



PARKINSON POST

Nr.3

April 2012

24. årgang

Frivillige til haveselskab hos kongehuset



Kilde: www.kongehuset.dk

Læs om haveselskabet på side 4

Indhold

| | |
|---|----|
| Lidt fra formanden | 3 |
| Kære Parkinsonramte og Pårørende | 3 |
| Kongelig anerkendelse af det frivillige arbejde i Danmark | 4 |
| Temadag om avancerede behandlinger | 5 |
| Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom..... | 6 |
| Parkinsonskolen Syd efteråret 2012 | 7 |
| Parkinsonskolen Syd efteråret 2012 | 8 |
| Bestyrelsen | 9 |
| Aktivitetskalender Fyn | 10 |
| Klubber Fyn | 12 |
| Kontaktpersoner m.m. | 12 |

KLUBBER:

| | |
|---|----|
| Assens | 13 |
| Faaborg - Midtfyn | 14 |
| Kerteminde..... | 14 |
| Middelfart | 15 |
| Nyborg | 15 |
| Odense | 16 |
| "De 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter" | 17 |
| Svendborg..... | 18 |
| Vestfyns Handicap Idrætsforening..... | 19 |
| Bustur til Kassel og Berleburg | 20 |

Parkinson Post udkommer 4 gange om året med et oplag på 600 stk. Bladet redigeres af Karin Thomsen efter retningslinjer udstukket af kredsbestyrelsen.

Næste nummer udkommer 1. november 2012.

Materiale bedes indleveret **senest den 10. oktober 2012.**

Redaktør Karin Thomsen, Høgsholtvej 18, 5690 Tommerup
e-mail: kath@glenten.dk, tlf. 23 36 66 86

Lidt fra formanden



Så er sommeren ved at være overstået og de fleste klubber skruer op for aktiviteterne igen.

I kredsen har vi desværre måttet aflyse arrangementet med Rottefælden, da der var for kort tilmeldingsfrist, vi prøver måske igen til næste år. I efteråret skal vi jo på bustur til Hessen. Der er fyldt helt op på turen, så det er dejligt. Der er også tilbud om foredrag ved sygeplejefaglig konsulent Ulla Buhl, som vil fortælle om Non-motoriske symptomer.

I bestyrelsen er vi desuden lige gået i gang med at planlægge aktiviteter til det kommende år, er der nogle der har nogle ønsker, hører vi gerne fra Jer.

Tina Nielsen

Kære Parkinsonramte og Pårørende

Vil I være med til nogle uformelle møder, hvor vi kan snakke om det at være parkinsonramt eller pårørende ?

Jeg forestiller mig, at vi deler os som patienter og pårørende, hvor vi hver især kan få luft for nogle af de tanker, vi gør os om fremtiden med Parkinson.

Der er ingen grund til at være alene med tvivl og utryghed, når vi kan høste erfaringer fra andre i samme situation. Lad os hjælpe hinanden til glæde og et godt liv - trods sygdom.

Jeg forestiller mig, vi kan samles skiftevis hos hinanden.

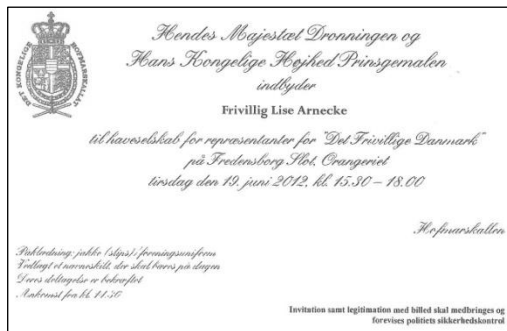
Hvis I henvender jer til mig, vil jeg sørge for iværksættelse af grupper over hele Fyn.

Vil nogen være med som frivillige, er I også meget velkomne.

Jeg glæder mig til at høre fra jer.

Sommerhilsen fra
Lise Arnecke, Drejet 1, Thorø Huse, 5610 Assens
Tlf. 49 22 08 30 mail: phyllis@c. dk

Kongelig anerkendelse af det frivillige arbejde i Danmark



Det var med stor forventning, jeg i strålende sol, mødtes med vores landsformand for Parkinsonforeningen Jorry Højer, Kirsten Sylvang, Ulla Buhl, Just Pedersen og Heino Jespersen i flagalléen ved Fredensborg Slot.

Sammen med en række repræsentanter for **"Det frivillige Danmark"** var vi indbudt til Regentparrets haveselskab ved Orangeriet i slotshaven d. 19. juni som en anerkendelse for at have ydet en frivillig indsats.

Det blev en uforglemmelig oplevelse at være med i de smukke omgivelser, hvor Dronningen, Prinsgemalen og kongefamilien var til stede blandt os.

Der var overdækning og lange borde med fin servering, Livgardens orkester spillede, og tjenere sørgede for at man blev velforsynet.

Jeg er imponeret over så meget frivilligt arbejde der bliver gjort i Danmark, og hvor mange kendte personer der var blandt de ca. 800 indbudte. (gå evt. ind på Kongehusets hjemmeside og se billederne.)

Den ære vil jeg gerne dele med alle jer som er frivillige i Parkinsonforeningen i vores område.

Venlig hilsen Lise Arnecke

Temadag om avancerede behandlinger

Parkinsonskolen Syd

LØRDAG D. 24. NOVEMBER 2012

For alle parkinsonramte, deres nærmeste netværk – ægtefæller, voksne børn samt andre interesserede

| PROGRAM | |
|----------------|--|
| 10 - 12.00 | Sygeplejerskespecialisterne fra Bispebjerg hospital Arne Glad, Narissah Bryndum og Steen Rusborg eller Anders Clausen Svingninger i medicinens virkning. Avancerede behandlingsmuligheder mod Parkinsonsymptomer (STN operation, Apomorfin-pumpe, Duodopapumpe) |
| 12 - 13.00 | Frokost |
| 13 - 15.00 | Arne, Anders/Steen og Narissah fortsat. STN operation, Apomorfin-pumpe, Duodopapumpe |
| 15 - 16.00 | Kaffe og opsamling |

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris:

175 kr. pr. person - inklusiv forplejning (2 stk. Smørrebrød, kaffe/ the og brød formiddag og eftermiddag.) Drikkevarer kan købes på AOF

Tilmelding:

AOF Middelfart, Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00

(senest 14 dage før kursusstart)

Tilmeldingen er bindende. Se også www.aofmiddelfart.dk

Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort

Bemærk!

Hvis du kommer med tog eller bus til Middelfart er der mulighed for videre transport til kursusstedet.

Ring til Lise Arnecke 49 22 08 30 senest 3 dage før.

Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom



Parkinsonforeningen Fyns Kredsen



inviterer til foredrag
v/sygeplejefaglig konsulent Ulla Buhl

MANDAG D. 15. OKTOBER 2012 KL. 14.00

**i Bellinge Sognehus
Kirkelundsvej 18 A,
5250 Odense SV**

Nonmotoriske (ikke motoriske) symptomer ved Parkinsons sygdom er alle symptomer, som ikke har noget med motorik at gøre - såsom vandladningsforstyrrelser, forstoppelse, demens, depression og søvnforstyrrelser.

Ikke alle får nødvendigvis symptomer, og symptomprofilen vil være forskellig fra person til person.

Ulla Buhl har været sygeplejefaglig rådgiver i Parkinsonforeningen siden marts 2008. Hun har gennem 11 år haft Parkinsons sygdom tæt inde på livet, da hendes mand selv har haft Parkinson. Både den teoretiske som den praktiske del af Parkinsons sygdom har i disse år været en del af hendes liv.

Pris
50 kr.

Tilmelding senest den 12 oktober 2012:

Tina på tlf. 40 30 46 85 eller mail: mtf48@turbopost.dk eller
Karen tlf. 64 71 23 60 eller mail: kj@osterbygaard.dk

Parkinsonskolen Syd efteråret 2012

2 – dages information om motionens betydning og sociale rettigheder ved Parkinson sygdom. (Diagnose ca. 0 – 5 år)

| PROGRAM 1.mødegang lørdag d. 6. oktober 2012 | |
|---|---|
| kl. 10 - 12 | Dorte Bruun, Fysioterapeut Motionens betydning for bevægelse og kognitive problemer Bevægelse, sansning og tænkning, sammenhæng og overførselsværdi i teori og praksis. |
| kl. 12 - 13 | Frokost |
| kl. 13 - 15 | Dorte Bruun fortsat |
| kl. 15 - 16 | Kaffe og opsamling |

| PROGRAM 2.mødegang lørdag d. 27. oktober 2012 | |
|--|---|
| kl. 10 - 12 | Kirsten Hoff, socialrådgiver i Parkinsonforeningen Sociale rettigheder, fleksjob, støttemuligheder |
| kl. 12 - 13 | Frokost |
| kl. 13 - 15 | Anne Mette Beenfeldt, patientvejleder i Sundhedsområdet i Region Syddanmark Fortæller om patientrettigheder - såsom aktindsigt, klageveje, frit sygehusvalg, transport, tavshedspligt og livstestamente m.m Spørgsmål |
| kl. 15 - 16 | Kaffe og opsamling |

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris:

2 dage 350 kr. pr. person – inklusiv forplejning (2 stk. Smørrebrød, kaffe/ the og brød formiddag og eftermiddag.) Drikkevarer kan købes på AOF

Tilmelding:

Til AOF Middelfart på Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00. senest 14 dage før kursusstart.

Tilmeldingen er bindende. Se også www.aofmiddelfart.dk

Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort

Bemærk!

Hvis du kommer med tog eller bus til Middelfart er der mulighed for videre transport til kursusstedet. Ring til Lise Arnecke 49 22 08 30 senest 3 dage før.

Parkinsonskolen Syd efteråret 2012

2 – dages information af tværfagligt team om Parkinsons sygdom og konsekvenserne for fremtiden. (Diagnose ca. 5 - 10 år)

| PROGRAM 1. mødegang lørdag d. 22. september | |
|--|--|
| kl. 10 - 12 | Ulla Buhl, sygeplejekonsulent i Parkinsonforeningen Spise, synke fordøjelse Vigtigheden af at kende symptomer på forstoppelse |
| kl. 12 - 13 | Frokost |
| kl. 13 - 15 | Trine Fog-Petersen, Ergoterapeut Ergoterapi er mange ting, Trine fortæller om hverdagsrehabilitering og hjælpemidler og hvordan de anskaffes og hvad er til gavn for parkinsonpatienter |
| kl. 15 - 16 | Kaffe og opsamling |

| PROGRAM 2. mødegang lørdag d. 10. november | |
|---|--|
| kl. 10 - 12 | Mette Møller, afdelingslæge Århus Universitetshospital Hvad er Kognitive problemer? Gennemgang og oplysning om ikke motoriske vanskeligheder |
| kl. 12 - 13 | Frokost |
| kl. 13 - 15 | Mette Møller fortsat |
| kl. 15 - 16 | Kaffe og opsamling |

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris:

2 dage 350 kr. pr. person – inklusiv forplejning (2 stk. Smørrebrød, kaffe/ the og brød formiddag og eftermiddag.) Drikkevarer kan købes på AOF

Tilmelding:

Til AOF Middelfart på Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00. senest 14 dage før kursusstart.

Tilmeldingen er bindende. Se også www.aofmiddelfart.dk

Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort

Bemærk!

Hvis du kommer med tog eller bus til Middelfart er der mulighed for videre transport til kursusstedet. Ring til Lise Arnecke 49 22 08 30 senest 3 dage før.

Bestyrelsen

| | | |
|--|--|---|
| Formand Repr. i Hovedbest. | Tina V. Nielsen Præstevænget 48 5800 Nyborgklubben | ☎ 40 30 46 85 ✉ mtf48@turbopost.dk |
| Næstfmd. Repr. i Hovedbest. | Karen Jacobsen Melbyvej 3 5610 Assens | ☎ 64 71 23 60 ✉ kj@osterbygaard.dk |
| Kasserer | Jytte Rasmussen Møllebakken 2 5672 Broby | ☎ 62 63 10 96 ✉ jytte.bent@gmail.com |
| Sekretær | Hans Jørgen Munkholm Søparken 15 5260 Odense S | ☎ 21 74 37 02 ✉ hjm@imada.sdu.dk |
| Best. medlem | Gudrun Johansen Enebærvej 5 B 5500 Middelfart | ☎ 64 44 14 65 ✉ gudrun@johansen.mail.dk |
| Best. medlem | Liselotte Zetterkop Gyldenstensvej 61 5400 Bogense | ☎ 21 28 05 95 ✉ liselottezetterkop@gmail.com |
| Best. medlem | Inga Andreasen Skovvangen 16 5683 Hårby | ☎ 27 12 99 06 ✉ inga57@gmail.com |
| 1. Suppleant bestyrelsen | Preben L. Hansen Hasselvænget 9 5500 Middelfart | ☎ 64 41 10 46 ✉ Preben.inge.hansen@gmail.com |
| 2. Suppleant bestyrelsen | Niels Nielsen Mågebakken 27 5250 Odense SV | ☎ 66 17 43 96 ✉ nnnielsnn@mail.dk |

Aktivitetskalender Fyn

| Måned | Dato | Arrangør | Arrangement | Tilmeldingsfrist |
|-----------|---------------|-------------------------|--|------------------|
| August | 23 | Svendborgklubben | Hyggeeftermiddag | |
| | 29 | Assensklubben | Busudflugt til Odense Fjord, Munkebo Bakke og Langeskov Planteskole | 10. august |
| | 30 | Svendborgklubben | Udflugt til "Humlemagasinet" i Harndrup | 25. august |
| September | 01 | Odenseklubben | Udflugt til Kultur Botanisk Have, Odense | 25. august |
| | 04 | Odenseklubben | Foredrag om "De 5 M'ers betydning for Parkinsons Sygdom" | 28. august |
| | 05 | Kertemindeklubben | Klubmøde | |
| | 05 | Nyborgklubben | Besøg i Ullerslev Petanqueklub | |
| | 06 | Faaborg-Midtfyn Klubben | Se dagspressen | |
| | 06 | Kertemindeklubben | Parkinsongymnastik i Nyborg | |
| | 12 | Middelfartklubben | Dans med Berit | |
| | 19 | Assensklubben | Fortælling om "Det Gamle Assens" | |
| | 20 | Svendborgklubben | Hyggeeftermiddag | |
| | 22 | Parkinsonskolen | Spise-synke-fordøjelse | |
| Oktober | 02 | Odenseklubben | Temaaften om hjælpemidler | 25. september |
| | 03 | Kertemindeklubben | Klubmøde | |
| | 03 | Nyborgklubben | Film om stamceller | |
| | 04 | Faaborg-Midtfyn Klubben | Se dagspressen | |
| | 06 | Parkinsonskolen | Motionens betydning og sociale rettigheder og patientrettigheder ved Parkinsons Sygdom | 21. september |
| | 10 | Middelfartklubben | Foredrag om emnet "Sundhed" | |
| | 15 | Kredsen | Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom | 12. oktober |
| | 18 | Svendborgklubben | Hyggeeftermiddag | |
| | 27 | Parkinsonskolen | Motionens betydning og sociale rettigheder ved Parkinsons Sygdom | 21. september |
| | 31 | Assensklubben | Motionens betydning for Parkinsons Sygdom | |
| 31 | Nyborgklubben | Klubmøde | | |
| November | 01 | Faaborg-Midtfyn Klubben | Præsten fra Brahetrolleborg kommer og fortæller | |
| | 07 | Kertemindeklubben | Klubmøde | |
| | 08 | Odenseklubben | "Syng-sammen-aften" med Nymarkens Harmonikaklub | 1. november |
| | 10 | Parkinsonskolen | Hvad er kognitive problemer? | 8. september |
| | 24 | Parkinsonskolen | Temadag om avancerede behandlinger | 10. november |
| | 28 | Assensklubben | Juleafslutning | |
| | 28 | Middelfartklubben | Juleafslutning | |
| | 28 | Nyborgklubben | Juleafslutning | |
| December | 04 | Odenseklubben | Juleafslutning | |
| | 05 | Kertemindeklubben | Juleafslutning | |
| | 06 | Faaborg-Midtfyn Klubben | Juleafslutning | |

Klubber Fyn

| | | |
|-------------------|---|--|
| Assens | Lise Arnecke Drejet 1 5610 Assens | ☎ 49 22 08 30 ✉ phyllis@c.dk |
| Faaborg | Bjarne B. Tychsen Svendborg 40 5600 Faaborg | ☎ 20 80 21 85 ✉ tycmos@gmail.com |
| Kerteminde | Lene Nikolajsen Kongshøj Allé 125 5300 Kerteminde | ☎ 64 75 17 02 ✉ lene@cogito.dk |
| Middelfart | Gudrun Johansen Enebærvej 5 B 5500 Middelfart | ☎ 64 44 14 65 ✉ gudrun@johansen.mail.dk |
| | Anna Lomstein Møllebakken 30 5500 Middelfart | ☎ 64 40 18 86 ✉ lomstein@stribnet.dk |
| Nyborg | Gertrud Andreasen Stationsvænget 29 5853 Ørbæk | ☎ 65 33 16 33 ✉ Benny.andreasen@dgi.dk |
| Odense | Hans Jørgen Munkholm Søparken 15 5260 Odense S | ☎ 21 74 37 02 ✉ hjm@imada.sdu.dk |
| | Leif Petersen, Skrænten 26 5270 Odense N | ☎ 66 11 82 72 ✉ Leif.Petersen@cdnet.dk |
| Svendborg | Annie Buch Vildmarken 7 5881 Skaarup | ☎ 62 23 10 58 |
| Ærø | Karen Hansen Mosevej 7 5985 Søby Ærø | ☎ 62 58 14 91 |

Kontaktpersoner m.m.

| | | |
|------------------------------------|---|--|
| Kontaktperson Pårørende | Lise Arnecke Drejet 1 5610 Assens | ☎ 49 22 08 30 ✉ phyllis@c.dk |
| Konsulenter | Bodil & Georg Larsen Majsmarken 5 5260 Odense S | ☎ 66 11 76 75 ✉ bodiloggeorg@youmail.dk |

Assens

Mødested:

"Granly", Østergade 89 C, 2.
5610 Assens

Tidspunkt:

19.00 - 21.30

I Parkinson Cafeen i Assens glæder vi os til at hilse velkommen til efteråret med at tilbyde deltagerne i Cafeen og andre interesserede et eksemplar af vores Livsstils-cd med øvelser, sang og muntre danse.

På gensyn efter sommerferien til mange hyggelige timer med et spændende varieret program.

Venlig hilsen styregruppen
Karen, Inga, Karin og Lise

EFTERÅRSPROGRAM

29. august. Busudflugt:

- Kl. 10.00 Afgang stoppested v. Bowlingcentret , Assens.
- Kl. 11.00 Sejle med "Svanen" på Odense fjord.
Frokost under sejlturen.
- Kl. 13.30 Munkebo Bakke
- Kl. 14.30 Langeskov Planteskole
Der er bestilt kaffe i "det grønne"
- Kl. 17.00 Ankomst Assens

Pris 250 Kr. (Betaling under turen)

Tilmelding senest den 10. august

Karen, tlf. 64 71 23 60 eller Lise, tlf. 49 22 08 30

19. september (Bemærk datoen)

Ove Hougaard Pedersen underholder om det gamle Assens

31. oktober

Joakim Jensen og Bo Morberg Madsen, der forsker i motion og parkinson på SDU fortæller om, hvor stor betydning motionen har for parkinsonramte

28. november kl. 18.00

Juleafslutning med spising og underholdning

| Faaborg - Midtfyn | Kerteminde |
|--|---|
| <p>Mødested: "Tømmergården", Kantinen Tømmergården 6 5600 Faaborg</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.00</p> | <p>Mødested: "Aktivhuset" Vestergade 98, 5300 Kerteminde</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p> |
| <p>EFTERÅRSPROGRAM 2012:</p> <p>6. september 2012 se annonce i dagspressen</p> <p>4. oktober 2012 se annonce i dagspressen</p> <p>1. november 2012 Fortællinger af sognepræst Ole Buhl, Brahetrolleborg</p> <p>6. december 2012 Juleafslutning m. pakkespil og spisning hyggeligt samvær.</p> | <p>EFTERÅRSPROGRAM 2012:</p> <p>Kerteminde Parkinson Klub har holdt sommerpause siden 2. maj.</p> <p>Onsdag d. 5. september 2012 Klubmøde, hvor der bliver opsamling af informationer vedr. Parkinson.</p> <p>Torsdag den 6. september 2012 kl. 17 – 18 Vi er inviteret til at følge Nyborgklubbens gymnastik for parkinsonmedlemmer.</p> <p>3. oktober 2012 Klubmøde med orientering og hygge</p> <p>7. november 2012 Klubmøde med orientering og hygge</p> <p>5. december 2012 Juleafslutning</p> |

| Middelfart | Nyborg |
|---|--|
| <p>Mødested: Østergades Forsamlingshus Østergade 33 5500 Middelfart</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p> | <p>Mødested: Vestervold Aktivitetscenter Kongens Bastionsvej 2 5800 Nyborgklubben</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p> |
| <p>EFTERÅRSPROGRAM 2012:</p> <p>12. september 2012 Dans med Berit fra Odense</p> <p>10. oktober 012 "Sundhed" ved Resi Jacobsen</p> <p>28. november 2012 Julekomsammen</p> <p>Tilmelding: Gudrun Johansen Tlf. 64 44 14 65 eller E-mail: gudrun@johansen.mail.dk</p> | <p>EFTERÅRSPROGRAM 2012:</p> <p>Onsdag den 5. september 2012 kl. 19.00 Vi åbner sæsonen med et besøg i Ullerslev Petanqueklub. Der vil blive iværksat fælleskørsel.</p> <p>Onsdag den 3. oktober kl. 19.00 Vi skal se forskellige film om mulighederne for udnyttelse af stamceller i forskningen, og vi runder af med at se billeder fra klubbens arrangementer. Mødet afholdes hos Helle og Jørgen Gadegaard, Skovvej 36 5800 Nyborg</p> <p>Onsdag den 31. oktober På dette møde er vi igen hjemme i de sædvanlige omgivelser i Vestervold Aktivitetscenter. Program er endnu ikke fastlagt.</p> <p>Onsdag den 28. november Bemærk kl. 18.00 Årets julemøde afholdes i Vestervold Aktivitetscenter. Hertil udsendes speciel indbydelse.</p> |

Odense

Mødested:

Frederiksbrosens Ældrecenter
Georgsgade 61B
5100 Odense C

Tidspunkt:

kl. 19.00 - 21.30

EFTERÅRSPROGRAM 2012

Lørdag d. 1. september: Udflugt til Kulturbotanisk Have, Odense.

Vi mødes ved haven klokken 14:00 og får en guided tur.
Adressen er Ejbygade 75, 5220 Odense SØ

Tilmelding senest den 25. august til Leif eller Hans Jørgen

Tirsdag d. 4. september

Se program på side 19

Tirsdag d. 2. oktober: Temaaften om hjælpemidler

Fra Odense Kommune kommer Karin Theilgaard, som kan berette om de muligheder kommunens ældre- og handicapforvaltning kan tilbyde. Derudover kommer vort eget medlem, Erik Østergaard, med en dvd, som viser nogle af de mange hjælpemidler, han har installeret i sit hjem for at lette tilværelsen for sin parkinsonramte hustru Inger.

Naturligvis bliver der ind imellem tid til kaffe /the og kage til vor sædvanlige favorable pris.

Tilmelding senest den 25. september til Leif eller Hans Jørgen.

Torsdag d. 8. november**Syng - sammen - aften med Nymarkens Harmonikaklub**

Klubben spiller glad og munter musik. De medbringer sanghæfter og spiller fra kl. 19.00 til kl. Ca. 21.00 afbrudt af pause til kaffe/the og kage. (<http://www.nymarken-harmonikaklub.dk/historie.html>)

Tilmelding senest den 1. november til Leif eller Hans Jørgen.

Tirsdag d. 4. december: Juleafslutning

Nærmere om arrangementet kommer i novembernummeret af Parkinson Post

"De 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter"

I det omfang, der er plads, inviterer Odense klubben alle medlemmer på Fyn til denne aften.

NEUROLOG ANNE GERSDORFF KORSGAARD

orienterer om de såkaldte ikke-motoriske Parkinsonsymptomer og især om "de 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter", nemlig:

Mad, Motion, Musik, Minimere søvnproblemer, Medicin



Tirsdag d. 4. september kl. 19:00

i Ældrecentret, Georgsgade 61B

Vedrørende motionen og musikken fremhæves specielt

- a) Videnskabelig dokumentation for gangtræning på rytmisk stimulation (Michael Thaut)
- b) Musik og motion i kombination i form af dans.

Under og efter indlægget bliver der lejlighed til at kommentere og at stille spørgsmål.

Naturligvis bliver der ind imellem tid til kaffe /the og kage til vor sædvanlige favorable pris.

Tilmelding senest den 28. august 2012
til Leif eller Hans Jørgen



Svendborg

Mødested:

"Pensionisternes Hus",
Stationsvej 10
5881 Skårup Fyn

Tidspunkt: 14.00 (med mindre andet er angivet i programmet)

EFTERÅRSPROGRAM 2012:

Humlemagasinet



Torsdag d. 23/8 2012 kl. 14.00

Hyggeeftermiddag med spil, snak osv.

Kaffe og kage 25 kr.

Kom og vær med. Vi håber at kunne mødes 1 gang om måneden til hyggeligt samvær.

Torsdag d. 30/8 2012 kl. 10.00

Sommerudflugt til Humlemagasinet i Harndrup.

Afgang med bus fra SG-hallen kl. 10. Hjemkomst ca. kl. 17.

Pris 150 kr. inkl. bus, entre, frokost og kage.

Medbring selv drikke og kaffe.

Tilmelding senest d. 25/8 til

Gurli: 21 30 26 59, Helle: 62 22 56 52, eller Anni: 62 23 10 58.

Torsdag d. 20/9 2012 kl. 14.00

Hyggeeftermiddag

Torsdag d. 18/10 2012 kl. 14.00

Hyggeeftermiddag

Medlemmer med e-mail adresser, som ønsker nyhedsmails og påmindelse om aktiviteter bedes sende deres e-mail adresse til:

helle_vibsig@hotmail.com

Mellem helle og vibsig er der tegnet: _

Vestfyns Handicap Idrætsforening



Ved sidste sammenkomst i Assens Cafeen blev jeg opfordret til at fortælle lidt om Vestfyns Handicap Idrætsforening, der netop har kunnet fejre 30 års jubilæum.

Hårby svømmehal med varmtvandsbassiner med 34 og 29 grader varmt vand danner rammerne om klubbens aktiviteter hver onsdag fra kl. 14.30 - 15.30 under dygtig ledelse af instruktør Ragnhild Pedersen.

Der er ca. 30 aktive medlemmer, der kommer fra store dele af Fyn. Der findes personlift ved hvert bassin, gode forhold for kørestolsbrugere samt en fast livredder. Klubben er behjælpelig med at finde frivillige hjælpere til omklædning m.m. Evt. kan pårørende deltage som personlige hjælpere.

For en efterårssæson og forårssæson med 31 timer er kontingentet kr. 650 for voksne og 400 kr. for børn.

Det sociale samvær er vigtig for foreningens medlemmer, og om sommeren afholdes der udflugter og forskellige aktiviteter i medlemmernes interesser herunder foredrag og kurser. En gang hver måned afholdes med stor deltagelse kaffebord med fællessang.

Det har vist sig, at motion, træning og styrkelse ved varmtvandsaktiviteter forbedrer hverdagen for den enkelte, herunder også dem der lider af Parkinson sygdom, derfor kan jeg varmt anbefale deltagelse i varmvandssvømning.

Povl Steen Pedersen, formand
Tlf. 64 73 24 47 eller mail:povlsteen@mail.dk



Afs.: Tina Nielsen
Præstevænget 48
5800 Nyborgklubben



Bustur til Kassel og Berleburg



43 personer med tilknytning til parkinsonforeningen tager på en 5-dages tur til Midtyskland. Turen foregår den 23. - 27. september Vi skal nyde den smukke natur omkring Kassel.

Desuden skal vi høre om og følge Eventyr-ruten et lille stykke. En rute som brødrene Grimm fulgte, for at opsøge ideer til deres eventyr.

Berleburg er selvfølgelig et af højdepunkterne, men vi skal jo nok ikke forvente at se prinsesse Benedikte.

Vi håber på en rigtig hyggelig og fornøjelig tur.

Gertrud Andreasen

