



PARKINSON POST

Nr.4

November 2012

24. årgang



Indhold

	
Lidt fra formanden	3
De 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter - gentagelse	4
Vil du med i biografen?	5
Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom	6
Temadag om avancerede behandlinger	7
At leve med en kronisk sygdom - en udfordring for patient og pårørende	8
Center for Rehabilitering og Specialrådgivning (CRS)	9
Fysioterapeuter Fyn som har kendskab til Parkinson.....	10
Bestyrelsen	11
Aktivitetskalender Fyn.....	12
Klubber Fyn.....	14
Kontaktpersoner m.m.....	14
Assens	15
Faaborg - Midtfyn	15
Kerteminde.....	16
Middelfart	16
Nyborg	17
Svendborg.....	17
Resultat af spørgeskemaundersøgelse i Odenseklubben.....	17
Odense	18
Om netværksgrupper	19
I Brødrene Grimms fodspor	20
Henvisning til rehabiliteringsophold	24

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 omkring 1. februar 2013.

Materiale bedes indleveret **senest den 10. januar 2013**

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

Lidt fra formanden



Så er det efterår, koldt og blæsende, men hver årstid har jo sin charme. Nu sidder man inde og hygger sig, læser i en god bog eller deltager i et af de mange møder, der er arrangeret af parkinsonklubberne og kredsen.

I august måned sygemeldte Tina Nielsen sig. Jeg er derfor konstitueret som formand og Gudrun Johansen, Middelfart som næstformand. Vi ønsker Tina god bedring.

Vi har i sommer haft besøg af Parkinson foreningens landsformand Jorry Højer og næstformanden Erling Olsen. De har besøgt kredsene i hele landet. Det var positivt at høre dem fortælle om landsforeningens arbejde og planer, og at vi ligeledes kunne fortælle om, hvordan det går på Fyn.

Årets rejse til Kassel og Berleburg var en god oplevelse. Vi var 43 der fulgte Eventyrruten som også Brødrene Grimm brugte, når de søgte ideer til deres eventyr. I år var rejseprogrammet også sendt til kredse i Sønderjylland, og 9 derfra havde taget imod tilbuddet.

Gertrud og Benny Andreasen havde arrangeret turen, så en stor tak til dem for det store arbejde og den gode atmosfære under turen. Vi ser frem til næste års rejse, som de har lovet at stå for.

Rigtig mange er glade for at være sammen med andre, der har samme problemer som en selv. Og mange føler sig forstået på en helt anden måde, fordi alle kender de forskellige symptomer. Man behøver ikke at forklare sig eller dække over de forskellige problemer der følger med sygdommen. Samværet handler ikke kun om sygdommen, men lige så meget om hverdagslivets muligheder.

Parkinsonskolen Syd har igen et flot program at tilbyde. Og der er nu samarbejde med Sønderjylland, hvilket giver flere muligheder for kurserne.

Med venlig hilsen
Karen Jacobsen

De 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter - gentagelse

Den 4. september havde Parkinsonklubben Odense foredrag af neurolog Anne Korsgaard. Det blev en aften med succes, hvor i alt 40 personer deltog. Flere kunne der ikke være i klublokalet i Georgsgade, så desværre måtte vi sige nej til en hel del.

Heldigvis har Anne Korsgaard tilbudt at gentage sin præsentation. Denne gang på Anne Korsgaards hjemmebane i Lægehuset Skt. Anne Plads, idet der her er bedre plads end i september. Anne Korsgaard lægger vægt på, at patienternes børn og ægtefæller også er velkomne.

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



Mandag d. 19. november kl. 19:00

i Lægehuset Skt. Anne Plads 2, Odense*

* (NB: Lokalet ligger i kælderen. Der vil være adgang for kørestolsbrugere.)

Vedrørende motionen og musikken fremhæves specielt

- Videnskabelig dokumentation for gangtræning på rytmisk stimulation (Michael Thaut)
- 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 5. november 2012

Leif, tlf. 20 27 52 72

eller Hans Jørgen, tlf. 21 74 37 02



Vil du med i biografen?

Parkinson Cafeen i Assens inviterer foreningens medlemmer, og alle andre ligestillede, til en hyggelig eftermiddag med kaffe og filmen "**HVIDSTEN GRUPPEN**"

Onsdag d. 30. januar 2013

Kl. 15.00

i Assens Bio, "Tobaksgården"

Filmen om Hvidsten Gruppen er bygget på en sand historie. Under tyskerne besættelse af Danmark dannede ejeren af Hvidsten Kro en illegal gruppe, som beskæftigede sig med at modtage våben, ammunition og sprængstof nedkastet fra engelske fly. I filmen følger vi gruppen, der endte med at blive taget af tyskerne og henrettet som den første modstandsgruppe i Danmark.



Vi starter med kaffe og kage, inden vi ser filmen.

Pris

35 kr. pr. person. Billetter efter "først til mølle princippet"

Tilmelding fra nu af og indtil 22. januar 2013

til Lise Arnecke, tlf. 49 22 08 30

Med venlig hilsen Parkinson Cafeen i Assens

Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom

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

Information om problemer med hukommelse, depression, manglende overblik, lugtesans, søvn, træthed, smerte, syn, hallucinationer, vandladningsbesvær, mave/tarm, sex, mm.

PROGRAM LØRDAG DEN 10. NOVEMBER	
10.00 - 12.00	Mette Møller afdelingslæge Århus Universitetshospital Hvad er Kognitive problemer? Gennemgang og oplysning om ikke motoriske vanskeligheder.
12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 15.00	Mette Møller fortsat
15.00 - 16.00	Kaffe og opsamling

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris:

1 dag 175 kr pr. person – inklusiv forplejning
Forplejning 2 stk. Smørrebrød, kaffe/ the og brød formiddag og eftermiddag. Drikkevarer kan købes på AOF

Tilmelding:

Tilmelding til kursusdagene AOF Middelfart på Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00. senest 14 dage før kursusstart. Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort. Tilmeldingen er bindende.
Se også vores hjemmeside www.aofmiddelfart.dk

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.

Temadag om avancerede behandlinger

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

Et samarbejde mellem Sønderjyllands Kredsen, Sydvestjyllands Kredsen, Sydøstjyllands Kredsen, Fyn Kredsen og Parkinsonskolen.

LØRDAG D. 24. NOVEMBER	
10.00 - 12.00	Sygeplejerskespecialisterne fra Bispebjerg hospital Arne Glad, Narissah Bryndum og Steen Rusborg Svingninger i medicinens virkning. Avancerede behandlingsmuligheder mod Parkinsonsymptomer Steen Rusborg: STN operation Narissah Bryndum: Apomorfinpumpe Arne Glad: Duodopapumpe
12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 15.00	Arne, Steen og Narissah fortsat.
15.00 - 16.00	Kaffe og opsamling

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris:

175 kr. pr. person – inklusiv forplejning.
Forplejning 2 stk. Smørrebrød, kaffe/te m/brød formiddag og eftermiddag. Drikkevarer kan købes på AOF.

Tilmelding

Tilmelding til temadagen AOF Middelfart på Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00. senest 14 dage før kursusstart. Tilmeldingen er bindende. Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort. Se også vores hjemmeside www.aofmiddelfart.dk

Transport

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.

At leve med en kronisk sygdom - en udfordring for patient og pårørende

Lørdag d. 26. januar (endagskursus)	
10.00	<p>Karin Rasmussen privatpraktiserende psykolog, med stor erfaring i at arbejde med patienter med en kronisk sygdom og deres familier.</p> <p>At leve med en kronisk sygdom er en stor udfordring for både patienter og pårørende. Begge parter reagerer både fysisk og psykisk på de belastninger, som sygdommen medfører. Det er derfor vigtigt at lære, hvordan man passer bedst muligt på sig selv og hinanden, og hvordan man bevarer livsmodet og glæden på trods af vanskelighederne.</p> <p>Dagen vil bestå af såvel oplæg som mulighed for drøftelse i mindre grupper af hhv. patienter og pårørende.</p>
12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 15.00	Karin Rasmussen fortsat
15.00 - 16.00	Kaffe og opsamling

Sted:

AOF Middelfart, Skærgårdsvej 1, 5500 Middelfart

Pris

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

Tilmelding til temadagen

Tlf. 63 41 35 00 daglig mellem 8.00 - 14.00. senest 14 dage før kursusstart Tilmeldingen er bindende. Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort. Se også vores hjemmeside: www.aofmiddelfart.dk

Transport

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.

Center for Rehabilitering og Specialrådgivning (CRS)

Åbent hus på Center for Rehabilitering og Specialrådgivning (CRS), Heden 11, 5000 Odense C.

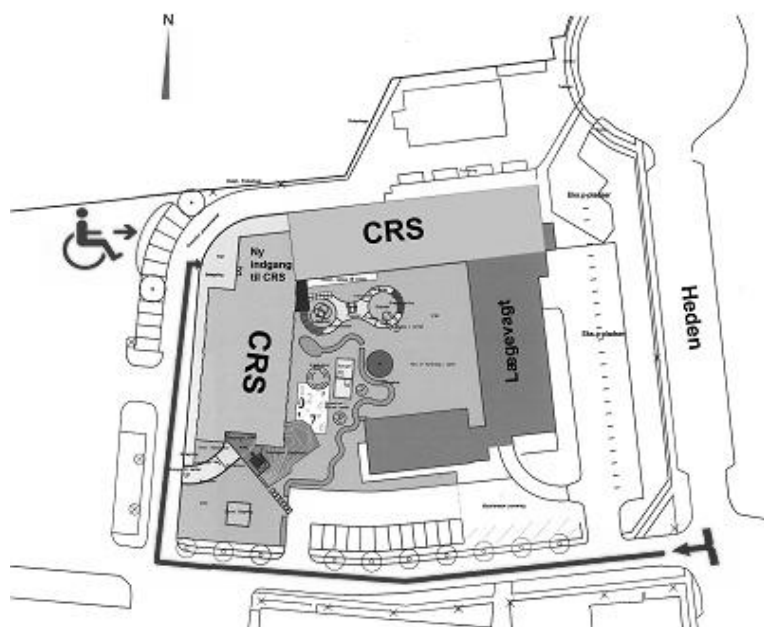
Centret yder specialundervisning og specialpædagogisk bistand til borgere med specifikke funktionsevnedssættelser inden for tale-, høre- og synsområdet samt specialrådgivning vedr. hjælpemidler på syns-, mobilitets- og kommunikationsområdet.

På mobilitetsafdelingen er der Åbent hus med en udstilling af hjælpemidler, hvor du også kan få råd og vejledning af en terapeut og en tekniker.

Åbningstider er

1. torsdag i måneden kl. 12.30 - 15.00*

* Skulle Åbent hus falde på en helligdag, rykkes Åbent hus til den efterfølgende torsdag.



Fysioterapeuter Fyn som har kendskab til Parkinson

Denne liste indeholder navne på fysioterapeuter, der har deltaget i en workshop arrangeret af Danske Fysioterapeuter i samarbejde med foreningen. Her blev alle deltagere præsenteret for et sæt af kliniske retningslinjer for fysioterapi til patienter med Parkinsons sygdom.

Retningslinjerne indeholder:

- Praktiske anbefalinger
- Review af evidensen
- Oversigter over anbefalede diagnostiske metoder og undersøgelse
- Den terapeutiske proces

Da Danske Fysioterapeuter ikke må opgive navnene på deltagere, er det deltagerne selv, der skal give tilladelse til, at deres navn står på denne liste. Listen bliver løbende opdateret, men nedenstående oversigt er sådan som der ser ud pr. Pr. 15.10.2012.

Kommune	Navn	Tlf. nr.	Hjemmeside
Assens	Assensklinikken ApS	64 71 39 99	www.assensklinikken.dk
Middelfart	Middelfart Fysioterapi	64 41 02 73	www.middelfartfysioterapi.dk
Nordfyn	Søndersø Fysioterapi og Fitness	64 89 30 01	www.soendersoefysio.dk
Odense	Odense Fysioterapi Idrætsklinik & Fitness	66 13 04 60	www.odensefysioterapi.dk
Odense	Fysioterapeuterne Bryggergården	66 13 96 00	www.bryggergaardenfys.dk
Odense	Christiansgade Fysioterapi & Træning	66 13 86 50	www.christiansgadefys.dk
Odense	Benefit Klinikken Stenhuggervej	66 15 50 50	www.bene-fit.dk



Bestyrelsen

Konstitueret formand Repræsentant i Hovedbestyrelsen	Karen Jacobsen Melbyvej 3 5610 Assens	☎ 64 71 23 60 ✉ kj@osterbygaard.dk
Konstitueret Næstformand Repræsentant i Hovedbestyrelsen	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	☎ 66 15 13 76 ✉ hjm@imada.sdu.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 ✉ nnnielsenn@mail.dk

SOM MEDLEM AF PARKINSONFORENINGEN ER MAN VELKOMMEN TIL ALLE ARRANGEMENTER

2012

Måned	Dato	Arrangør	Arrangement	Tilmeldingsfrist
November	01	Faaborg-Midtfyn Klub-	Præsten fra Brahetrolleborg kommer og fortæller	
	07	Kertemindeklubben	Klubmøde	
	08	Odenseklubben	"Syng-sammen-aften" med Nymarkens Harmonikaklub	1. november
	10	Parkinsonskolen	Non-motoriske symptomer ved Parkinsons sygdom	26. oktober
	19	Odenseklubben	De 5-M'er	5. november
	24	Parkinsonskolen	Temadag om avancerede behandlinger	10. november
	28	Assensklubben	Juleafslutning	23. november
	28	Middelfartklubben	Juleafslutning	
December	28	Nyborgklubben	Juleafslutning	
	04	Odenseklubben	Juleafslutning	23. november
	05	Kertemindeklubben	Juleafslutning	1. december
	06	Faaborg-Midtfyn Klub-	Juleafslutning	

2013

Måned	Dato	Arrangør	Arrangement	Tilmeldingsfrist
Januar	09	Middelfartklubben	OL-Bronze	
	26	Parkinsonskolen	At leve med en kronisk sygdom - en udfordring for både patient og pårørende	11. januar
	30	Parkinsoncafeen As-	Biograftur Tobaksgården	22. januar 2013
Februar	13	Middelfartklubben	Bent Andreasen underholder	
	14	Odenseklubben	Akupunktur	7. februar 2013
Marts	13	Middelfartklubben	Underholdning af "Bjergbanken"	
April	10	Middelfartklubben	De 5-M'er	
Maj	15	Middelfartklubben	Grillaften "Tvillingegården"	


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
Kerteminde (gældende indtil 31/12-2012)	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
Nyborgklubben	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
Ærø	Karen Hansen Mosevej 7 5985 Søby Ærø	☎ 62 58 14 91

Kontaktpersoner m.m.

Parkinsonskolen Fyn	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	Faaborg - Midtfyn
<p>Mødested: "Granly", Østergade 89 C, 2. 5610 Assens</p> <p>Tidspunkt: 19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: "Tømmergården", Kantinen Tømmergården 6 5600 Faaborg</p> <p>Tidspunkt: Kl. 19.00 - 21.00</p>
<p>Onsdag den 28. november 2012 kl. 18.00 Juleafslutning med spisning, julehygge og underholdning</p> <p>Tilmelding senest 23. nov. til Karen Jacobsen, tlf. 64 71 23 60</p> <p>Onsdag den 30. januar 2013 Kl. 15.00 Biograftur til Tobaksgården, Assens</p> <p>Der er mulighed for hjælp til transport.</p> <p>Se programmet på side 5.</p>	<p>6. december 2012 Juleafslutning m. pakkespil og spisning hyggeligt samvær.</p> 

	<p>Tusind tak for alle de positive tilbagemeldinger jeg har fået fra jer, fordi jeg sendte breve ud med Parkinsonskolens program og avisartiklen om pårørende - kontaktperson i Assens.</p> <p>Venlig hilsen Lise</p>
---	---

Kerteminde	Middelfart
<p>Mødested: "Aktivhuset" Vestergade 98, 5300 Kerteminde</p> <p>Tidspunkt: 19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Østergades Forsamlingshus Østergade 33 5500 Middelfart</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p>
<p>Onsdag, d. 7. november: Klubaften med orientering</p> <p>Onsdag den 5. december: Juleafslutning Her bedes om tilmelding, fordi vi skal have lidt ekstra godt til kaffen</p> <p>2013: Henvisning til Nyborgklubben, da Kertemindeklubben lukker.</p> <hr/> <p>KERTEMINDEKLUBBEN LUKKER Efter vores juleafslutning i december lukker klubben i Kerteminde. Undertegnede har ønsket tilbage- trækning efter 6 år som klubleder.</p> <p>Vi er ikke så mange medlemmer, og har ingen til at overtage ledelsen. Alle er herefter velkommen i Nyborg. Se i "Parkinson Post" hvor og hvad der sker i klubben.</p> <p>Kontaktperson i Nyborg: Gertrud Andreasen tlf. 65 33 16 33</p> <p>Med hilsen Lene Nikolajsen, tlf. 64 75 17 02</p>	<p>28. november 2012 Julekomsammen</p> <p>FORÅRSPROGRAM 2013:</p> <p>9. januar 2013 OL bronze Jørn Lang fortæller og viser billeder fra sønnen Peter Langs deltagelse i OL London 2012.</p> <p>13. februar 2013 Bent Andreasen underholder.</p> <p>13. marts 2013 Underholdning af "Bjergbanken"</p> <p>10. april 2013 Neurolog Anne Korsgaard "De 5 M-ers betydning for Parkinsonpatienter" Se også programmet på side 4</p> <p>15. maj 2013 Grillaften på "Tvillingegården"</p> <p>Tilmelding: Gudrun Johansen Tlf. 64 44 14 65 eller E-mail: gudrun@johansen.mail.dk</p>

Nyborg	Svendborg
<p>Mødested: Vestervold Aktivitetscenter Kongens Bastionsvej 2 5800 Nyborgklubben</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: "Pensionisternes Hus", Stationsvej 10 5881 Skårup Fyn</p> <p>Tidspunkt: 17.00</p>
<p>Onsdag den 28. november Bemærk kl. 18.00 Årets julemøde afholdes i Vestervold Aktivitetscenter. Hertil udsendes speciel indbydelse.</p> 	<p>Torsdag 29. november kl. 17.00 JULEAFSLUTNING Let juletraktament + kaffe. Pris 75 kr. Drikkevarer kan købes. Pakkespil: medbring en pakke til en værdi af ca. 25 kr.</p> <p>Tilmelding senest d. 26/11 til: Gurli: 21 30 26 59 eller Helle: 62 22 56 52</p>

Resultat af spørgeskemaundersøgelse i Odenseklubben

Parkinsonklubben i Odense udsendte i sommer et spørgeskema til ca 140 medlemmer. 21 svarede.

Nogle umiddelbare konklusioner i klubledelsen

- Meget ringe besvarelsesprocent
- Halvdelen vil hellere mødes sidst på eftermiddagen
- Helt klar topscorer: Neurolog eller anden Parkinsonkyndig fagperson
- Helt nede i bunden: Bankospil samt ugentlige timer med svømning, dans, bowling, eller stavgang

Forslag fremsendt af dem, der svarede

- Træning sammen med partner for at øve de rigtige øvelser
- Naturmedicin og dens (evt.) virkning på Parkinsonpatienter
- Bogen "Hjernemad"
- Kopimedisin – samme virkning som originalproduktet?
- Tilskudsregler til receptmedicin
- Udviklingen i forskning
- "Bowen" metoden (svarerer vender tilbage efter selv at have prøvet metoden)
- Husk hvilke tilbud, der allerede eksisterer i andre klubber eller i kredsen. Samarbejde er bedre end modarbejde

Odense

Mødetid: Første tirsdag i måneden kl. 19:00 – 21.30

Mødested: Spørg ved tilmelding

Torsdag 8. november kl. 19

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

Mandag 19. november kl. 19, Lægehuset Skt. Anne Plads 2, Odense

Se udvidet program på side 4

Under og efter indlægget bliver der lejlighed til at kommentere og stille spørgsmål. Naturligvis bliver der ind imellem tid til kaffe /the og kage.

Tilmelding senest den 5. november

Tirsdag d. 4. december kl. 18.00 - 21.00 (JULEAFSLUTNING) på AMU-Fyn, C. F. Tietgens Boulevard 25, Tietgenbyen, Odense

Her er der spisning med sang og (båndet) musik.

Desuden udlodning af medbragte julegaver og hyggesnak.

Pris: Hver deltager medbringer 1 indpakket julegave til en pris af ca. 30 kr. Herudover betales der 70 kr. for maden inklusive 1 vand/øl samt 1 snaps. Yderligere drikkevarer kan købes til billige priser.

Tilmelding allersenest fredag den 23. november

Torsdag 14. februar 2013 kl. 19

Akupunktur

Vi får besøg af akupunktør Poul Bech.

Tilmelding senest den 7. februar 2013

Alle tilmeldinger til:

Leif, tlf. 20 27 52 72 eller

Hans Jørgen, tlf. 21 74 37 02

Vi arbejder p.t. med forskellige ideer og datoer, som forhåbentlig falder på plads, så de kan annonceres i næste nummer af Parkinson Post.

Om netværksgrupper

Efter sidste nr. af Parkinson Post hvor Lise Arnecke efterlyste grupper, blev hun kontaktet af Niels Nielsen der fortæller:

Netværksgruppen

Gruppen består af 4 mænd i alderen 60-70 år, der mødes hver tredje uge privat.

Vi har en dagsorden vi prøver at følge:

- En god ½ time hvor vi snakker om vores sygdom, og løst og fast om Parkinson.
- Vi har alle gået til Rehabilitering, så næste punkt er stemmeøvelser.
- Efter stemmeøvelser et valgt emne fra sidste gang.
Debatterede emner tidligere:
Hvordan tackler fru en vor situation
Overtager ens nærmeste snakken fra en
Kørekortfornyelse
- Vi slutter med at spille kort, hvor vi tit råber meldingerne højt.

Jeg vil mene, 4 personer er et passende antal i en gruppe. Vi har tid til at høre på hinanden, og vi prøver på at undgå at afbryde hinanden. På de 2 ½ time vi er sammen, føler jeg, vi når godt rundt om vor situation, så tiden passer til 4 personer.

Sådan kom vi i gang

Vi mødtes til et parkinsonkursus på Dalum Landbrugsskole i 2010. Her talte vi om at mødes med dem der boede på Fyn. Jette fra Flemløse samlede os. Vi fik aftalt, at vi satte en annonce i Parkinson Post, hvor vi efterlyste andre aktive til hyggeligt samvær en lørdag i august på Skin-necykel og medbragt mad.

4 mødtes og havde en god dag, yderligere 2-3 stykker kunne ikke, men var interesserede, hvis samværet fortsatte. Vi havde yderligere 3-4 træf (cykeltur - summemøde - gåtur). De sidste træf var vi kun 3 halvgamle mænd tilbage. Jeg foreslog så, om vi ikke skulle mødes en hverdag hjemme privat på skift. Det var starten på vores Netværksgruppe i oktober 2011. Senere er vi blevet en mere.

En stor tak til Jette som samlede os første gang.

I Brødrene Grimms fodspor

Fynskredsen og Sydvestjyllandskredsen på fælles oplevelsestur 23 - 27. september 2012

Søndag den 23. september

De første af 43 deltagere mødtes ved busholdepladsen v/Nyborg Bane-gård, og selv om det stadig var tidlig morgen, var det med lyse forventninger om en god sensommertur.

Det var tredje gang, at Fynskredsen af Parkinsonforeningen i Danmark arrangerede 5 dages rejser til interessante områder i Europa, beliggende så tilpas, at de kan nås uden større anstrengelser, end at parkinsonramte vil kunne klare dem. De foregående 2 år besøgte Fynskredsen hhv. Holland og Harzen, mens Sydvestjyllandskredsen for første gang i år deltog i arrangementet.

Det viste sig at være helt "risikofrit", idet jyderne absolut viste sig som ligeså gode mennesker som fynboerne. Samtidig medførte dette samarbejde, at der skabtes økonomi til at gruppen kunne suppleres med en hjælper, nemlig sygeplejerske Birgit Robson. Birgit fulgte med på hele turen, og hun ydede god støtte til rejsedeltagere med behov for lidt ekstra hjælp.

Efter starten i Nyborg samledes yderligere fynboer op i Vissenbjerg og Middelfart, mens jyderne i Kolding kompletterede selskabet til de 43 personer, som de næste dage tog på felttog i det tyske.

Det danske sindelag fornægtede sig jo ikke, idet det første fornødne, efter at gruppen var blevet samlet, var mad. Straks fremtryllede Gertrud kaffe og smurte rundstykker, som var lige til at gå til, så vi kunne gå styrkede til angreb på grænsebutikkerne. Heller ikke en lille én til halsen manglede, så stemmen kunne klares til morgensangen.

På den videre færd gennem grænselandet fik vi lejlighed til at slappe af, mens Benny øste ud af sin store viden om grænselandets omtumlede historie. Der har fra fordums tid været utallige konflikter i området, således også i 1848 og 1864, som endte med, at Danmark tabte hele Sønderjylland. Det, der udløste konflikten, var Kong Frederik den 7.s proklamation om, at Kongeriget Danmark og hertugdømmerne Slesvig, Holsten og Lauenburg skulle være evigt forbundne og aldrig kunne skilles. Det brød hverken den tyske kansler Bismarck eller kejser Wilhelm sig om, så de gik sammen med østrigerne til angreb, hvor de satte

Danmark på plads og fik hævn for det nederlag, som Danmark tilføjede dem i 1848-50.

Vores yderst habile chauffør Vagn, bugserede os sikkert frem i trafikmylderet, og efter at den medbragte frokost var indtaget syd for Hamborg, fik vi lejlighed til at slå mave og hvile ørerne. Nogle forsøgte at udligne den tidlige morgenaktivitet med en "morfar", andre fulgte med i den tætte trafik, indtil Benny igen greb mikrofonen for at fortælle hvordan Tyskland var opstået ud af middelalderens Europa. Det blev fortalt særdeles underholdende og spændende, så vi næsten uden at bemærke det, pludselig var så langt nede i Tyskland, så Gertrud kunne fortælle, at vi nu kørte ind på eventyr-ruten og gennem Brødrene Grimms land. Hun startede et litterært indslag, idet hun bl.a. læste eventyret om "Ulven og de syv Gedekid" for os. Mens vi hørte eventyrene, kørte vi igennem et landskab med storblåede udsigter og storladne linjer, og modsat Danmark, hvor gårdene ligger i landskabet, så man her kun store marker og næsten ingen bebyggelse.

Kl. 19.00 var vi som planlagt fremme ved "Hotel Igelstad" i Lichtenfels-Fürstenberg. Efter at have nydt en udmærket middag, havde vi stadig lokalet til rådighed, så vi benyttede lejligheden til at synge et par sange. Derefter blev vi delt op i hold på 4, hvor vi fik til opgave at præsentere det andet par i gruppen for forsamlingen. Det var en god og ny måde at lave præsentationsrunde på. Herefter var kun et fornødent: at se dyner!!!!

Mandag den 24. september

Da det var mandag, var mange turistbesøg udelukket, da mandag altid er lukkedag. Dagen var derfor helliget Eventyr-ruten, som er en 600 km lang rute gennem skovklædte højlandskaber og herlige floddale med maleriske borge og slotte.



Vi benyttede dagen til at besøge Wolfshagen, hvortil vi kom ad små veje gennem smukke, velholdte bindingsværkslandsbyer. Også Wolfshagen var domineret af flot bindingsværk. I byen så vi Sankt Anna Kirke og fontænen, der illustrerer eventyret om "Ulven og de 7 gedekid".

Vi fortsatte dagens program ved at køre til Hann. Münden, hvor vi startede med at finde et sted at spise. Der var udstedt "strenge" ordrer om at være rettidigt ved mødestedet efter spisepausen, men flere grupper var ved at blive ofre for restauranternes manglende forståelse for præcision.



Der var planlagt rundvisning i byen af forskellig længde, og der var utrolig mange flotte og velholdte huse og døre at kigge på. Ved byens rådhus er der et klokkespil, som vi så i funktion kl. 15.00.

Tilbage på hotellet spiste vi en god middag, og under det sociale samvær sang vi igen af karsken bælg og morede os med "Lille Ib", som giver god motion til dovne kroppe.

Tirsdag den 25. september

Denne dag var afsat til besøg i Kassel, en by med 200.000 indbyggere, som blev bombet sønder og sammen i 1943. Den er genopbygget på en måde, som gør, at den ikke er så interessant, men vi besøgte Wilhelmshöhe, som er en kæmpe stor park med flere slotte. Et planlagt besøg i slottets sale måtte imidlertid opgives, på grund af et personalemøde. Til gengæld besøgte vi en stor flot maleriudstilling, der præsenterede navne som bl.a. Rembrandt og Rubens.

Kl. 14.00 startede en meget hyggelig sejltur på floden Fulda. Her gled vi stille og roligt gled gennem landskabet i den dejlige sensommersol.

Dagen sluttede med en kegleturnering i hotellets kælder, hvor de 3 bedst placerede blev præmieret. Under det sociale samvær blev der trænet hjerne-gymnastik af forskellig art.

Onsdag den 26. september

Denne dag var målet byen og slottet Berleburg. Turen fra hotellet til dagens mål gik gennem et meget kuperet og skovrigt område.

Vi blev, i to hold, vist rundt i nogle af slottets sale. Imens kiggede det andet hold på by og omegn. Berleburg er præget af de skiferbelagte huse og de stejle gader, og den virker som en meget ren by. En danskers interesse er tilbøjelig til at rette sig mod det faktum, at det er Prinsesse Benediktes hjem, hvor hun har 65 danske fuldblodsheste.

Efter en meget lækker frokost i slottets cafe fortsatte turen til Sauerlands højeste punkt: Kahler Asten, hvorfra der i godt vejr skulle være en flot udsigt. Ved denne lejlighed rullede tæt tåge dog frem over området i samme øjeblik vi steg af bussen, så vi skyndte os tilbage i bussen, så den ikke forsvandt for os.

Efter at turens sidste middag var blevet indtaget, blev turens tilrettelæggere, Gertrud og Benny Andreasen samt chaufføren Vagn, hædret på poetisk vis og fik overrakt beskedne erindringsgaver.

Torsdag den 27. september

Vi afsluttede med en perfekt hjemtur. Her kunne vi sidde og tænke tilbage på en dejlig tur, og vemodigt tage afsked med hinanden, efterhånden som de forskellige grupper steg af bussen.

Referent: Jørgen Gadegaard



"Rejseholdet 2012"

Afs.: Karen Jacobsen
Melbyvej 3
5610 Assens



Henvisning til rehabiliteringsophold



VEJLEFJORD
Rehabiliteringscenter



Parkinsonforeningen gør opmærksom på, at rehabiliteringsopholdene for parkinsonramte i fase 2 og 3 af sygdommen fortsætter i 2013. Der bliver i alt fire ophold i foråret, to på hvert center. Senere i 2013 udbydes tilsvarende fire ophold i efteråret, to på hvert center.

Hvis man som parkinsonramt er interesseret i at komme i betragtning til et af forårets ophold, er det derfor vigtigt, at man hurtigst muligt kontakter sin egen læge eller neurolog og får en henvisning. Rehabiliteringsopholdene foregår stadig på Vejle fjord Rehabiliteringscenter i Stouby og Gigtforeningens Center for Sundhed og Træning i Skælskør.

Læs mere om Parkinsonforeningens rehabiliteringsprojekt:
<http://www.parkinson.dk/indhold/rehabilitering-0>

Yderligere oplysninger kan fås hos projektleder
Maj-Britt Winther, mw@parkinson.dk,
telefon 33 41 47 74 (onsdage og torsdage kl. 10.00-14.00)

Kilde: Nyheder Parkinsonforeningen 08.10.2012