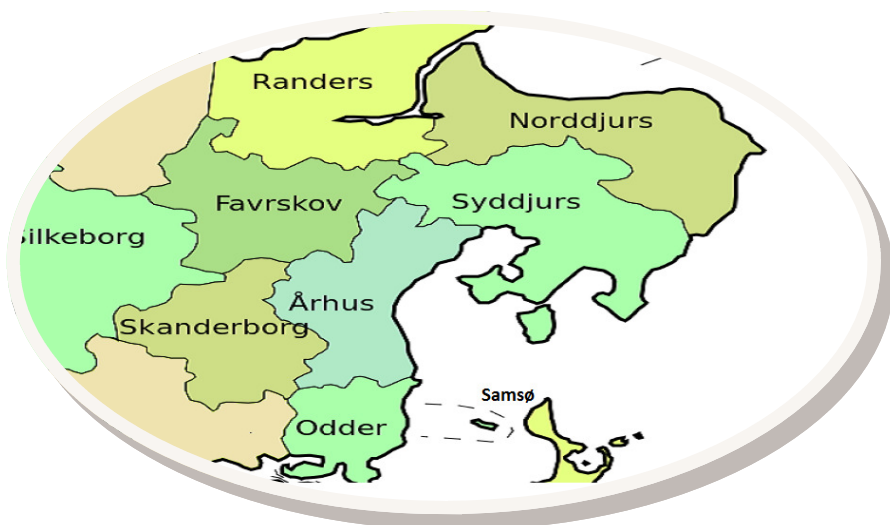


Nyt fra Parkinsonforeningen

Østjyllands kreds



Indhold

Leder		3
Parkinsonskolen	Viborg	4
Østjyllands Kreds		5
Århusklubben		7
Silkeborgklubben		9
Odderklubben		11
Randersklubben		12



Fra

www.parkinson.dk

DR K har med et nyt program sat fokus på danseglæden hos en gruppe parkinsonramte i New York. Erfaringer viser nemlig, at dansen kan øge både balance, smidighed og livsglæde hos personer med Parkinson.

Du kan selv opleve danseglæden— se senere i bladet.

Kære medlemmer

Når dette læses er sommeren over os, og jeg håber vejret vil arte sig, så vi alle bliver inspireret til at komme ud og nyde naturen og få den motion der specielt for parkinsonpatienter er så vigtig.

Inde i bladet kan I læse referatet fra generalforsamlingen hvoraf det fremgår at det lykkedes at få valgt en bestyrelse med en enkelt suppleant. Nyt bestyrelses medlem er Gert Hansen fra Randers, som jeg byder velkomme til arbejdet, alle andre er gengangere. Siden GF er der sket det, at Niels Erik Aes af personlige grunde har valgt at forlade bestyrelsen. Det blev kun til et års samarbejde med Niels Erik, og vi vil savne hans positive og engagerede medvirken ved vore møder.

Ved de to seneste kurser i Parkinsonskolens regi har interessen været så stor, at møderne gentages til efteråret, se nærmere inde i bladet. Hurtig tilmelding tilrådes.

Igen i år arrangerer kredsen en temadag for pårørende, denne gang i Hammel i kulturhuset Inside, læs mere i opslaget inde i bladet. Der er de senere år kommet stadig mere fokus på de pårørendes situation og på betydningen af den store indsats mange pårørende præsterer for at få dagligdagen til at hænge sammen, så jeg kan varmt anbefale at så mange som muligt møder op i Hammel d. 20. august, hvor en pårørende og en pårørendekonsulent vil fortælle om deres erfaringer.

Med ønsket om en rigtig god sommer.

Vagn Hestbæk

Kredsformand.

Parkinsonskolen efterår 2016

Parkinsonskolen, som er et samarbejde mellem Østjyllands og Midtnordjyllands kredse, indbyder til et nyt "skoleår".

CKU – Center for Kommunikation og Undervisning

Rosenstræde 6, 8800 Viborg.

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

Af pladshensyn er deltagerantallet begrænset til 35 personer pr. dag efter "først til mølle". Tilmelding til én eller begge af kursusdagene efter ønske til:

Vagn Hestbæk, tlf. 2176 6714, mail: vagnvedelh@gmail.com

Willy Mathiesen, tlf. 8663 7065, mail: willymathiesen@hotmail.com

Lørdag den 1. Oktober, kl. 10 – 15:

Kl. 10 – 12: Apoteker Inga Vilstrup og farmaceut Lotte Aggergaard:

Forskellige typer Parkinsonmedicin, virkning og bivirkninger, kopimedien, tilskudsregler mm.

Kl. 13 – 15: Neuropædagog Bente Juul, Hjerneskerådsgivningen:

Hvordan går det med samlivet, når den ene part har en kronisk sygdom ?

Hvordan tackler vi rolleændringer og seksualliv ?

Hvordan skabes samvær og intimitet trods sygdommen ?

Hvad gør vi selv for at bevare sociale relationer til familie og venner ?

Tilmelding senest den 22. september

Lørdag den 29. Oktober, 2016 kl. 11 – 15:

NYESTE VIDEN OM PARKINSONS SYGDOM

Overlæge Kristian Winge, Bispebjerg Hospital, vil i sit oplæg give en status om den nyeste viden om Parkinsons sygdom, de forskellige behandlingsmuligheder og aktuelle forskningsperspektiver. Han vil særligt fokusere på de forskellige medicintyper og deres forskellige bivirkninger. Og der vil være rig lejlighed til at stille konkrete spørgsmål til en af vore mest fremtrædende neurologer på dette område.

Tilmelding senest den 22. Oktober til Willy Mathiesen

Østjyllands Kreds

Referat fra Generalforsamlingen den 7. april 2016:

Der deltog 22 medlemmer samt formand for Parkinsonforeningen Jorry Højer.

Dagsorden

1: Valg af dirigent

Poul-Erik Vestergaard blev valgt. Konstaterede, at generalforsamlingen var lovlig indvarslet.

2: Formandens beretning til efterretning

Vagn Hestbæk oplyste, at der over de seneste 3 år er kommet ca. 100 nye medlemmer i vores kreds. Fortalte om de aktiviteter der har været i årets løb i kredsen og i Parkinsonskolen. Han opfordrede til at deltage i de kommende kredsarrangementer om støttemuligheder fra det offentlige og temamøde for pårørende. Vores kredsblad udkommer fremover 3 gange om året. Pr. 1. januar 2016 er der indført nye principper for aflæggelse af kredsens regnskab, så der bliver indført økonomisk selvstyre for kredsen og de lokale klubber. Derfor skal der vælges lokal revisor til kredsen. Landsforeningen har valgt 4 nye indsatsområder for de næste tre år: 1. Et godt liv med parkinson, 2. Pårørende- et værdigt liv for parkinsonfamilier, 3. Netværksdannelser og 4. Rekruttering af frivillige og medlemmer.

3: Det reviderede regnskab til godkendelse

Ingrid Harild gennemgik regnskabet, som blev godkendt.

4: Valg af 3 medlemmer til bestyrelsen

Jørgen Schaldemose og Poul-Erik Vestergaard blev genvalgt og Gert Hansen fra Randers-klubben blev nyvalgt.

.

5: Valg af 2 suppleanter

Hans Nielsen fra Randersklubben blev valgt. Der var ikke yderligere forslag.

6: Valg af revisor og revisorsuppleant.

Ellen Olsen blev valgt som revisor og Konrad Ahrentoft som revisorsuppleant.

Begge fra Silkeborg-klubben

7: Indkomne forslag

Ingen

8: Eventuelt

Intet

Den 07.04.2016

Poul-Erik Vestergaard

Dirigent

Østjyllands Kreds

indbyder til en temadag for pårørende,

lørdag d. 20. august.kl. 10-15 med følgende indhold:

1. Lone Vestergaard fortæller om hvordan hun har oplevet at have en mor med parkinson.
2. Pårørenderådgiver i Assens kommune, Helle Skov Iversen fortæller om sine erfaringer med de pårørendes situation.

Sted: Kulturhuset Inside, Dalvej 1 Hammel

Deltagerbetaling 50 kr. Der serveres frokost.

Århus-Klubben

CAFE'

Der har længe i Parkinsonforeningens Århusklub været et ønske om at tilbyde et cafe tilbud til primært nye medlemmer. Klubbens bestyrelse stiller sig til rådighed for over en kop kaffe at drøfte stort og småt ved at være Parkinsonpatient.

Vi er ikke eksperter, men vi har samlet en ikke ringe viden om Parkinson og den nye hverdag, som en sådan diagnose kan afstedkomme.

Det er gratis at deltage i cafeen, og det kræver ikke tilmelding at deltage.

Så er du ny i flokken, eller er du godt brugt, så kom og deltag i en uforpligtende snak.

Vi har lånt lokale på

Kirkedammen 2

8000 Århus C

Vi har foreløbig planlagt 2 cafe-møder

24. august kl 16 – 18

26. oktober kl 16 – 18

Yderligere information fås hos klubbens bestyrelse.

Anders Evers	andersevers@gmail.com	40293480
Erik Melgaard	erikegaa@hotmail.com	24447572
Solveig Madsen	sogpmadsen@gmail.com	24649381
Bo Mønsted	bo.monsted@gmail.com	26794907
Annemarie Rasmussen	a.l.rasmussen@privat.dk	86244650
Niels Marius Jensen	tebstrupparkvej23@gmail.com	20235103

Dans / Ballroom Fitness

for Parkinsonramte og pårørende.

Det er kendt at musik og dans har stor betydning for parkinsonramte og derfor er vi glade for at Århusklubben nu kan tilbyde en sæson med dans.

Dans er bl. a. godt for koordination, balance, motorik, kropskontrol, gang og ikke mindst livsglæde.

ALLE kan være med, også selv om man *IKKE* har danset før. Man behøver ingen dansepartner, da dansene kan danses alene. Og en masse dejlig musik til.

Vi danser 1 time, herefter mulighed for kaffe/te og lidt snak.

Vores instruktør Hanne Taisbæk er uddannet hos Elisabeth Dalsgård "Swingtime". Elisabeth har udviklet konceptet Ballroom Fitness og har igennem flere år, sammen med Anne Mette Rasmussen, arrangeret danse-uger med Parkinsonforeningen på La Santa Sport.

Dato: Vi starter tirsdag d. 6. september kl. 15. Herefter hver 2. tirsdag i lige uger dvs. 20/9, 4/10, 18/10,
1/11, 15/11, 29/11 og 13/12.

Sted: Salen på Åby Bibliotek i Åbyhøj
Ludvig Fejlbergs Vej 7
8230 Åbyhøj.

Der er fri Parkering ved biblioteket og busstop ved Kvickly på Silkeborgvej kun 200 m derfra.

Det er gratis at deltage.

Evt spørgsmål og tilmelding senest d. 30/8 til

Solveig Madsen, tlf 24649381, mail: sogpmadsen@gmail.com

Silkeborg-klubben

Siden sidst

Har vi afviklet vores sangeftermiddag som altid en dejlig oplevelse med vores velforberedte Henning Kirkfeldt.

Dernæst Årsmødet det gik smertefrit.

Der var ingen kommentarer til formandens beretning bortset fra lidt økonomi,

Klubberne får nu hvert år tilført en pose penge, som vi selv må holde styr på. Vi vedtog at få en revisor til hjælp hermed, Valget faldt på Ellen Olsen, Ellen modtog valget.

Valget til bestyrelsen gik også glat, På valg var: Niels Erik Aaes, Finn Bodilsen, Hans Jørgen Caludan

Finn Bodilsen modtog ikke genvalg da han og Anette er flyttet til Sjælland.

Hans Jørgen modtog ikke genvalg, istedet kunne vi sige velkommen tilbage til Knud Jensen. Og vi siger også velkommen til Konrad Ahrentoft som ny i bestyrelsen.

I skrivende stund er Niels Eriks hustru Ruth kommet alvorligt til skade ved et fald, Niels Erik er klar over at der vil blive en langt genoptræningsperiode så han har valgt at trække sig fra alt foreningsarbejde da der er brug for ham derhjemme. Det har vi naturligvis fuld forståelse for. Vi ønsker rigtig god bedring til Ruth.

Vi er så heldige at Konrad Ahrentoft godt vil påtage sig jobbet som klubleder og kassere, det er vi meget glade for, vi glæder os til samarbejdet..

Vores nye klubleder er hermed Konrad Ahrentoft Georg Krugersvej 293
tlf. 86825724 -23454559

Vi siger tak til Finn, Niels Erik og Hans Jørgen for det arbejde de har lagt i klubben.

ALLE TILMELDINGER GÅR FREMOVER TIL DEN SAMME PERSON
Nemlig til Jonna Eriksen, på mobil 20726880

Arrangementer i Sensommeren og efteråret 2016

Lørdag. Den 27. august: Udflugt

Vi drager mod vest, dog lidt længere end "Ikast" det bliver efter Vedersø til, der bliver muligvis chancer for et gratis fodbad i Vesterhavet .

Vi mødes på p. pladsen ved Nord Vestbadet lørdag den 27. august kl. 10.00 forventer at være hjemme igen sidst på eftermiddagen.

Pris for middag og bus er 150 kr. drikkevarer til maden er derudover.

Tilmelding til Jonna senest 20. august.

Onsdag den 7. September : Sangeftermiddag, selvfølgelig under ledelse af Henning Kirkfeldt,

Vi mødes i Lunden kl. 14.00 Vi har modtager en donation til sangbøger fra SØ-STERLOGE nr. 83 "ULRICA"

Så nu har vi vore egne, hvoraf en del har stor skrift.

Kaffe og brød kr. 25 . Tilmelding til Jonna senest 31. august .

Torsdag den.13.oktober Skal vi danse. Vi mødes i Lunden kl. 14.00

vi skal ikke optræde for nogen, vi danser det bedste vi har lært. Musikken leveres af medbragte bluetooth højtalere, der er næsten ikke den melodi vi ikke kan finde frem.

Kaffe med brød kr. 25. Tilmelding til Jonna senest 6. Oktober.

Reserver tirsdag den 22. november til julefrokost Det bliver til middag lige som sidste år, mere i næste blad.

Der er et par ledige pladser på vandgymnastik holdet.

Bowling starter igen onsdag den 31. august

Rigtig god sommer til jer alle. Vi glæder os til og se rigtig mange til arrangementerne.i efteråret

Bestyrelsen

Odder-Klubben

Klubleder: Poul-Erik Vestergaard, Tlf. 2218 4820.

E-mail: poulerikv@gmail.com

Vores program for klubmøderne i 2. halvår 2016 er følgende:

Onsdag, den 14. september kl. 19.00 på Odder Højskole, Rørthvej 34 A, 8300 Odder

Vi får besøg af journalist Jørgen Hejlsvig, som vil holde et foredrag om kunstner og visedigter Sigfred Pedersen. Vi får også mulighed for at synge nogle Sigfred Pedersen-viser.

Onsdag, den 12. oktober kl. 19.00 på Odder Højskole

Vi skal have planlagt indhold og/eller aktiviteter til vores 5 møder i 1. halvår 2017. Så kom med nogle friske ideer og indspark, så vi kan få lavet et spændende program.

Bagefter har vi hyggeaften med snak og spil.

Onsdag, den 9. november kl. 18.30 på Odder Højskole

Så er det snart jul igen, og vi holder denne aften vores traditionelle julefrokost.

NB: Bemærk mødetidspunktet kl. 18.30

Til eventuelle nye medlemmer/deltagere kan jeg oplyse, at vi til møderne på Odder Højskole køber kaffe og brød af Højskolen til 30 kr. pr. person.

OG HUSK: Tilmelding om deltagelse i vores møder pr. telefon eller mail til mig senest mandag før mødet (af hensyn til bestilling af kaffe).

Venlig hilsen og på gensyn

Poul-Erik Vestergaard

RANDERS-KLUBBEN

Formanden har ordet.

Duk dig, lad gå over, vejret vil have sin vilje. Vejret er en af Gud skabt indretning til at modbevise meteorologerne. Alle har noget imod dårligt vejr, men ingen gør noget ved det, og det er også godt nok, for så kunne man rigtig blive uvenner. Der er i forvejen problemer nok rundt om i verden. Men det har været en meget lang og våd vinter. Forhåbentlig har vi sol og sommer, når dette blad ligger i jeres postkasser.

Der er sket en del i bestyrelsen, idet Hans har bedt sig fritaget for sin formandspost i klubbens bestyrelse på grund af sygdom. Hans har dog lovet at blive i bestyrelsen, så længe han magter det. Hans sidder inde med en masse viden, som vi har brug for i den nye bestyrelse. Vi prøver så godt vi kan at få det til at fungere.

Der er også fundet en, der har overtaget kasserer posten nemlig Kirsten Gjørup Hansen. Hun har stor erfaring i regnskabsføring, og da klubberne nu skal have deres "egne penge" er det et fund.

Det skal oplyses, at Kirsten og jeg har været gift i 51 år.

Vi ser frem til en god tur til Odder den 8. juni, hvor vi besøger Økologiens Have.

Næste møde efter sommerferien bliver den 27. september, hvor vi får besøg af Torben Hansen, der vil fortælle om hans bud på "*Hjælp til mennesker med Parkinson*". Husk at melde jer til, (senest den 20. september på grund af forplejning) og mød op til dette arrangement. Se annoncen her i bladet

Peter Emborg Madsen modtager tilmelding på 40733408/86477633 eller: emborg@live.dk

Endelig er også datoen for generalforsamlingen fastsat til den 14. nov. 2016 kl. 17.00 men herom i næste blad.

Hermed ønsker bestyrelsen alle en god sommer.

Gert Hansen

Hjælp til mennesker med Parkinson.

Med Torben Hansen. Indehaver af MOVELIFE

(Langå og Aalborg)

Til dagligt behandler Torben en del patienter med Parkinson med en kombination af Osteopati og fysioterapi. Det er den bedste måde at opnå den fuldendte behandling for den enkelte klient.

Osteopati er en manuel behandlingsform, som er baseret på naturvidenskabelige fag, som eksempelvis anatomi, neurologi, biomekanik, sygdomslære og fysiologi.

Historien bag Osteopati går helt tilbage til året 1874, hvor den amerikanske læge, Dr. Andrew Taylor Still, udviklede faget Osteopati.

Dr. Still praktiserede samtidig som læge indtil 1879.

Teorien bag behandlingsmetoden er, at hvis kroppen bliver bragt i balance mekanisk, fysiologisk og kemisk, vil kroppens egne selvhelingsmekanismer træde i kraft. Disse korrektioner består af forskellige manuelle teknikker, som for eksempel manipulationer og mobilisering af kroppens led samt behandling af det fascielle væv. Det vil sige det tynde bindevæv, der forbinder alle kroppens strukturer.

Hvis disse strukturer bliver normaliseret, ja så vil hele kroppen fungere bedre, da alle strukturer i kroppen påvirker hinanden og er afhængige af hinandens funktion.

I det daglige behandler Torben en del patienter med Parkinson med en kombination af Osteopati og fysioterapi. Det er den bedste måde at opnå den fuldendte behandling for den enkelte klient.

Fokus i foredraget bliver hvad Osteopati kan gøre for klienter, der er ramt af Parkinson og andre lignende sygdomme.

Sæt nogle timer af og mød op for at høre Torben Hansen fortælle om hans vej til et bedre liv for os, der er ramt af Parkinson.

Mødet afholdes den 27. september 2016 Kl. 16.00-19.00 på

Randers Kollektivhus

Parkboulevarden 71, 8920 Randers NV

Parkinsonskolen, Region Syd, efterår 2016

Lørdag d. 8. oktober

Pårørendedag – (kun for pårørende)

kl. 10.00 – 12.00 Selvhjælp og egenomsorg for pårørende

Formand for Pårørende i Danmark, Marie Lenstrup

Dagen er henvendt til de pårørende og består af oplæg og gruppediskussioner.

Marie fokuserer på pårørendes belastninger, inden hun giver sine bud på, hvordan vi som pårørende bliver bedre til at passe på os selv, mens vi passer vore kære. Det bliver en ærlig snak uden omsvøb, men med følelser.

kl. 12-13 Frokost

kl. 13-15 Program fortsat...

Om eftermiddagen tager vi i gruppe -og plenumdiskussioner spørgsmålet under konkret behandling: hvad kan vi hver især gøre anderledes for at lette vores livssituation?

kl. 15-16 Kaffe og opsamling

Lørdag d. 29. oktober

Hvordan takler man en kronisk lidelse?

Er stemmen blevet svagere?

kl. 10.00 – 12.00 Psykolog stud. Michael Heckenthaler :

Parkinsonpatienten i focus Hvordan takler jeg tanken om at have en alvorlig kronisk lidelse?

kl. 12-13 Frokost

kl. 13-15 Logopæd Ingrid Frølund:Er stemmen blevet svagere?

Der er hjælp at hente med stemmetræning. Hør hvordan!

kl. 15-16 Kaffe og opsamling

Lørdag d.19. november

Juridiske spørgsmål og Kost og ernæring

kl. 10-12 Advokat Lene Bruun : Bliv klogere på de juridiske spørgsmål og problemer om arv, testamenter osv. Få svar på spørgsmål.

kl. 12-13 Frokost

kl. 13-15 Diætist Dorthe Colding :

Hvordan og hvad skal vi spise ved Parkinsons Sygdom ? Får vi de rigtige vitaminer og mineraler. Kan vi holde vægten eller tager vi på?

kl. 15-16 Kaffe og opsamling

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 Morgenkaffe fra tidligst kl. 9.30

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

Tilmeldingen er bindende.

Se også vores hjemmeside www.aofmiddelfart.dk

Efter tilmeldingen vil du få tilsendt et girokort.



«Medl#nr»

«Navn»

«Gadenavn»

«Postnr#» «Postnr#»



Returadresse: L. Hansen, Ranunkelvej 73, 8471 Sabro

Formand Vagn Hestbæk tlf.8685 3243 vagnvedelh@gmail.com

Klubleder Odder

Næstformand Poul-Erik Vestergaard tlf.2218 4820 poulerikv@gmail.com

Kasserer Ingrid Harild tlf.3675 6220 -2856 6222 im.harild@gmail.com

Sekretær Jørgen Schaldemose tlf.2137 6848 jrgnschldms@gmail.com

Best. Medlem Helmer Poulsen tlf.2621 8914 carhlmer@gmail.com

Klubleder Randers

Best. Medlem Gert Hansen tlf.4033 5560 Hansen.gert.dk@gmail.com

Suppleant Hans Nielsen tlf.8641 5502 runebergsvej3@live.dk

Klubleder Silkeborg

Konrad Ahrentoft tlf.8682 5724 -2345 4559 ahrentoft@outlook.dk

Klubleder Grenå/Djursland

Leif N. Christensen tlf.8633 2277 ls.tornled@mail.dk

Klubleder Samsø

Ingolf og Jonna Thunbo Hansen tlf. 8659 0053 skraenten7@mail.dk

Deadline næste blad 1. oktober, 2016

Redaktion & Layout : Leif Hansen leifhansen@mail.dk