



PARKINSON POST

Nr. 4

November 2013

25. årgang



Assensholdet

Odenseholdet



Nyborgholdet



Parkinsonforeningen
Fyn deltog med disse
3 hold.

Se mere på side 15

Indhold

Lidt fra formanden	3
Glæd jer til Parkinsonskolens forårsprogram 2014	4
Informationsmøde om parkinson på OUH	5
Offentlige støttemuligheder.....	6
Information fra Parkinsonforeningens sekretariat	6
Bestyrelsen.....	7
Aktivitetskalender Fyn 2013 - 2014	8
Klubber Fyn	10
Kontaktpersoner m.m.	10

KLUBBER:

Assens	11
Faaborg - Midtfyn.....	11
Nyborg	12
Middelfart	12
Odense	13
Svendborg.....	13
Så er det ved at være sidste udkald!	14
DHL Stafet i Odense.....	15



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. februar 2014

**Materiale bedes indleveret
senest den 15. januar 2014**

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

Lidt fra formanden



Ved kommunevalget d. 19. november har vi alle mulighed for at gøre vor indflydelse gældende ved at møde op og sætte vores kryds. Mange gange syntes man ikke, at man som almindelig borger har nogen indflydelse på, hvad der sker i ens kommune. - Men netop til et valg kan man afgive sin stemme, og stemme på den person/parti der varetager ens interesser mest. Og det er jo 4 år frem der gælder.

Vi skal være opmærksomme på, at det er kommunalpolitikere der fastlægger rammerne for det serviceniveau kommunens borger tilbydes, og det er jo også for parkinsonforeningens medlemmer. Så det er ikke ligegyldigt, hvem man stemmer på. Det kan være din stemme er afgørende for fremtiden.

Al aktivitet er sund, så parkinsonforeningens Fynskreds deltog også i DHL-stafetten i august. Det var en dejlig dag, hvor vi sammen med mange andre kunne gå 5 km, og bagefter hygge os med den udleverede madkasse. Jeg kan kun opfordre til at flere vil deltage næste år.

Efter sommerferien er der fra klubberne meldinger om fin deltagelse til møderne. Man ser dog gerne, at der er flere, som har lyst til at deltage i det praktiske arbejde. Har du lyst at give en hånd med, så hører vi gerne fra dig.

Vi har et spændende arrangement at se frem til d. 27. januar 2014, hvor Neurologisk Afdeling på OUH arrangerer et informationsmøde for foreningen.

Der er sket en lille rocade i bestyrelsen. Poul Hansen, Bogense har ønsket at træde ud af bestyrelsen, for at have mere tid til familie og andre gøremål. Vi siger tak for det arbejde han har lagt i bestyrelsen, og byder velkommen til Niels Nielsen, Odense, der overtager pladsen i bestyrelsen resten af året.

På gensyn Karen Jacobsen

Glæd jer til Parkinsonskolens forårsprogram 2014



Med fulde huse og ventelister i efteråret er deltagerne allerede begyndt at blive skrevet op til de kommende kurser i foråret.

Emnerne bliver:

1. Neurolog

Vi taler om demens. Hvordan opdages demens, hvad er Parkinsondemens og findes der behandling?

Demenskonsulent

- Værdifuld hjælp til familier i senfasen.
- Hvilken hjælp tilbydes både patient og pårørende?

2. Pårørendedag 29. marts 2014

Hvor går pårørende hen for at få hjælp?

Forebyggelseskonsulent i Assens kommune Gitte Bøtcher fortæller om tilbud om samtaler til pårørende i eget hjem om at håndtere de følelsesmæssige og praktiske problemer.

3. Fysioterapeut

- Gennem oplæg og aktivt motionsprogram hjælpes vi til at forstå, hvor vigtig motionen er for fortsat bevægelighed.
- Vi hører også om, hvordan nogen Parkinsonramte har glæde af akupunktur.

Udførligt program kommer i næste nr. af Parkinson Post.

På gensyn
Lise Arnecke

Informationsmøde om parkinson på OUH

Parkinson-klinikken på Neurologisk Afdeling, Odense Universitetshospital indbyder til informationsmøde om parkinson, hvor der vil blive orienteret om nye tiltag indenfor udredning og behandling.

Der vil være indlæg fra ambulatoriets læger og sygeplejersker.



Informationsmødet vil finde sted

**Mandag den 27. januar 2014
kl. 14.00 til 16.30**

på

**Odense Universitetshospital
Kløvervænget 6, Indg. 93, stuen
Auditorium 1+2
5000 Odense C**

Tilmelding senest fredag den 10. januar 2014 til

Karen Jacobsen, tlf. 64 71 23 60 eller
Gudrun Johansen, tlf. 64 44 14 65

Der er plads til 80 deltagere, og tilmeldingen foregår efter "Først-til-mølle" princippet.

Offentlige støttemuligheder

Når man bliver ramt af en kronisk sygdom, rejser der sig en række spørgsmål. Hvilken støtte er der, hvis man har behov for psykologhjælp, hvordan søger man om et hjælpemiddel og hvad gør man hvis arbejdet begynder at vokse en over hovedet?

Foreningens socialrådgiver Kirsten Hoff giver i brochuren "Offentlige støttemuligheder" svar på disse og mange andre spørgsmål.

Det vil givetvis være forskelligt, hvilke spørgsmål og svar, der er relevante for den enkelte, da sygdomsforløbene og behovene jo varierer meget fra person til person.

Brochuren er revideret i august 2013 og kan pt. købes i webshoppen for 25.00 kr. eller downloades gratis som PDF.

Se mere på <http://www.parkinson.dk/indhold/offentligest%C3%B8ttemuligheder-0>

Information fra Parkinsonforeningens sekretariat

Foreningens medlemmer bedes være opmærksomme på, at vi ikke automatisk modtager besked om adresseændringer. Derfor giv besked hvis du flytter, får nyt telefonnummer eller mailadresse.

Parkinsonforeningen har en sponsoraftale med OK benzin, hvis du har et OK benzinkort, eller gerne vil have et, kan du kontakte sekretariatet for yderligere oplysninger. Eksisterende kort kan godt kobles på vores sponsoraftale.

Husk også der er skattefradrag for donationer til foreningen, ved indbetaling til enten kredsen eller sekretariatet skal da oplyses cpr.nr.

Kontakt foreningen
gerne på mail info@parkinson.dk, eller på tlf. 36 35 02 30 (10-14)

Oplys meget gerne dit medlemsnummer ved henvendelse.

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	Niels Nielsen Mågebakken 27 5250 Odense SV	☎ 66 17 43 96 ✉ nnnielsnn@gmail.com
Suppleant bestyrelsen	Tina Nielsen Præstevænget 48 5800 Nyborg	☎ 40 30 46 85 ✉ mtf48@turbopost.dk

SOM MEDLEM AF PARKINSONFORENINGEN ER MAN VELKOMMEN TIL ALLE ARRANGEMENTER

Måned	Dato	Tidspunkt	Arrangør	Arrangement	Tilmeldingsfrist
November	5		Odense	Kost og Parkinsons sygdom	29. oktober
	7		Faaborg/Midtfyn	Mødeaften	
	9		Parkinsonskolen Syd	Juridiske spørgsmål & Hvordan påvirker Parkinsons sygdom synsevnen?	25. oktober
	13	18.30	Middelfart	Julefest	
	27	18.00	Assens	Juleafslutning	22. november
	27		Nyborg	Julearrangement	
	28		Svendborg	Julekomsammen	25. november
December	3	18.00	Odense	Juleafslutning	26. november
	5		Faaborg/Midtfyn	Juleafslutning	2. december
Januar	8		Middelfart	Sang og musik	
	22	11.00	Odense	Besøg hos Elitedans Syd, Odense	15. januar 2014
	29	12.00	Assens	Nytårskur	20. januar 2014
Februar	4		Odense	Præsentation af Assens klubbens livsstil CD	28. januar 2014
	12		Middelfart	Foredrag om stamcelleforskning indenfor Parkinson	
	26		Assens	Pårørende rådgiver fra Assens	
Marts	12		Middelfart	Førstehjælp	
	26		Assens	Besøg på Hjælpemiddelcentralen Odense	
April	30	18.00	Assens	Forårsaflutning m/spisning	

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 ✉ bennygertrud@gmail.com
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	☎ 29 46 21 14 ✉ lisephyllis@gmail.com
Konsulenter	Bodil & Georg Larsen Majsmarken 5 5260 Odense S	☎ 66 11 76 75 ✉ bodiloggeorg@dlgmail.dk

Assens	Faaborg - Midtfyn
<p>Mødested: "Granly", Østergade 89 C, 2. 5610 Assens</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Tømmergårdens Kantine Tømmergården 6, 5600 Faaborg</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.00</p>
<p>Onsdag den 27. november 2013 Kl. 18.00 på "Granly" Juleafslutning m/julebuffet, pakkeleg, sang og nissesjov.</p> <p>Pris 100 kr. for mad (+ pakke til 20-25 kr.) Lyst øl og vand kan købes. Andre drikkevarer og sjov kan medbringes.</p> <p>Tilmelding senest 22.nov. til Karen, tlf. 64 71 23 60 eller Inga, tlf. 27 12 99 06</p> <p>Onsdag den 29. jan. kl. 12.00 Assens Bowling Center Nytårskur med spisning, bowling, sang og hyggeligt samvær.</p> <p>Kl. 12.00 Bowling (for dem som har lyst)</p> <p>Kl. 13.15 Frokostplatte i den lille sal</p> <p>Pris 100 kr. pr. pers. (Drikkevarer for egen regning)</p> <p>Tilmelding senest d. 20.01.14 til Karen, tlf. 64 71 23 60 eller Inga, tlf. 27 12 99 06</p>	<p>Torsdag den 7. november 2013</p> <p>Torsdag den 5. december 2013 Juleafslutning med spisning</p> <p>Tilmelding senest 2. dec. til Bjarne Tychsen, tlf. 20 80 21 85</p> <p>Møde den første torsdag i hver måned.</p> <p>Se i dagspressen hvad der er på programmet.</p> <p>Assens Cafeen</p> <p>Datoer til kalenderen</p> <p>Onsdag den 26. februar 2014 Pårørende rådgiver fra Assens (Nærmere oplysninger følger)</p> <p>Onsdag den 26. marts 2014 Hjælpecentral, Odense</p> <p>Onsdag 30. april 2014 kl. 18.00 Forårsafslutning med spisning</p>

Nyborg	Middelfart
<p>Mødested: Vestervold Aktivitetscenter Kgs. Bastionsvej 2, 5800 Nyborg</p> <p>Tidspunkt: kl.19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Østergades Forsamlingshus Østergade 33, 5500 Middelfart</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p>
<p>Onsdag den 27. november 2013 Julearrangement</p> 	<p>Onsdag den 13. november 2013 Kl. 18.30 Julefest</p> <p>FORÅRSPROGRAM 2014</p> <p>Onsdag den 8. januar 2014 Sang og musik Bent Andreasen og Mogens Olsen</p> <p>Onsdag den 12. februar 2014 Foredrag om stamcelleforskning indenfor Parkinson v/ Pia Jensen</p> <p>Onsdag den 12. marts 2014 Førstehjælp v/Instruktør Jørgen Larsen</p> <p>Tilmelding Gudrun Johansen Tlf 64 44 14 65 eller e-mail: gudrun @johansen.mail.dk</p>

*Glædelig Jul
og Godt Nytår*

Odense	Svendborg
<p>Mødested: Ældrecentret Filosofhaven Filosofhaven 12, 5000 Odense C</p> <p>Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30</p>	<p>Mødested: Pensionisternes Hus Stationsvej 10, 5881 Skårup Fyn</p> <p>Tidspunkt: kl. 17.00</p>
<p>Tirsdag d. 5. november 2013 Kost og Parkinsons sygdom v/Louise Nielsen, Nyborg Fysioterapi. Tilmelding senest 29. oktober</p> <p>Tirsdag den 3. december 2013 Kl. 18.00 Juleafslutning med spisning, musik, julegaver og hyggesnak.</p> <p>Pris pr. pers. 100 kr. (inkl. 1 vand/øl & 1 snaps) Yderligere drikkevarer kan købes til billige priser. Herudover medbringes 1 indpakket julegave til ca. 30 kr. Senest 26. november 2013</p> <p>Onsdag den 22. januar 2014 Kl. 11.00 hos Elitedans Syd Rugårdsvej 55 C1, Odense C. Vi er gæster på Parkinson Danseholdet, og må gerne danse med. Se mere på www.elitedans.dk Tilmelding senest 15. januar 2014</p> <p>Tirsdag den 4. februar 2014 Assens klubbens livsstil CD Tilmelding senest 28. januar 2014</p> <p>Tilmeldinger Leif tlf. 20 27 52 72 Hans Jørgen tlf. 21 74 37 02</p>	<p>Torsdag den 28. november 2013 Julekomsammen m/spisning, sang, pakkespil, og evt. indslag fra et medlem om Barndommens Jul.</p> <p>Pris 75 kr. + pakke (værdi 25 kr.) Tilmelding senest 25. november</p> <p>Tilmeldinger til: Gurli: tlf. 21 30 26 59 Helle: tlf. 62 22 56 52</p> <div data-bbox="602 1027 965 1294" data-label="Image"> </div>

Så er det ved at være sidste udkald!



Mange steder omtales motion som et rigtig godt middel mod Parkinson, og Fyns Amtskreds har da også haft motion på dagsordenen siden starten i 1986, med hold både i Svendborg, Fåborg og Odense.

Rigtig mange parkinsonpatienter er gået igennem disse hold, og mange har været rigtig glade for at deltage. Desværre har alting sin tid, og nu er der kun 2 hold tilbage i Odense, og deltagertallet er sådan, at der til årsskiftet kun er deltagere til et hold. Det vil så betyde, at holdet er fuldt, så hvis du har lyst til at få det bedre og vedligeholde din kondition så er det tiden at melde sig til nu.

Undervisningen er på

**Lykkesholmvænget 7,
5230 Odense M**

mandage fra 16.00 til 17.30

dog mødes vi gerne en halv time før til en kop kaffe og en snak.

Som pensionist i Odense Kommune er prisen for 60 timers undervisning i år 75 kr. For ikke pensionister eller udenbys deltagere er prisen 315 kr.

I er velkomne til at møde op en mandag og se på eller deltage, så I ved hvad vi laver.



HUSK

Tilbud der ikke benyttes har det med at forsvinde.

Flere oplysninger hos Bodil og Georg tlf. 66 11 76 75

DHL Stafet i Odense

Under mottoet "Motion er medicin" mødtes vi 14 mennesker på en lidt blæsende, men lun sensommerdag ved Skovsøen i Odense. Vi skulle gå 5 km for Parkinsonforeningen på Fyn. Vi var delt op med 5 på hvert hold, såvel parkinsonramte som pårørende.

Vejret viste sig fra den pæne side og vi gik på en meget dejlig rute inde i skoven, bl. a. forbi Odense Zoo. Der var rigtig mange med og det gav et godt "trit", så man følte at flokken trak en med. Efter de 5 km., som vi gik på ca. en time, var der en madkurv med alskens gode sager, som vi spiste sammen. - Og her blev snakket og først og fremmest hygget.

Det er en rigtig god måde at være sammen på. Vi har det godt med at have fået os rørt, en masse frisk luft og sidst men ikke mindst, er det altid godt at være sammen med ligesindede, og få snakket om hvordan vi hver især takler livet med Parkinson. Vi er meget enige om, at motion er med til at højne livskvaliteten og vi kan mærke, hvis vi ikke får det gjort.

DHL-stafetten er et rigtig godt arrangement, som vi håber gentages med Parkinsonforeningen til næste år. Dette skal fra vores side være en opfordring til at deltage i 2014. Med tak for sidst til jer der deltog og på gensyn næste år, sammen med mange flere.

Kirsten og Erik Rahn Jensen



Kaffe og hygge til DHL Stafetten

Afs.: Karen Jacobsen
Melbyvej 3
5610 Assens



HUSKER DU DIN MEDICIN??

Nu skal det være slut med at glemme din medicin!

Vi har et bredt udvalg af

- MEDICINURE med op til 12 alarmer
- PILLEÆSKER med vibration og alarm



Ta` din medicin rettidigt - ring og hør nærmere på

63 71 30 50



ASTRID LEISNER & SØN ApS

www.leisner.dk