



PARKINSON POST

Nr. 2

Maj 2013

25. årgang

Tirsdag den 13. august 2013

ODENSE

DHL

stafetten



STEMNINGSBILLEDER FRA TIDLIGERE ÅR AF DHL STAFETTEN

(Foto: Kjeld Nielsen, Nyborg)

Se mere om tilmelding og program på bagsiden og side 7

Indhold

Lidt fra formanden	3
Referat fra generalforsamlingen	4
Program og tilmelding til DHL Stafetten.....	7
Parkinsonskolen Syd - efteråret 2013.....	8
Bestyrelsen.....	9
Aktivitetskalender Fyn	10
Klubber Fyn	12
Kontaktpersoner m.m.	12
Assens	13
Nyborg	13
Middelfart	14
Odense	14
Kredsformandens beretning	15
Sammenlægning af Kerteminde- og Nyborgklubben	18
Hvidstengruppen	18
Latterkursus i Assens den 20. marts	19
DHL Stafetten 2013	20

Da Faaborg/Midtfyn Klubben og Svendborgklubben ikke har arrangementer efter udgivelsen af dette blad er de udeladt i dette nummer. De er selvfølgelig tilbage igen i næste nummer af Parkinson Post.

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. august 2013

Materiale bedes indleveret senest den 10. juni 2013

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

Lidt fra formanden



Parkinson foreningen har afholdt den årlige generalforsamling. Det var dejligt at mange var mødt. På grund af det dårlige vejr startede Marie Lendrup aftenen med at fortælle om den nyudkomne bog "Om at leve ved siden af kronisk sygdom", hvor 15 pårørende fortæller om deres tilværelse.

Der blev valgt 3 nye ind i bestyrelsen Så velkommen til Poul Hansen, Bogense, Grethe Skovgård, Nr. Åby og Birte Greve, Gudbjerg.

Vi har netop holdt bestyrelsesmøde for at begynde planlægningen af næste sæson.

- Vi vil bestræbe os på at holde møderne rundt på Fyn.
- Hvert andet år er der et møde på OUH. Det bliver til januar.
- Vi har spurgt Parkinsonforeningens ambassadør skuespiller Bodil Jørgensen om hun vil komme til Fyn, og har fået et ja.
- Foreningens rejse til Sverige er desværre aflyst p.g.a. for få tilmeldinger. Det er vi kede af, så nu venter vi nok et par år med at igen at udbyde rejser.
- Motion er godt. Derfor har vi tilmeldt foreningen til DHL i august. Læs mere inde i bladet.

Som medlem vil du 4 gange om året modtage det fynske Parkinson Post, og det landsdækkende foreningsblad Parkinson Nyt. Hvis du ikke gør det, eller erfarer at andre ikke modtager blade, så lad bestyrelsen det vide.

De sidste møder i klubberne er ved at være afholdt inden sommerferien, og det er dejligt at der har været godt fremmøde i sæsonen.

God sommer Karen Jacobsen

Referat fra generalforsamlingen

Referent: Hans Jørgen Munkholm

Mødet fandt sted torsdag den 21. marts i Bellinge Sognehus. Der deltog i alt 40 personer. Før selve generalforsamlingen var foreningen vært ved et stykke smørrebrød, og Marie Lenstrup holdt et meget interessant foredrag om det at være pårørende til en Parkinsonpatient eller en anden kroniker. Marie Lenstrup har som bekendt redigeret bogen "At leve ved siden af kronisk sygdom", som er udgivet af Parkinsonforeningen i 2012, og som kunne købes ved mødet.

Pkt.1: Valg af dirigent

Karen Jacobsen bød velkommen og foreslog Henning Johansen som dirigent. Forslaget blev vedtaget med akklamation. Herefter konstaterede dirigenten, at generalforsamlingen var lovligt indkaldt, og at den udsendte dagsorden var i overensstemmelse med foreningens vedtægter.

Pkt. 2: Valg af stemmetællere

Ove K. Sørensen og Keld Nielsen blev valgt.

Pkt. 3: Kredsformandens beretning

På side 15 gengives en ganske let redigeret udgave af Karen Jacobsens manuskript, som hun velvilligt stillede til rådighed.

Pkt. 4: Information fra klubberne v/ Gudrun Johansen

Her gengives en ganske let redigeret udgave af Gudrun Johansens manuskript, som hun velvilligt stillede til rådighed:

I 2012 er der kun blevet afholdt et klubledermøde den 18. oktober. Alle klubledere var mødt op bortset fra Ærø. Kertemindeklubben stopper og medlemmerne opfordres til at tage til Nyborg.

Vi drøftede møder i 2013 og på mødet blev der udleveret lister med mødedatoer for alle klubberne således at vi kan undgå at kolliderer med hinanden med hensyn til møder. Derefter fortalte hver

klub, hvad de havde haft af møder. Det var blandt andet: Akupunktur-Zoneterapi -- lægerne Bo og Joakim, der fortalte om motion – Kulturaften -- Danseaften med Rumba og vals.-- Sangaften – Besøg af et lille orkester fra Strib.

Vi diskuterede foreningens hjemmeside. Der var ikke udelt tilfredshed med opbygningen af denne. Den synes ikke altid logisk at komme igennem. Der er fra landsforeningens bestyrelse lovet, at man vil tage et nyt møde med klubberne for at drøfte en bedre udformning af siden.

Desuden talte man om parkinsonkoordinator eller en ansvarlig for kroniske sygdomme i kommunen og den dialog vi har til kommunen. I kommunerne oprettes frivilligcenter. Er sket i Middelfart, hvor Parkinsonklubben er med til møderne, hvor vi prøver at arbejde sammen med andre foreninger om forskellige arrangementer. I morgen den 22. marts afholdes en messe i Ejbyhallen, hvor vi fremlægger materiale om Parkinsonforeningen og brochurer for vor klub i Middelfart.

Pkt. 5: Information fra Parkinsonskolen v/ Lise Arnecke

Her gengives en ganske let redigeret udgave af Lise Arneckes manuskript, som hun velvilligt stillede til rådighed. (Omtale af de enkelte kurser er dog udeladt.):

Skolen startede på Fyn for 5 år siden. Den dækker nu hele region syd, og arrangementerne finder sted nær regionens geografiske centrum, nemlig på AOF i Middelfart, som står for det administrative og lægger lokaler til. Kursernes indhold planlægges af Lise Arnecke og en styregruppe, som også finder frem til oplægsholderne. Som hjælpere ved kurserne har medvirket 4 frivillige fra Fyn og 2 frivillige fra Vestjylland.

På det seneste er der kommet regionale Parkinsonskoler til over hele landet, og landskontoret vil fremover stå for skolernes regnskab. Økonomisk støtte ydes af den farmaceutiske virksomhed AbbVie. På grund af denne støtte har vi mulighed for at betale honorar til de undervisere, der ikke vil komme til AOFs honorar.

Der har i 2012 været 7 kursusdage med i alt 150 deltagere. I 2013 har vi foreløbig set 100 deltagere plus en hel del på ventelister. **For at fortsætte med dette høje aktivitetsniveau søger vi frivillige**, som kan gå ind i arbejdet med planlægning af kurserne.

Pkt. 6: Årsregnskab

Jytte Rasmussen fremlagde kredsens regnskab, som godkendtes med akklamation.

Pkt. 7. Valg af kredsformand

Karen Jacobsen blev valgt uden modkandidat.

Pkt. 8: Valg til bestyrelsen

Genvalg til Jytte Rasmussen

Nyvalg til Birte Greve (Gudbjerg), Poul Hansen (Bogense) og for 1 år Grethe Skovgaard (Middelfart)

Pkt. 9: Valg af suppleanter

Genvalg til Niels Nielsen og nyvalg til Tina Nielsen

Pkt. 10. Indkomne forslag

Ingen forslag var indkommet

Pkt. 11. Eventuelt.

Kredsen blev opfordret til (og lovede) at angive kørestol tilgængelighed, når møder annonceres.

Jørgen Gadegaard præsenterede (til almindelig beundring) en plakat, som han har udarbejdet. Den findes både i en udgave, som passer til kredsen, og en udgave, som kan tilpasses hver enkelt klub.

Gertrud Andreasen mindede om kredsens bustur til Sverige, annonceret i Parkinson Post fra februar.

Georg opfordrede klubberne til at afsøge lokale biblioteker med henblik på at finde lister over fonde, som der kan søges støtte fra.

Program og tilmelding til DHL Stafetten

PROGRAM

16.00 - 17.55	Udlevering af stafetpinde og startnumre. Begge dele fås i det store telt der står på P-pladsen ved Skovalleen (modsatte side af Restaurant Carlslund.)
16.30 - 20.30	Holdfotos
16.45 - 17.00	Starten går for 5km-Walk (Der er fri start for walk mellem kl. 16.45 og 17.00.)
18.00	Starten går for 5x5km Stafet
18.00 - 20.30	Udlevering af madkurve
21.30	Afsluttende festfyrværkeri

Madkurven 2012



En liter rødvin, 5 x Juice fra Rynkeby, 5 stk. ½ liters Aqua d'or kildevand
Schulstad Levebrød, 4 slags pålæg (Fiskefrikadeller, brie, hønsesalat, og leverpostej fra Levevis)
Smør fra Kærgården
En pose små snack-gulerødder, lidt sødt, Chips fra KIMs
5 plastbægre, 5 papirtallerkener, 5 servietter, 5 plastknive, Et fyrfadslys

Tilmelding senest den 20. maj

Gertrud Andreasen

tlf. 65 33 16 33, e-mail Benny.Andreasen@dgi.dk

eller

Hans Jørgen Munkholm

tlf. 21 74 37 02, e-mail hjm@imada.sdu.dk

Gertrud og Hans Jørgen vil efter d. 20. maj sammensætte og tilmelde det antal hold, der er basis for – om nødvendigt efter konsultation med de interesserede.

Parkinsonskolen Syd - efteråret 2013

Med Parkinsonskolen ser det ud til, at et stort behov for oplysning og viden om sygdommens konsekvenser og behandling, bliver afhjulpet.

Forårets kurser har været overtegnede, og vi beklager, at der ikke har været plads til alle tilmeldte. Til gengæld arbejder vi på at kunne tilbyde et fyldigt efterårsprogram med dygtige undervisere, som indeholder:

Parkinsonsygeplejerske med ekspertfunktion:

Grundig gennemgang af, hvordan man tackler de første år med Parkinsondiagnosen, konsekvenser og behandlingsmuligheder

Socialrådgiver

Sociale rettigheder

f. eks fleksjob, transportregler, om økonomi ved flytning til plejebolig m.m.

Psykolog

Hvad sker der psykologisk, når man får en kronisk diagnose?

Depression og krise, stresshåndtering

Advokat

Hvordan man kan sikre hinanden juridisk

Generalfuldmagt, værgemål, testamente og andre spørgsmål, så vi kan sikre vores fremtid for hinanden

Optometrist Steffie Rahr

”Når synet ikke mere er en selvfølge”

Så snart programmet er klar kan det ses på hjemmesiden og man kan tilmelde sig med det samme hos AOF.

På gensyn

Lise Arnecke

Bestyrelsen

Formand Repræsentant i Hovedbest.	Karen Jacobsen Melbyvej 3 5610 Assens	☎ 64 71 23 60 ✉ kj@osterbygaard.dk
Næstformand Repræsentant i Hovedbest.	Gudrun Johansen Enebærvej 5 B 5500 Middelfart	☎ 64 44 14 65 ✉ gudrun@johansen.mail.dk
Kasserer	Jytte Rasmussen Møllebakken 2 5672 Broby	☎ 62 63 10 96 ✉ jytte.bent@gmail.com
Sekretær	H.J. Munkholm Søparken 15 5260 Odense S	☎ 21 74 37 02 ✉ hjm@imada.sdu.dk
Best. medlem	Birte Greve Vandmestervej 4 5892 Gudbjerg	☎ 62 25 27 12 ✉ birtegreve@gmail.com
Best. medlem	Grethe Skovgård Rosenvænget 8 5580 Nr. Åby	☎ 64 42 15 18 ✉ grethe.skovgaard@stofanet.dk
Best. medlem	Poul Hansen Gyldensteensvej 61 5400 Bogense	☎ 21 97 64 77 ✉ sjoergren@gmail.com
1. Suppleant bestyrelsen	Niels Nielsen Mågebakken 27 5250 Odense SV	☎ 66 17 43 96 ✉ nnnielsnn@gmail.com
2. Suppleant bestyrelsen	Tina Nielsen Præstevænget 48 5800 Nyborg	☎ 40 30 46 85 ✉ mtf48@tutbopost.dk

SOM MEDLEM AF PARKINSONFORENINGEN ER MAN VELKOMMEN TIL ALLE ARRANGEMENTER

Måned	Dato	Arrangør	Arrangement	Tilmeldingsfrist
Maj	2	Faaborg - Midtfyn Klubben	Forårsafslutning med spisning	28. april
	5	Odense Klubben	Udflugt til Humlemagasinet i Harndrup	28. april
	8	Middelfart Klubben	Grillaften på Tvillingegården i Båring	8. maj
	22	Assens Klubben	Nattergaletur	15. maj
Juni	1	Odense Klubben	Udflugt til Kulturbotanisk Have	25. maj
	5	Nyborg Klubben	Udflugt	
	?	Nyborg Klubben	Grillaften	
Juli	SOMMERFERIE			
August	13	Kredsen	DHL Stafetten Odense	20. maj
	17	Odense Klubben	Udflugt på Odense Fjord med båden Svanen	Ca. 1. august
	28	Assens Klubben	Udflugt	
	28	Nyborg Klubben	Eftermiddagsbesøg i Rehabiliteringscentret i Odense	
September	25	Nyborg Klubben	Summeaften	
Oktober	30	Nyborg Klubben	Neurolog Anne Korsgaard	
November	27	Nyborg Klubben	Julearrangement	

Klubber Fyn

Assens	Karen Jacobsen Melbyvej 3 5610 Assens	☎ 64 71 23 60 ✉ kj@osterbygaard.dk
Faaborg	Bjarne B. Tychsen Svendborg 40 5600 Faaborg	☎ 20 80 21 85 ✉ tycmos@gmail.com
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 J. Munkholm Søparken 15 5260 Odense S	☎ 21 74 37 02 ✉ hjm@imada.sdu.dk
	Leif Petersen, Skrænten 26 5270 Odense N	☎ 20 27 52 72 ✉ Leif.Petersen@nalnet.dk
Svendborg	Gurli Nielsen Præstemarken 22 A 5892 Gudbjerg	☎ 21 30 26 59 ✉ gurlimarie@yahoo.com
Ærø	Karen Hansen Mosevej 7 5985 Søby Ærø	☎ 62 58 14 91

Kontaktpersoner m.m.

Parkinsonskolen Pårørende kontaktperson	Lise Arnecke Drejet 1 5610 Assens	☎ 49 22 08 30 ✉ lisephyllis@gmail.com
Konsulenter	Bodil & Georg Larsen Majsmarken 5 5260 Odense S	☎ 66 11 76 75 ✉ bodiloggeorg@youmail.dk

Assens	Nyborg
<p>Mødested: "Granly", Østergade 89 C, 2. 5610 Assens</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Vestervold Aktivitetscenter Kgs. Bastionsvej 2, 5800 Nyborg</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p>
<p>PROGRAM 2013</p> <p>22. maj kl. 19.00 Mødested: Gelsted Kirke Nattergaletur hos Karin og Jørgen (Vi tager kaffekurven og klapstole med, og nyder aftenen med fuglesang og hygge.)</p> <p>Tilmelding til Karen Jacobsen ☎ 64 71 23 60 ✉ kj@osterbygaard.dk</p> <p>Busudflugt Vi satser på at vi igen i år kan tilbyde en busudflugt den sidste onsdag i august (28. august). Der er søgt om økonomisk støtte, som vi håber på bliver bevilget.</p> <p>Efteråret 2013 Efterårsprogrammet er under planlægning. Har I ønsker eller forslag er de meget velkomne. Tak for en god sæson og på gensyn.</p>	<p>PROGRAM 2013</p> <p>5. juni Udflugt</p> <p>Maj – juni Grillaften</p> <p>EFTERÅR</p> <p>28. august Eftermiddagsbesøg i Rehabiliteringscentret i Odense</p> <p>25. september Summeaften</p> <p>30. oktober Neurolog Anne Korsgaard</p> <p>27. november Julearrangement</p>

Da Faaborg/Midtfyn Klubben og Svendborgklubben ikke har arrangementer, efter udgivelsen af dette blad, er de udeladt i dette nummer. De er selvfølgelig tilbage i næste nummer af Parkinson Post.

Middelfart	Odense
<p>Mødested: Østergades Forsamlingshus Østergade 33, 5500 Middelfart</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Ældrecentret Filosofhaven Filosofhaven 12, 5000 Odense C (P- tilladelse fås inde i huset)</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p>
<p>PROGRAM 2013</p> <p>8. maj Grillaften på "Tvillingegården i Båring</p> <p>Tilmelding til Gudrun Johansen ☎ 64 44 14 65 eller ✉ gudrun@johansen.mail.dk</p>  <p>TVILLINGEGÅRDEN - et fristed for ældre Birkevangsvej 3 5466 Asperup tlf. 2127 1990</p>	<p>PROGRAM 2013</p> <p>LØRDAG 1. juni kl. 14.00 Udflugt til Kulturbotanisk have, Ejbygade 75, 5220 Odense SØ Vi mødes ved haven og får en guided tur.</p> <p>Tilmelding senest den 25. maj Leif tlf. 20 27 52 72 Hans Jørgen tlf. 21 74 37 02</p> <p>LØRDAG 17. august Udflugt på Odense Fjord med båden Svanen Vi forventer en tur fra klokken ca.14 til ca.17 til godt 100 kr. pr. person, men en endelig sejlplan kendes ikke endnu.</p> <p>Detaljerede oplysninger kommer i august nummeret af Parkinson Post.</p> <p>Ca. 1. august vil de Odense medlemmer, der har en tilmeldt e-post adresse få besked ad den vej. Man kan også ringe for at få besked, hvis bladet er forsinket.</p>

Kredsformandens beretning

Så er det igen tid til generalforsamling, til at se tilbage på året der er gået i Parkinson foreningens Fynskreds. Det var et år, hvor der var lidt ro-kade i bestyrelsen, idet Tina Nielsen bad om orlov fra bestyrelsesarbejdet af personlige grunde. Jeg blev derfor konstitueret som formand og Gudrun Johansen som næstformand.

Medlemstallet på Fyn ligger nogenlunde stabilt på 670 medlemmer, og på landsplan er der ca. 7.300, en lille fremgang. Kontingentet er uforandret på 350 kr. for enlige og 500 kr. for ægtepar. Kontingentet indbetaler vi til landsforeningen, og deraf får vi så 102 kr. retur pr. medlem til det fynske arbejde.

Som det har kunnet læses i Parkinson Nyt er foreningens kontor flyttet fra Nørre Voldgade til lyse og venlige kontorlokaler i Handicaporganisationernes hus i Høje Tåstrup. Der er 23 andre foreninger i huset.

En opdatering af medlemslisten samt overgang til et nyt IT system, gav lidt oplevelser, men nu kører det, og det er nemt for os at sende velkomstbrev ud til nye medlemmer.

Magasinet Parkinson Nyt udkommer 4 gange om året, og indeholder artikler om Parkinsons sygdom, gode råd til at leve et godt og aktivt liv med sygdommen, omtale af den nyeste forskning, foreningstilbud og kommende arrangementer.

På Fyn udsender vi Parkinson Post 4 gange om året. Heri kan du læse om kommende arrangementer dels i klubberne og på kredsplan Parkinsonskolens program er også i bladet. Som medlem er man velkommen til de forskellige arrangementer. Bladet bliver redigeret med sikker hånd af Karin Thomsen i Tommerup.

Sidste år var der i Parkinson post en indmeldelsesblanket. hvor man kunne tilmelde sig en ordning, hvor Energi Fyn støtter kredsen med 2 øre for hver kwh man bruger. Man skal være opmærksom på, at det er elværket og ikke forbrugeren, der betaler de 2 øre. Så man støtter uden at gøre noget. Det viste sig ved årets udgang at det ikke var ret mange der havde tilmeldt sig.

Vi har i år i kredsbestyrelsen haft besøg af landsformanden Jorry Højer og næstformanden Erling Olsen. De tog rundt i landet og besøgte de

forskellige kredse. Det var rart at formanden og næstformanden kom og orienterede om, hvad der rører sig i foreningen lige nu, og hørte hvad vi har at arbejde med. Et forslag/ønske vi omtalte var veste evt. trøjer, når vi ved forskellige arrangementer skulle repræsentere foreningen. Og nu er der faktisk fundet en vest at vi kan købe.

I oktober havde vi fagkonsulent Ulla Buhl til at fortælle om nonmotoriske symptomer. Hun gjorde opmærksom på, at vi hele tiden skal følge op på ændringer i tilstanden, og at motion har stor indflydelse på hjernens funktion.

Klubberne rundt på Fyn melder om rigtig godt fremmøde til deres arrangementer. Det er dejligt at medlemmerne samles enten til foredrag e.l. eller til en summeaften, hvor man kan få talt om stort og småt.

Klubben i Assens har fået lavet en CD om Livsstil. En CD hvor man synger, stemmetræner, gør lidt motion og danser til musik med syngedrengene fra Assens. Assens klubben tager gerne ud og præsenterer CDen.

Efter langvarigt lobbyarbejde har Lise Arnecke via Dansk Handicapråd fået Assens kommune til de næste 3 år at afsætte penge til en kontaktperson for pårørende til alle med en kronisk sygdom.

I flere år har vi talt om at der skulle være en klub i Odense. Nu kører den takket være en aktiv klubbestyrelse. I Bogense er der ingen klub, men det kan være, at man også her kan få noget i gang. I Kerteminde ønskede Lene Nicolajsen at stoppe som klubleder. Og det var desværre ikke muligt at finde en afløser, så Kertemindeklubben blev lagt ind under Nyborg. Så en stor tak til Lene for alt det arbejde du igennem årene har lagt i foreningen.

De sidste 2 år har foreningen haft udlandsrejser, der var tilrettelagt af Gertrud og Benny Andreasen. På vores præmisser så alle selvhjulpne kunne deltage. Der er også arrangeret en tur til Sverige i år, men den sælger ikke så hurtigt. Der er 22 tilmeldte.

Parkinsonskolen syd kører godt. Med base i AOF lokaler i Middelfart er den nem at komme til, både fra Sønderjylland og Fyn. Her tages emner op om sygdommen og med professionelle indledere er der fuldt hus til kurserne, sidst med 22 på venteliste.

I 2013 vil vi forsøge at afholde flere arrangementer, og rundt om på Fyn. Foreløbig har skuespiller Bodil Jørgensen og Finn Basel lovet at komme til Fyn. Det bliver et formiddagsmøde, fordi Bodil Jørgensen skal hente barn i børnehave, inden hun skal spille om aftenen. Og jeg håber at få en dato inden næste blad kommer.

Bestyrelsen vil takke de mange medlemmer, der deltager på den ene eller anden måde i foreningens aktiviteter. Det er med til at give liv i foreningen. Tak til alle jer der deltager, og alle jer der giver en hånd med.

Også tak til klubledere og bestyrelse for godt samarbejde i det forløbne år.

Hen imod slutningen af sin beretning gengav formanden en kageopskrift fra januar.

Formandens kageopskrift fra januar

Tag 12 gode, lange, friske, måneder. Rens dem for alle ondsindede, misundelige og egenkærlige tanker, som kan sidde ved roden. Sidder der sorte pletter af løgn, sladder og smålighed, så skær straks disse væk med en skarp kniv. Vask månederne i forhåbning og den gode viljes klare, friske vand. Del månederne i 30 lige store dele og tilbered dem som følger:

12 dele kærlighed
11 dele hjælpsomhed
10 dele arbejde
9 dele tålmodighed
8 dele selvbeherskelse
7 dele optimisme
6 dele loyalitet
5 dele fantasi
4 dele hvile
3 dele fortrolighed
2 dele stilhed og til sidst
1 stor, velovervejet beslutning

Bland det hele godt og tilsæt disse krydderier
1 tsk. Munterhed, 1 håndfuld gyldne Glædeskorn og 1 spsk. Spænding

Læg det hele i en skål med glade farver og lad det stå nogle timer i et åbent vindue i ro og frisk luft.

Sammenlægning af Kerteminde- og Nyborgklubben

Så er det en realitet - Kerteminde klubben og Nyborg klubben er nu en klub – Nyborg Klubben. Møderne holdes som tidligere på Vestervold aktivcenter. Ved de sidste to arrangementer har vi været ca. 40 deltagere, hvilket vi synes er dejligt.

Nyborgklubben har søgt § 18 midler af Nyborg kommune. Vi søgte om 5000 kr. og fik dem til dækning af bl.a. administrationsudgifter.

Vi har også søgt, Nordeas Lokalråd, og fået 8000 kr. til en computer og en projektor. Hvorfor nu købe en projektor? Vi har haft en del foredragsholdere, som har haft behov for en projektor, og sådan en er ikke så let at låne.

Klubben har også investeret i en stemmeforstærker, da parkinsonen for en dels vedkommende påvirker stemmebåndet, så vi har svært ved at tale højt.

På arbejdsgruppens vegne Gertrud Andreasen

Hvidstengruppen

I ParkinsonCafeen i Assens har vi prøvet noget nyt. Vi søgte og fik § 18 midler til leje af Assens Bio og en film.

Da vi ikke er nok til at fylde en hel biograf, inviterede vi andre med fra Danske Handicaporganisationer, plejehjem osv. Der mødte 81 personer til kaffe og kage på Tobaksgården, hvorefter vi så "Hvidstengruppen."

Det var en betagende oplevelse med samarbejde på tværs af de forskellige organisationer, som vi sagtens kunne gentage i andre sammenhænge.

★★★★★

til Tobaksgården for hygge, hjemmebag og god service.

Styregruppen for Cafeen Karen Jacobsen

Latterkursus i Assens den 20. marts



*Jeg er en lille ting, men
jeg har stor betydning.
Jeg hjælper alle.
Jeg åbner lukkede døre.
Jeg skaber respekt og beundring.
Jeg koster ingenting.
Jeg er nyttig hele dagen.
Jeg burde være alles ven.
Jeg er SMILET.*

Vi var en flok på 12 der trodsede sne og frost, og fandt vej til Granly i Assens.

Latterinstruktør Lene Merete Lund gæstede os og åbnede vore barnesjæle, hvor glæde, spontanitet og latter bor.

Hendes budskab er, at humoren og latteren kan gøre hverdagen lettere, og mere gnidningsfri, ja ligefrem helbredende. Livet bliver sjovere med en ho ho ho hi hi tit tit.

Tager vi smilet på, vil det smitte vore omgivelser. Glade mennesker er sjovere at være sammen med.

Aftenen gav os en opløftende, befriende og latterrig oplevelse hvor vi sluttede af med kaffe og kage.

Inga

Afs.: Karen Jacobsen
Melbyvej 3
5610 Assens



DHL Stafetten 2013



Landsforeningen har tilbudt at betale for, at et antal hold fra Fynskredsen kan deltage i årets DHL stafet i Odense.

Arrangementet finder sted på tre forskellige datoer, men i Fynskredsen har vi besluttet at satse på tirsdag den 13. august 2013.

To muligheder

Der kan vælges mellem 5x5 km stafetløb og 5 km walk, begge dele for 5-personers hold.

Rutebeskrivelse:

Stafetten har start og mål på Engen i Fruens Bøge og der løbes på skov- og cykelstierne og rundt om skovsøen.

Du kan finde oplysninger om program og tilmelding på side 7.