



**Parkinsonforeningen**

For dig som er parkinsonramt og for dig som er pårørende

# **PARKIPOSTEN**

# **NORDJYLLAND**



**HUSK GENERALFORSAMLINGEN**  
**LØRDAG DEN 9. APRIL, KL. 10.00**

---

Nr. 1 · Marts 2016

# Indholdsfortegnelse

---

• Formandens skriftlige beretning .....	side	5
• Dans under solen .....	side	10
• Parkinsonskolen .....	side	12
• Herreklub i Nordjylland .....	side	13
• Af hele mit fysioterapeutiske-hjerte, tak.....	side	15
• Klub Himmerland .....	side	17
• Hjørringklubben .....	side	18
• Hjørringklubben - Årsmøde.....	side	19
• Parkinsonklubben Hjørring.....	side	20
• Nyt tiltag for Hjørringklubben.....	side	21
• Taleteknik for Parkinson-ramte i Nordjyllandskredsen.....	side	22
• Aktivitetskalender .....	side	23
• Kontaktliste til kredsbestyrelsen og »klubber«.....	side	26

---

**Deadline for indlevering af stof til næste blad er:**

**Fredag den 13. maj 2016 kl. 10.**

**Stof der ønskes med i bladet sendes til [info@parkinord.dk](mailto:info@parkinord.dk)**

Det er vigtigt, at understrege, at det er alle medlemmer i kredsen, der har mulighed for at få indlæg med i Parkiposten, så fat pennen og fortæl din historie m.m.

---

# Formandens skriftlige beretning 2016

---

Ja, så er der igen gået et år, det er utroligt, så stærkt tiden går. Det er derfor, vi skal prøve at leve i nuet så længe, vi kan.

Jeg håber, I er kommet godt igennem det forgangne år og ønsker Jer alle et godt nytår.

Med hensyn til vejret kan vi se tilbage til en pragtfuld sommer – den var godt nok længe om at komme, men da den kom, var der bare sol i lange baner... Vi håber på, at det fortsætter.

Der har også i år været gang i arrangementer i både klubber og netværk.

Vi startede året med at have besøg af Lorentz Oppel og Ditte Leer. Det er altid en succes og med mange deltagere.

I april var vi på besøg på Taleinstituttet, der var også stor tilslutning. Det var et meget spændende besøg, som vi nok bliver nødt til at gentage.

Parkinsonskolen havde desuden et arrangement med foredrag af apoteker Jesper Nordskjold, der fortalte om medicinen bag skranken, over disken og ude blandt kunderne.

Derefter fortalte Aase Wagner om livsbetingelserne, når ægtefællen har fået en demenssygdom. Det var en spændende dag.

Som noget nyt prøvede vi at få samlet nogen sammen og arrangeret med en bus, for at prøve at deltage i Unity Walk. Det var tidligt op og afsted klokken 5 om morgenen – det var godt nok tidligt, men de kom afsted og havde en sjov og god tur. Det så godt ud, da de kom gående, men det havde set bedre ud, såfremt alle havde ens trøjer på – det var et tip til i år, hvis vi kommer derover igen.

Så kom den årlige begivenhed med DHL Stafetten. Der var 150 deltagere, det var meget flot, men vi skal passe på ikke at have for store ambitioner – kvaliteten skal helst kunne følge med. Vi havde en spændende og hyggelig aften, selv om det ikke var det bedste vejr.

Klubberne/netværkerne har haft mange spændende ting i gang. Hjørring har besøgt Meyland-Smith A/S, Hjørring, der laver mange forskellige hjælpemidler til handicappede, såvel til voksne som til børn. Det var en spændende eftermiddag.

Hjørring har desuden været på sommerudflugt til Hune/Blokhus, hvor de så de fantastiske sandskulpturer, lavet af forskellige udenlandske kunstnere over H.C. Andersens eventyr. Skønt vejr – en dejlig oplevelse.

Netværk Vesthimmerland har svømning og vandgymnastik hver anden uge. Det er et meget aktivt netværk, der mødes en gang i måneden. Har bl.a. været på udflugt til »Landkortet«, det er et flot sted.

Netværk Øst samles også en gang om måneden til forskellige aktiviteter. De har bl.a. været på udflugt til Vildmosen, et meget smukt sted og et pragtfuld vejr.

Himmerland har haft aktivitetsdag og grill, spist sammen og julearrangement. De mødes en gang om måneden til selvværds møde. Skal have generalforsamling/årsmøde i februar, hvor advokat Jens Borregaard har lovet at holde et foredrag om arv, testamente og fuldmagt.

Yngreklubben holder »Café for alle« en gang om måneden, hvor der snakkes og hygges. Der bliver taget nogle emner op, som passer dig. De har et spændende program. Alderen spiller ingen rolle – du er velkommen enten du er ung eller »gammel«. De har lige afholdt Nytårskur, det var en flot dag med 30 gæster, der alle hyggede sig.

Efter en succesfuld fodboldturnering skal »Stive Ben« vel i gang, så snart foråret begynder at titte frem. Det kunne være ønskeligt, såfremt der kom nogle flere i Nordjylland, men det kan være, det kommer. De, der er med, har det sjovt, har jeg hørt.

Vores blad udkommer 4 gange om året, det er svært at få terminerne til at passe til det hele, men vi bestræber os på, at tilgodese alle.

Det er dejligt når I skriver ind til os, hvad I har lavet, det er ikke altid nemt at finde ud af, hvad der sker rundt omkring. Endnu bedre, hvis I sender billeder med. Det giver et mere livligt blad. Det kan også friste andre at opleve det. Vi betragter det som en vigtig opgave for besty-

relsen at udgive et indbydende og oplysende blad, da det er med til at binde os sammen som forening og bladet kommer ud til alle medlemmer.

Det er et flot blad, og jeg ved, at der er meget arbejde i det Kurt. Det er også en fin hjemmeside, vi har.

Der er aktiviteter alle steder, vi er kommet over nytår. Det er dejligt at se. Juleafslutningerne er overstået, nu gælder det om at se fremad.

Carl Erik og Bjarne er i gang med deres hold - Sang/tale og bevægelse. Det kører hver mandag eftermiddag og giver en kraftigere stemme. Hver anden gang underviser Pia Fog, det er fantastisk, hvad der sker med stemmerne, når hun er der.

Det er et flot tilbud, hun har givet med solundervisning i Taleteknik, holdning og vejrtrækning. Tak for det Pia.

Husk Kredsen har en pårørende kontakt, såfremt du har behov for at tale med en anden pårørende.

Nu ser frem vi til et nyt år med nye spændende opgaver.

Til sidst vil jeg takke de mange medlemmer, der deltager i foreningens aktiviteter, det er med til at give liv i foreningen. Og mange tak til Jer, der altid hjælper på den ene eller anden måde. Tak alle sammen.

Husk, at ovenover alting stråler moder sol.

*Lena Blicher*

## »Dans under solen«

---

**Kom og oplev Elisabeth Dalsgaard fra »Dans under solen« med parkinsonforeningen på Hasseris Gymnasium i Aalborg.**

**Lørdag den 21. maj 2016 kl. 14.00**



Jeg er lige kommet hjem. Fra endnu en helt fantastisk Ballroom Fitness danseuge på La Santa med parkinsonforeningen.

Det er 3. gang jeg har været afsted. Bestemt ikke sidste gang. Nu har jeg været så heldig i samarbejde med yngreklubben, at få Elisabeth Dalsgaard til at komme Aalborg. Hvor hun vil give en forsmag på, hvad det lige er vi laver på La Santa.

Elisabeth vil danse sammen med os. Alle kan deltage. For man behøver ikke en dansepartner. Dansene kan man danse alene. Men I er meget velkommen til at tage mand/kone, kæreste/ven, datter/søn, naboen osv.

Hunden vil jeg nok lade blive, derhjemme. Vi skal danse standarddance til en masse dejligt musik. Bliv nu ikke forskrækkede, hvis I aldrig har danset før, Elisabeth vil guide os igennem dansene på en sjov og underholdene måde. I vil få sved på panden, men vi holder vandpauser, gennem forløbet.

**HUSK: Alle kan være med.**

Derfor kridt danseskoene.

Kom og oplev den fantastiske stemning.

Mærk livsglæden boble i jeres krop sammen med fantastiske Elisabeth.

Hun er fuld af energi og højt humør.

**Hvornår:** Lørdag den 21. maj 2016

**Sted:** Hasseris Gymnasium Hasserisvej 300, 9000 Aalborg

**Program:** Kl. 14.00: Velkommen til Elisabeth Dalsgaard V/ Tina Raun.  
Kl. 14.05: Dansen begynder.  
Kl. 15.15: Kaffe og kage.  
Kl. 15.45: Dansen begynder igen.  
Kl. 17.00: Dansen slutter.  
Kl. 17.30: Vi afslutter med lidt let mad. (Smørrebrød)

**Tilmelding:** mandag den 21. marts 2016 til Tina Raun på mail:  
tinaraun@live.dk

**Pris pr. deltager:** 100,-

**Betaling:** Kontant til Tina på dagen  
Det får du for pengene: Dans, vand, kaffe/te, kage og smørrebrød

**Sponsor for arrangementet:** Hasseris Gymnasium og LionsClub Hals

*Vi forbeholder os retten til ændringer i programmet. I vil få besked, hvis der sker ændringer.*

---



Vi formidler og transporterer dine smagrise hvad enten det er 7- eller 30-kgs, SPF- eller konventionelle smågrise.  
Vi formidler sopolte fra røde besætninger og vi formidler også grise til eksport.

Ring til Sanne på tlf. 98 35 35 03 eller  
Christian på tlf. 20 33 35 03  
Læs mere på [www.smaagrise.dk](http://www.smaagrise.dk)

Brug landbosorganisationernes egen smågrisformidling.  
Det er din sikkerhed for faglig og professionel betjening!

**Brug Nordjysk Smågrisesalg**

# Parkinsonskolen

---

## **Mandag, den 23. maj kl. 17 – 20** **Non Motoriske problemer**

Vi har været heldige at få Marianne Højberg til at komme og holde foredrag om de »non motoriske« problemer, der er ved parkinson sygdommen, som ikke har med medicinen at gøre.

Marianne Højberg er sygeplejerske, og er en blændende fortæller, så glæd jer til en god aften.

**Sted:** Hans Egedes Kirke, Grønlands Torv 8, 9210 Aalborg

**Tid:** kl. 17 -20

**Pris:** 50 kr. incl. kaffe/the og sandwich

**Tilmelding senest den 17. maj til Lena Blicher 22 26 44 19**

---



# Herreklub i Nordjylland

---

## Giv din partner en friaften

Kom og vær med til, at præge opstarten/indholdet i en »herreklub« Nordjylland. Ideén er udsprunget i Café Nordjylland på initiativ af Roger Bailey.

Klubben er for mænd med en kronisk sygdom og vi mødes ca. hver 14 dag i perioden september til juni. Møderne foregår forskellige steder alt efter hvilke aktiviteter vi laver.

Vi har mange ideer, måske du også har en?

### Følgende aktiviteter er foreslået:

Kortspil

Diverse spil

Dart

Pool

Haka-dance

Tur i byen

Ud at spise

Tur med overnatning



Næste møde kan altid ses på [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk) i menuen aktiviteter eller ved at kontakte Roger.

**Har du lyst til høre mere eller deltage kan du kontakte: Roger Bailey på 6075 6939**

***Vi glæder os til at se dig!***



# Af hele mit fysioterapeutiske-hjerte, tak!

---

## Tak fordi I er hvem I er, og tak fordi vi må lære af jer!

Vi er mange unge mennesker, som i øjeblikket er under uddannelse til fysioterapeut på UCN. Langt størstedelen af os, har et brændende ønske om at opnå en stor faglig kompetence. Vi ønsker at komme ud på arbejdsmarkedet som kompetente terapeuter, hvor vi kan være i stand til at gøre en forskel for vores patienter.

På uddannelsen har vi meget teoretisk undervisning og sammenlignet med de øvrige uddannelser her på UCN, eksempelvis sygeplejerskerne, har vi kun lidt praktik i løbet af uddannelsen. Jeg bilder mig selv ind, at det må skyldes at vi som fysioterapeuter har en tung teoretisk viden, som skal danne baggrund for vores virke, og det er da også med en vis stolthed at jeg vil påpege, at vi som den eneste professionsuddannelse i Danmark, har ret til at stille diagnoser indenfor vores eget faglige felt. Men selvom vi fysioterapeuter muligvis har rygte om at være for fokuseret på bevægeapparatet, lægger uddannelsen stor vægt på at vi behandler hele mennesket ud fra en såkaldt bio-psyko-social model. Vi bliver undervist i, at fysioterapeutens virke skal bære præg af tre elementer; evidens, patientens præferencer og vores kliniske erfaring. Men lige præcis dér opstår et problem, eftersom praktikken på uddannelsesforløbet er sparsom, hvormed vi opnår kun meget lidt klinisk erfaring.

Derfor er det i virkeligheden en ekstraordinær hjælp, at I stiller jer til rådighed, og er villige til at støtte op om vores læring. På denne måde får vi mulighed for at imødekomme et ærgerligt ry, om at være for kropslig fokuseret, med åbne arme, fordi I giver os muligheden for at arbejde med flere aspekter i den bio-psyko-sociale model. I lærer os at arbejde med mennesker, det er ikke noget vi med succes kan blive undervist i. Det er en viden vi kun tilegner os, ved at stå i en virkelig situation med virkelige mennesker.

Vores underviserer forsøger at tilrettelægge en »virkelighedstro« undervisning, hvor vi blandt andet arbejder med cases. Casene har indtil nu omhandlet personer med forskellige lidelser - alt fra neurogene til ortopædkirurgiske. Ud fra casen skal vi udarbejde et skriftligt produkt, hvor vi blandt andet skal redegøre for, hvordan vi vil imødekomme en given

patient; hvilke informationer mangler vi for at kunne tilbyde den bedste behandling, hvilke undersøgelser vil vi foretage, hvordan og hvorfor mm.

Disse cases har været utrolig lærerige, men der foreligger stadig stor problematik – netop at der er tale om et teoretisk arbejde, som foregår foran computerne.

Før jul, fik vi den kæmpe mulighed at få besøg af borgere med parkinson. Forinden mødet havde vi på forhånd forberedt en hulens masse undersøgelser som vi antog, ville være relevante præcis ligesom vi havde gjort med casearbejdet. Min gruppe og jeg gik til værks med selvtilliden i orden, men det skulle vise sig, at den plan vi havde tilrettelagt, var fuldstændig udelig!

Lige pludselig var det ikke en opgave på computeren vi stod overfor, men vi stod overfor et levende individ, hvor vores plan ikke var relevant. Vi er blevet undervist i, at man ikke altid kan forberede sig før man kender sin patient, men at stå i situationen og opleve mennesket, kan ikke sammenlignes med nogen som helst litteratur. Selvom vi i situationen fik sved på panden, var det en kæmpe oplevelse, og det var helt fantastisk at have muligheden for at møde Jer. Mødet var langt mere givende end at læse om hvilke problematikker I står overfor til daglig.

Derfor vil jeg afslutningsvis sige fra alle os studerende, at vi oplevede stor glæde af mødet med Jer. I gør en kæmpe forskel for os, og jeg håber inderligt I fortsat vil støtte op os.

*Mvh. fys.studerende Anisette Egholm fra Modul 6.*

## Biologisk fluebekæmpelse

- ✓ Gyllefluer til svinstalde med gyllekanaler og linespil/skrabere
- ✓ Snyltehvepse til svine-/kvægstalde med dybstrøelse
- ✓ Gyllefluer til kvægstalde med gyllekanaler og løsdristalde, også med rundskyl

Vi tilbyder totalløsninger til konkurrencedygtige priser

**miljø fluen**

Kildalgårdsvej 3, 9330 Dronninglund,  
Tlf. 98 259900, Fax: 98 259575,  
Email: info@miljofluen.dk - www.miljofluen.dk



**Klaus Johansen**

Danmarksgade 77 · 9900 Frederikshavn  
Tlf: 98 42 07 99  
mr-frederikshavn.dk

# Klub Himmerland

---

Siden sidst har vi afholdt vores julehygge, der var fin tilslutning og alle hyggede sig med god musik af Bente Gade på harmonika. Der blev spillet terning om mange fine gevinster og alle havde en pakke med hjem.

Æbleskiverne og gløggen blev indtaget.

Nu er vi så startet på et nyt år. Det første møde blev generalforsamlingen den 9. februar 2016 hvor Jens Borregaard fortalte os om testamenter, fuldmagter og arveforhold.

Den 7. juni 2016 har vi så vores grilldag på Katbakken i Ø. Hornum hvor vi håber at der er mange der vil deltage. Tilmelding til Lena Blicher, tlf. 22 26 44 19 senest den 3. juni.

*Hilsen Klub Himmerland.*

---

# Hjørringklubben

---

Hjørringklubben havde inviteret til julefrokost, torsdag den 26. november 2015. Det havde været annonceret i Parkiposten Nordjylland rettidigt.

Men desværre gik tilmeldingen så trægt, at vi var nødt til at aflyse på »Vendelbohus«, og flytte arrangementet til en anden lokalitet. Vi havde kun få tilmeldinger, da fristen for tilmelding udløb. Vi var meget heldige at finde et sted med lav husleje, da vi her i Hjørring ikke havde gratis lokaler til rådighed. Og så skete der det dejlige, at pludselig kom der en del tilmeldinger, og vi endte med at være 24 personer til denne julefrokost.

Vi havde arrangeret maden udefra, og havde ved fælles hjælp prøvet at gøre det så hyggeligt som muligt. Vi fik en dejlig julefrokost, med alt hvad dertil hører, samt ris à l'amande og mandelgaver. Efterfølgende var der kaffe eller the med julesmåkager. Ligeledes fik vi sunget flere gode, gamle julesange. Og da der var et musikanlæg, kunne vi også spille musik medens vi spiste. Det gav en god stemning.

Vi havde alle en hyggelig og dejlig eftermiddag, med et godt humør, og snakken gik livligt.

Bestyrelsen for Hjørringklubben vil gerne ønske alle klubmedlemmer og deres familier

**Et rigtigt godt nytår.  
Håber at se Jer til fremtidige arrangementer.**



# Hjørringklubben - Årsmøde 2016

---

**Mandag den 14. marts 2016, kl. 15.30**

**I Vendia-Hallen, Hjørring**

**Pris: 50,- Kr. pr. deltager, som betales ved indgangen.**

## **Program:**

15.30–16.00: Velkomst med kaffe/the og kage.

16.00–16.45: Foredrag ved Peter Müller, talepædagog fra Aalborg Taleinstitut.

Peter arbejder med parkinson patienter, og kan give flere ideer, der kan hjælpe parkinson ramte med at gøre deres tale mere forståelig.

16.45–17.00: Strække-ben pause.

17.00–17.30: Eventuelle spørgsmål til Peter Müller.

17.30–18.00: Formanden giver et resumé, af året der er gået, svarer gerne på spørgsmål, og modtager med glæde eventuelle forslag til aktiviteter.

Bestyrelsesmedlem Niels U. Voetmann ønsker at træde ud af bestyrelsen, og vi siger ham tak for hans store arbejde i årene, der er gået. – Vi vil derfor gerne høre, om der er nogen, evt. et ægtepar, der vil lave lidt bestyrelsesarbejde. Vil ægtefælle være suppleant for bestyrelsesmedlemmet; om nødvendigt?

Klubbens øvrige bestyrelse tager gerne et år mere.

18.00 ca. Spisning for de der ønsker at deltage.  
- Drikkevarer betaler man selv.

Tilmelding til årsmødet samt den efterfølgende spisning er nødvendigt.

**Tilmeldingsfrist: Senest mandag den 7. marts 2016, til:**

Jytte Hassing: mob. 20 18 92 75 eller på e-mail: [jytteogarthur@gmail.com](mailto:jytteogarthur@gmail.com)

Kent Sørensen: mob. 30 70 88 88 eller på e-mail: [ringsholt@has.dk](mailto:ringsholt@has.dk)

**VEL MØDT TIL ALLE**

# Parkinson-Klubben Hjørring

---

Vi vil gerne indbyde alle, der har Parkinson, samt deres nærmeste pårørende, til at deltage i vores grill arrangement.

Klubben vil være vært med forskelligt kød som vi griller, samt kartoffelsalat og grøn salat.

## Hvor:

Hundelev Fæled, Hundelev, udenfor Hjørring, ved landevej 55 fra Hjørring mod Løkken. Drej fra i krydset ved Brugsen.

## Hvornår:

Torsdag den 9. juni 2016, kl. 15.00

## Picnickurven:

Medbring selv tallerkener, bestik, glas, krus, kaffe eller the, samt evt. klapstol + hynde, hvis I har brug for det.

## Drikkevarer:

kan købes til brugsforeningspriser på stedet.

## Tilmeldingsfrist:

Lørdag den 4. juni 2016

**TILMELDING er nødvendig af hensyn til maden.**

Jytte Hassing, mob. 20 18 92 75, jytteogarthur@gmail.com  
Agnete Voetmann, mob. 22 87 23 15, a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk

**Håber at se mange medlemmer**

**VEL MØDT.**



# NYT tiltag for Hjørringklubben for 2016

---

For at få tilbagemelding fra vore medlemmer, har bestyrelsen vedtaget, at vi i 2016 vil lave medlemsmøder i forlængelse af vore bestyrelsesmøder. Vi ønsker at møde vore medlemmer, og høre om de har nogle ønsker til aktiviteter. Men det er nødvendigt med en tilmelding i forbindelse med at deltage, af hensyn til bestilling af kaffe/the og kage.

Alle møder afholdes i den nye »Vendia-Hallen«, Thomas Morrilds Vej 11, Hjørring.

## **Vi har foreløbig planlagt følgende møder:**

**Mandag den 22. februar, kl. 15.30 – 16.30**

– Sidste tilmeldingsfrist er onsdag den 17. februar.

**Mandag den 25. april, kl. 15.30 – 16.30**

– Sidste tilmeldingsfrist er onsdag den 20. april.

**Mandag den 30. maj, kl. 15.30 – 16.30**

– Sidste tilmeldingsfrist er onsdag den 25. maj.

## **Tilmelding hos:**

Jytte Hassing på 20 18 92 75 eller [jytteogarthur@gmail.com](mailto:jytteogarthur@gmail.com)

Agnete V. Müller på 22 87 23 15 eller [a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk](mailto:a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk)





# Taleteknik for Parkinson-ramte i Nordjyllandskredsen

---

Jeg har modtaget mange spændende henvendelser fra forskellige interesserede Parkinson-ramte.

Da det er på frivillig basis og jeg har fuldtidsarbejde må jeg desværre skuffe en del af de mange henvendelser jeg har fået.

Jeg har i alt udvalgt fire og starter arbejdet med de udvalgte i marts måned. De valgte får tilsendt en mail med yderlig information.

Mange tak for alle henvendelserne og den store interesse.

*Bedste hilsner  
Pia Fog*

*Statsprøvet Diplomeksamen I sang/ taleteknik  
fra Nordjydsk Musik- konservatorium.  
Efterstudier i Stemmeteori fra Det Kongelige Musikkonservatorium.*

---

# Aktivitetskalender

---



## **14. marts 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark  
Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

## **17. marts 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik  
Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

## **21. marts 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark  
Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

## **31. marts 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik  
Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

## **4. april 2016, 9.00 - 10.00**

Klub Himmerland, Selvhjælpsmøde.  
Nibe Fysioterapi Og Fitness, Hobrovej 36 B, 9240 Nibe, Danmark.

## **4. april 2016, 14.00 - 17.00**

Netværk Vesthimmerland, Cafe - Under biblioteket  
Hygge, boccia og golfspil

## **4. april 2016, 15.30-17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark  
Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

## **5. april 2016, 16.00-18.00**

Cafe Parkinson Nordjylland  
Kunne du tænke dig at mødes med andre »yngre« Parkinsonramte?  
De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.

**7. april 2016, 14.00 - 16.00**

Netværk Øst mødes til hygge.

Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

**9. april 2016, 10.00 - 14.00**

Generalforsamling Nordjyllandskredsen (Tilmelding nødvendig)

Liselund Ældrecenter, Hüttel Sørensens Vej, Vodskov

**11. april 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**14. april 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik

Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

**18. april 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**25. april 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**25. april 2016, 15.30 - 16.30**

Medlemsmøde Hjørringklubben (Tilmelding nødvendig)

Thomas Morrilds Vej 11, Hjørring

**28. april 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik

Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

**2. maj 2016, 9.00 - 10.00**

Klub Himmerland, Selvhjælpsmøde.

Nibe Fysioterapi Og Fitness, Hobrovej 36 B, 9240 Nibe, Danmark.

**2. maj 2016, 14.00 - 17.00**

Netværk Vesthimmerland, Cafe - Under biblioteket - Hygge, boccia og golfspil

**2. maj 2016, 15.30 - 17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**3. maj 2016, 16.00-18.00**

Cafe Parkinson Nordjylland

Kunne du tænke dig at mødes med andre »yngre« Parkinsonramte?

De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.

**5. maj 2016, 14.00 - 16.00**

Netværk Øst mødes til hygge.

Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

**9. maj 2016, 15.30-17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**12. maj 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik

Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

**21. maj 2016, 14.15-18.30**

Tina Raun og Yngreklubben - Kom og oplev Elisabeth Dalsgaard fra

»Dans under solen« med Parkinsonforeningen på Hasseris Gymnasium i Aalborg.

**23. maj 2016, 15.30-17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**23. maj 2016, 14.00-15.00**

Netværk Vesthimmerland, Svømning og vandgymnastik

Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars.

**23. maj 2016, 17.00-20.00**

Parkinsonskolen - Non Motoriske problemer.

**28. maj 2016, 12.00-17.00**

Parkinson Unity Walk

Sæt kryds i kalenderen den 28. maj 2016 og tag dine børn, forældre eller børnebørn i hånden og kom og hyg jer sammen med os, når Parkinsonforeningen afholder den femte Parkinson Unity Walk på dansk grund. Se mere på hjemmesiden for unity walken: [www.unitywalk.dk](http://www.unitywalk.dk)

**30. maj 2016, 15.30-17.00**

Musik og bevægelse - Gammel Kongevej 43, 9400 Nørresundby, Danmark

Så er der mulighed for at komme til musik og bevægelse.

**30. maj 2016, 15.30 - 16.30**

Medlemsmøde Hjørringklubben (Tilmelding nødvendig)

Thomas Morrilds Vej 11, Hjørring

**For alle aktiviteter, se [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk) for sted, ændringer og tilmelding**

## Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

### Formand:

Lene Blicher                      Jeppe Åkjærvej 10                      Tlf. 2226 4419  
9240 Nibe    lena.blicher@youmail.dk

### Næstformand:

Kurt Alling Nielsen                      Højvang 28, Øster Hornum                      Tlf. 9838 5548 / 2042 3355  
9530 Støvring    kurtallingnielsen@gmail.com

### Kasserer:

Carl Erik Jensen                      Amalienborgvej 10                      Tlf. 8171 8486  
9400 Nørresundby    caej@stofanet.dk

### Best. medlem:

Ivan Andersen                      Møgelbjergvej 30                      Tlf. 9829 3887  
9310 Vodskov    iogivodskov@stofanet.dk

### Best. medlem:

Henrik Quistgaard                      TH. Sauersvej 13                      Tlf. 2087 0018  
9000 Aalborg    henrik.h.quistgaard@gmail.com

### Best. medlem:

Bjarne Brohus                      Nørregade 17                      Tlf. 3155 7535  
9330 Dronninglund    ebbrohus@mail.dk

### Best. medlem:

Kirsten Beilegaard Nørbalk                      Blommevej 7                      Tlf. 2184 4952  
9310 Vodskov    kirstennrbalk@yahoo.dk

### Suppleant:

Poul Israelsen                      Mellem Broerne 16                      Tlf. 6091 7129  
9400 Nørresundby    pi@business.aau.dk

### Klub Himmerland:

Lena Blicher                      Jeppe Åkjærvej 10                      Tlf. 2226 4419  
9240 Nibe    lena.blicher@youmail.dk

### Netværk Vesthimmerland:

Mona Kristensen                      Drosselvej 55                      Tlf. 3048 3477  
9600 Aars    gunnar@aars.dk

### Netværk Øst:

Bjarne Brohus                      Nørregade 17                      Tlf. 3155 7535  
9330 Dronninglund    ebbrohus@mail.dk

## Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

### Hjørring klubben:

Agnete Voetmann Müller      Virkelyst 59      Tlf. 9892 5235  
9800 Hjørring      a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk

### Aalborg klubben:

Hanne Møller      Tlf. 4086 4188  
hum@hasseris.dk  
Vera Overgaard      Tlf. 6127 3552  
Elsebeth Pedersen      Tlf. 30 29 4228

### Parkinson Yngre Nord:

Jette Sørensen      jette.sos.sorensen@hotmail.com  
Morten Kristensen      Kærvej 18, Visse      Tlf. 2078 6754  
9210 Aalborg SØ      morten@blanck.dk

### Pårørende kontakt:

Gitte Blanck Kristensen      Kærvej 18, Visse      Tlf. 6017 0220  
9210 Aalborg SØ      gitte@blanck.dk