahr@gmail.com eller mobil 22 35 62 52.", der også kan svare på evt. spørgsmål til arrangementerne."

Da vi p.t. ingen leder har, arbejder vi på at finde en eller flere der vil påtage sig et arbejde med at få Århusklubben op at stå igen. Er **du** en af dem, så mød til generalforsamling i Kredsen eller meld **dig/jer** til en i bestyrelsen. (Se sidste side)

Silkeborgklubben

Klubleder: Hans Jørgen Calundan

Tlf. 8682 9778, e-mail: hjbcalandan@hotmail.com

Siden sidst.

Julefrokost i Bowl'n'fun den 29. november 2012
44 deltagere, det er flot. Vi Bowlede, spillede amerikansk lotteri, vandt mange sponserede præmier og vi spiste os dejlig mætte. Bowling slutter denne sæson, den 15.maj 2013.

Nytårskuren i kredsen den 19.januar var efter sigende meget vellykket.

Vandgymnastik : Der er i øjeblikket stoppet for tilgang.
har du lyst til at komme på venteliste Ring Lillian 23 320 482
Gymnastik Klinik for fysioterapi Ved Skrænten tlf. 86 82 98 22
Her er startet et hold mere, så der skulle være plads til flere
Tirsdag den 5. februar kl. 10.30

Vi prøver at starte vore gåture op igen, første gang tirsdag den 5. februar kl. 10.30.

Vi mødes på Nordvest Badets P. plads og herefter tirsdage i lige uger, det er lige før varmtvandsgymnastik.

Tilmelding ikke nødvendig bare mød op præcis vi går på slaget 10.30.

MARTS: ÆNDRING: Sang eftermiddagen er flyttet til 20. marts kl.14.00 i Medborgerhuset.

Tilmelding til Hans Jørgen senest 13. marts på tlf. 86829778

APRIL: Årsmøde den 18. april kl. 18.15 afholder vi Årsmøde i Det Nye Teater Gjessøvej Silkeborg. Vi starter med mødet kl. 18.15 herefter spisning og senere dette års revy .Alt dette for kun 125 kr.Vi råder kun over 40 billetter, så vent ikke for længe, ring til Vagn tlf.86853243

MAJ: Tirsdag den 7. maj kl. 14,00 til 15.30.

Aktivt liv med parkinson. Info møde hos Fysioterapien Kejlstrupvej, tidligere Alderslyst Bibliotek.

Tilmelding til Lillian 23320482 senest 1. maj.

Juni: Reserver den 19. juni da har vi tur ud i det blå. Mere i næste blad. Reserver desuden den 31.august, der har vi vores årlige udflugt, Mere info senere.

Vi håber at se rigtig mange af jer til vore arrangementer og ønsker alle et godt forår.

Odderklubben

Klubleder: Birthe Vestergaard, tlf. 2218 4820, E-mail: bittevestergaard@gmail.com

Medhjælper: Sigrid Sørensen, tlf. 8653 1264

Vores lokale klub er på tiden lukket ned p.g.a. manglende tilslutning. Vi håber og tror, at vi igen får mulighed for at få gang i Odderklubben. Hvis der i Parkinsonforeningen er medlemmer, som ønsker at være med til en ny start, er I velkomne til at kontakte mig. Venlig hilsen Birthe Vestergaard.

Samsøklubben

Klubleder: Ingolf & Jonna Thunbo Hansen Tlf.:86590053, E-mail: skrænten7@mail.dk

Traditionen tro har foreningen afholdt julesammenkomst for alle medlemmer.Bestyrelsen er utrolig stolt over den store opbakning til dette arrangement. Vi havde en dejlig aften i Medborgerhuset med julemiddag og efterfølgende fornøjeligt pakkespil.

Når foråret nærmer sig påtænker foreningen at afholde et medlemsmøde med en foredragsholder. Medlemmer opfodres til at

komme med emner, som de ønsker at vide mere om. Kontakt meget gerne formanden eller en i bestyrelsen snarest muligt, og vi vil gøre hvad vi kan.

De bedste ønsker til alle for det nye år, og fortsat god opbakning om foreningen.

Også et Godt Nyttår til andre foreninger/klubber i det Østjyske område.

Ingolf Thunbo Hansen, Samsø

Djurslandsklubben

Klubledere: Leif Nyhus Christensen Tlf. 86332277/28944098, e-mail: ls.tornled@mail.dk
Kirsten Sylvang Tlf. 86309096. E-mail: sylvang@stofanet.dk

Onsdag den 5-12-2012 holdt Djurslandsklubben kombineret 20 års jubilæum og julefrokost.

Vi var inviteret på Grenaa Bowlingcenter til spisning og efterfølgende et slag bowling. Men på grund af for få tilmeldte blev Sonja og Leif lidt nervøse, om lokalet blev for stort og koldt.

Leif tog en hurtig beslutning, og inviterede alle hjem i sin private udestue, hvor Sonja havde dækket bord og pyntet op. Vi startede med tunmus og dertil lune flutes; skinke med grøntsager m.m. Og alt imens vi sad og hyggede og spiste begyndte det at sne, store flager af sne dryssede lige så stille ned, alt imens solen skinnede. Det kunne simpelt hen ikke blive smukkere. Jeg kom til at tænke på den gamle film "Jul i den gamle Købmandsgård". Der faldt sneen også så stille, alt imens der blev bagt klejner. Imens læste Kirsten en historie af Astrid Lindgren. Leif havde tilbudt at vise os, hvordan man lavede juledekorationer med små midler. Han havde været ude i naturen og egen have for at finde tørrede ting som kunne bruges, og det blev der nogle fine dekorationer ud af. Leif er udlært gartner, så han havde prøvet det før og kom med et par gode tips. Derefter var der kaffe med æblekage og småkager. Så var der kun tilbage at ønske hinanden glædelig jul og et helsebringende nytår. Vi kunne jo passende have sunget "**Når, der igen er slut på en dejlig dag**". Synd der bare ikke mødte flere op.

Inger Pej

Hør efter i Syddjurs Kommune

Når man ikke vil komme til muhammed, må muhammed komme til Jer. Dette var en barsk udmelding, men den var nu venligt ment. Vi har i lang tid i Grenaaklubben ikke kunnet forstå, hvorfor man fra Syddjurs ikke mødte op til de arrangementer vi holdt.

Dette kunne selvfølgelig være, fordi de ikke var spændende nok, men det kunne også være, fordi der stadig er et skel mellem kommunerne på Djursland, eller den fysiske afstand er for stor. (Måske en kombination af alle tre dele). Dette prøver vi nu at råde bod på, ved at indkalde til møde **tirsdag den 12. marts kl. 19.00 på Sundhedshuset i Ebeltoft, Nørreport 2, bygning 3B, 8400 Ebeltoft.**

Som medlemmer betaler I kontingent til Parkinsonforeningen. De fleste af disse penge går tilbage til kredsen (- lidt til administration), så hvis I vil have fat i Jeres egne penge igen, er I nødt til at møde op, ellers går disse penge til andre medlemmer i kredsen.

Vi vil gerne høre hvad I som medlemmer kunne ønske Jer, om I vil mødes med visse intervaller, om I vil være sammen i et socialt ligeværdigt miljø, om I evt. vil finde et centralt samlingssted hvor Parkinsonramte og pårørende kunne mødes. Måske har I mange andre ideer til at kunne mødes i parkinsonregi, så kom frem af busken og meld Jer til dette møde.

Mødet er gratis og alle (medlemmer + pårørende) er velkomne, men husk tilmelding senest **den 5. marts** til (se nedenunder).

Jeg skal lige minde Jer om, at vi har startet/genstartet en klub i Randers, da vi fornemmede at medlemmerne gerne her ville mødes en gang imellem. (Se novemhernummeret af kredsbladet). Dette kunne måske være en ledetråd til medlemmerne i Syddjurs Kommune.

Venlig hilsen

Leif Nyhus Christensen

Tlf. 86332277/28944098

Næstformand i Østdjurs Kreds/klubleder i Djurslandsklubben

Næste arrangement er: **onsdag d. 13.03.13 kl. 14.00** i Kulturhuset i Grenaa. Christina Philipstatt vil holde et oplæg om ”Den svære samtale”, krydret med sang og fortælling. Der vil være mulighed for at lytte og komme med indspark til emnet.

Tirsdag den 16.04.13 fra kl. 14.00-18.00 kobler vi os på DH Norddjurs` arrangement i Kulturhuset, der handler om Velfærdsteknologi og hjælpemidler. (Temadag med Kommune og brugere) Gratis adgang

Tirsdag d. 07.05.13 kl. 14.00 ligeledes i kulturhuset vil Lusi Pallesen komme og fortælle om sin barndom og opvækst. Lusi er født i Afrika af indiske forældre, og er opdraget og har gået i skole i et katolsk nonnekloster.

Husk også Generalforsamling i kredsen den 10.04.13 og Mr. Parkinsons fødselsdag den 11.04.13 (se side 15 i bladet)

Glem ikke tilmeldinger.

”Randersklubben”

Ny klubleder i Randers: Hans Nielsen tlf.: 86415502/53570905, e-mail runebergsvej3@live.dk **Stedfortræder:** Asger Sørensen tlf 86433388, e-mail: asgar8920@hotmail.com

19.11.12 havde vi inviteret Logopæd (talepædagog) Kathrine Anderschou. Kathrine arbejder på Center for Specialundervisning af Voksne i Randers, der blandt andet arbejder med personer der er hjerneskadet, men Kathrine arbejder også med Parkinsonpatienter. Hendes opgave er her at bedre patienternes stemmeføring, hvilket Kathrine viste eksempler på.

En god kropsholdning, vejrtrækning og daglig gymnastik kan medvirke til at løsne stive muskler.

Det er ligeledes vigtigt at bruge og styrke musklerne i hals, ansigt og tunge.

En god og udbytterig eftermiddag – med stor ros til Kathrine.

11.12.12 Julestue. Der var lagt op til en festlig afslutning på året, hvor vi havde inviteret tidligere sognepræst Bent Ole Pedersen, Bjerringbro til at causere over ”Jul i den gamle præstegård”. Vort klubmedlem, tidligere baker Kurt Pedersen havde bagt dejlige julesmåkager og lavet kransekage-konfekt, og ikke at forglemme havde vores lokale REMA 1000 sponseret chokolader og karameller, så der var bestemt ingen, som gik sultne hjem.

--0--

Den 12. marts 2013 kl.14.00 besøger vi Randers Tandhjulsfabrik A/S, hvor der d. 30. oktober 2012 blev indgået en kontrakt om levering af tandhjul til Rolls Royce. En kontrakt der skaber et solidt fundament for den 90-årige fabrik.

Vi mødes ved Randers Tandhjulsfabrik, Haraldsvej 19 til et spændende foredrag. Arrangementet er gratis.

Tilmelding via Hans Nielsen på 86415502/53570905 – email: runebergsvej3@live.dk senest den 3. marts 2013.

16. april kl.14 – Besøg og rundvisning på Randers Sundhedscenter, Thors Bakke. Tilmeldingfrist senest den 9. april. Arrangementet er gratis og varer ca. 1 time. Der serveres kaffe efter rundvisningen.

14. maj kl.14 – Guidet rundvisning i Randers regnskov – mødetid kl. 13,30 af hensyn til billetkøb.

Benyt muligheden for at komme tæt på dyrene i Randers regnskov, som er en tropisk zoologisk have. Vores målsætning er, at et besøg skal være en totaloplevelse.

Som gæst færdes du i samme rum og i det samme varme fugtige klima, som hovedparten af vores dyr og planter.

Dyrene vil snart gemme sig bag grene og klipper og snart komme så tæt på, at du kan se det sorte under deres negle, eller mærke suset fra deres vinger.

Deltagergebyr kr. 100 og der er mulighed for at opgradere til årskort mod betaling af kr. 20,-.

Har man allerede et årskort, er arrangementet gratis.

Tilmeldingsfrist senest den 1. maj.

PARKINSONSKOLEN

Samarbejdet mellem Østjyllands og Midtnordjyllands kredse om en kursusrække for Parkinsonpatienter og pårørende fortsætter i foråret 2013. Og vi kan derfor invitere alle interesserede til følgende to interessante arrangementer, der begge finder sted en lørdag på **Center for Kommunikation og Undervisning, Rosenstræde 6, 8800 Viborg.**

Prisen for deltagelse er 150 kr. pr. dag, der inkluderer frokost med 2 stykker smørrebrød og øl/vand samt kaffe/te formiddag og eftermiddag.

Deltagerantallet er begrænset til max. 30 pr. kursusdag, og det administreres efter "først til mølle ...".

Man kan tilmelde sig én af dagene eller begge efter eget ønske, og tilmelding skal ske til

Vagn Hestbæk, tlf. 8685 3243 , vagnoganna@gmail.com eller
Willy Mathiesen, tlf. 8663 7065, willymathiesen@hotmail.com

-0-0-0-0-0-0-0-0-

Lørdag den 16. marts, kl. 10-15: Tilmelding senest torsdag den 7. marts.

Kl. 10.00 – 12.30:

Fysioterapeut Dorte With, Ry:

Fysisk aktivitet og hjælp til selvhjælp, når man har Parkinson.

Gode råd og øvelser om forebyggelse af fald, balanceøvelser, fitnestest for seniorer og forslag til daglige aktiviteter m.m.

Medbring indesko eller sokker til øvelser i gymnastiksalen.

Kl. 12.30 – 13.30: Frokost.

Kl. 13.30 – 15.00:

Afdelingslæge Marit Otto, Århus Universitetshospital:

Parkinson og søvnproblemer. Nyeste viden, behandlings-

muligheder og gode råd om de søvnproblemer, som mange Parkinsonpatienter lider under.

-0-0-0-0-0-0-0-0-

Lørdag den 13. april, kl. 10 – 15: Tilmelding senest torsdag d. 4. april

Kl. 10.00 – 12.00:

Psykoterapeut og hospitalspræst Christian Højlund:

Rørt, ramt og rystet – som patient og pårørende.

Hver eneste dag rummer sine seismografiske rystelser og har sine bevægende øjeblikke, uden at vi nødvendigvis lægger mærke til det. Men når sygdom og ulykke rammer os eller vore nærmeste, så opdager vi pludselig, hvor tæt vi selv er på epicentret. Hvor rørende og rystende livet er, hvor sårbare vi er og hvor henviste til hinanden. Christian Højlund vil give sit bud på den gode kontakt i den svære stund, så der kan blive plads til en levende og menneskelig samtale, når verden vælter og alt bliver kaos.

Kl. 12.00 – 13.00: Frokost.

Kl. 13.00 – 15.00:

Annette Jensen, Ribe:

Livet og dagligdagen med Parkinson.

Annette er gift med Knud Jensen, som har haft Parkinson i ca. 17 år med stadig tiltagende symptomer. Annette vil fortælle meget personligt og ærligt om sine erfaringer og tanker fra sit liv med Knud og Parkinson. Annettes indlæg og oplæg til diskussion henvender sig både til Parkinsonramte og pårørende.

International Parkinsons dag 2013 i Aarhus

Vil du vide mere om, hvordan de nyeste forskningsresultater kan påvirke din hverdag? Kom og vær med, når den internationale Parkinsons dag markeres i Aarhus!

Over hele verden markeres James Parkinsons fødselsdag i ugen omkring den 11. april, da det var ham, der lagde navn til Parkinsons

sygdom. I år markerer Parkinsonforeningen dagen med et større landsdækkende medlemsarrangement i Aarhus. Temaet er forskning - herunder hvordan forskningsresultater konkret anvendes og kommer parkinsonramte og familier til gode.



Dagen vil byde på lettilgængelige oplæg om parkinsonforskning i praksis og vil give dig et vigtigt indblik i vejen fra forskning til patienter. Samtidig får du rig mulighed for at møde andre, der også lever med Parkinson.

Program og information om dagen publiceres løbende på www.parkinson.dk, hvor du også kan melde dig til.

Arrangementet foregår Konferencesalen, Storcenter Nord, Finlandsgade 17, 8200 Aarhus N, og der er tilmelding efter 'først til mølle-princippet' via www.parkinson.dk under 'aktiviteter'.

Aktivitetskalender

| <u>Dag tid</u> | <u>Arrangement/foredragsholder</u> | <u>Arrangør</u> |
|--------------------------------------|------------------------------------|-------------------|
| Ons 11.04.13 | International Parkinsonsdag | Landsforeningen |
| Ons 10.04.13 | Generalforsamling | Østj.Kreds |
| Tors 21.02.13 | Sang + 2 gange mere | Århus klubben |
| Ons 20.03.13 | Sang | Silkeborg klubben |
| Ons 18.04.13 | Årsmøde og revy | Silkeborg Klubben |
| Tirs 07.05.13 | Aktiv liv m/parkinson | Silkeborg klubben |
| Ons 19.06.13 | Ud i det blå (afsæt dagen) | Silkeborg klubben |
| Midlertidig lukket | | |
| Tirs 12.03.13 | Møde i Ebeltoft (Sundhedsh.) | Djurslandsklub. |
| Ons 13.03.13 | C. Philipstätt (Den svære samtale) | Djurslandsklub. |
| Tirs 16.04.13 | Velfærdstek. og hjælpemidl. | Djurslandsklub. |
| Tirs 07.05.13 | Lusi Pallesen fortæller | Djurslandsklub. |
| Planlægger foredragsholder i foråret | | |
| Tirs 12.03.13 | Randers Tandhjulsfabrik | Randersklubben |
| Tirs 16.04.13 | Sundhedscentret Thors Bakke | Randersklubben |
| Tirs 14.05.13 | Randers Regnskov | Randersklubben |
| Den 16.03.13 og den 13.04.13 | | Parkinsonskole |



Afsender
Leif Nyhus Christensen
Ymersvej 7, 8500 Grenaa

| | | |
|--|------------------------|--|
| Bestyrelsen: | | |
| Formand | Vagn Hestbæk | tlf. 8685 3243 vagnoganna@gmail.com |
| Næstformand | Leif Nyhus Christensen | tlf. 8633 2277 ls.tornled@mail.dk |
| Kasserer: | Sonja Christensen | tlf. 8633 2277 ls.tornled@mail.dk |
| Sekretær (klubleder Grenaa) | Kirsten Sylvang | tlf. 8630 9096 sylvang@stofanet.dk |
| Best.medlem | Anette Knudsen | tlf.6615 2030 avknudsen@knudsenansby.dk |
| Best.medlem (klubleder i Odder) | Birthe Vestergaard | tlf. 8654 2299 bittevestergaard@gmail.com |
| Best.medlem | Dorthe Dam | tlf.8622 9820/2178 9608 damdorthe@gmail.com |
| Suppleant (klubleder i Silkeborg) | Hans Jørgen Calundan | tlf. 8682 9778 hjbcalundan@hotmail.com |
| Suppleant | Lise Helmer | tlf. 8610 2386 lisehelmer@gmail.com |