

PARKIPOSTEN

NORDJYLLAND



Frist for indlevering af indlæg til næste blad er 28. april
Blad nr. 2 udkommer i uge 21

Husk at der altid er AKTUELLE INFORMATIONER
på vores hjemmeside: www.parkinord.dk

Indholdsfortegnelse

• Generalforsamling i Nordjyllandskredsen	side	5
• Farmandens årsberetning	side	7
• Foredrag ved Anders Clausen.....	side	13
• Aktiviteter Netværk Vesthimmerland.....	side	14
• Cafe Parkinson Nordjylland	side	15
• Årsmøde Cafe Parki Aalborg.....	side	16
• Klub Himmerland	side	17
• Hjørringklubbens julefrokost	side	18
• Hjørringklubben efterlyser	side	19
• Hjørringklubben årsmøde	side	20
• Herreklubben i Nordjylland	side	21
• Kontaktliste til kredsbestyrelsen og »klubber«.....	side	22

Deadline for indlevering af stof til næste blad er:

Fredag den 28. april 2017.

Stof der ønskes med i bladet sendes til 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.

Generalforsamling i Nordjyllandskredsen

Sted: Liselund Ældrecenter, Hüttel Sørensens Vej, Vodskov

Tid: Lørdag den 1. april 2017, kl. 9.30 - ca. 14.

Tilmelding senest mandag den 27. marts til Lena på 2226 4419 eller lena.blicher@youmail.dk

09.30 – 09.50: Ankomst og kaffe

09.50 – 10.30: Underholdning ved pianist Lars Kristiansen

10.30 – 10.50: Indlæg ved Mette Holst

(vores til september afgående landsformand)

10.50 – 11.00: Kort »strække ben« pause

11.00 – 13.00: Generalforsamling – med fællessang før og efter

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Kredsformandens beretning om kredsens virksomhed i det seneste forløbne år
3. Forelæggelse af årsregnskab for det seneste forløbne år med revisors påtegning til godkendelse
4. Valg af tre stemmetællere
5. I år med ulige årstal valg af formand. Lena Blicher er på valg.
6. Valg af medlemmer til bestyrelsen med angivelse af hvem der er på valg. Bestyrelsen består af 9 medlemmer (inklusiv formanden).
På valg er: Ivan Andersen, Poul Israelsen, Kirsten Nørbalk og Henrik Quistgaard.
(Til orientering består bestyrelsen i øvrigt af følgende medlemmer, som ikke er på valg: Bjarne Brohus, Pia Fog, Carl Erik Jensen og Lene Saubjerg)
7. Valg af suppleanter (nyvalg hvert år). Kurt Alling Nielsen er på valg.
8. I år med ulige årstal valg af revisor og revisorsuppleant.
På valg er: Morten Kristensen (revisor) og Ivan Møller (revisorsuppleant)
9. Indkomne forslag (indsendes skriftligt, herunder elektronisk, til kredsformanden senest 2 uger før generalforsamlingen)
10. Eventuelt

13.00 –: Frokost

14.00 (ca.): Tak for i dag – og kom godt hjem

Pris: 50 kr., som betales ved indgangen

*Vel mødt
/Bestyrelsen for Nordjyllandskredsen*

Formandens årsberetning

Året er gået, vinteren er over os, og vi ser tilbage på det forgangne år. Hvad har det nu givet os?

Vi har stadig vores fine kredsblad, og selv om der efterhånden er mange, der har mail, er medlemmerne glade for at få Parkiposten tilsendt, så det ændrer vi ikke på indtil videre.

Første arrangement i Parkinsonskolen i 2016 var besøg af parkinsonsygeplejerske Marianne Højbjerg, der fortalte om »Non-motoriske problemer«. Der var stor interesse for emnet, som blev godt belyst af Marianne, der også svarede på mange spørgsmål fra de fremmødte. Det blev en god og velbesøgt aften.

Det andet arrangement var i efteråret, hvor vi havde et heldagsarrangement på Hasseris Gymnasium, der hed »Stemme- og kropstræning«. Vi blev delt i to hold – et til stemmetræning, der blev styret af Pia Fog og et til kropstræning, som fysioterapeut Malene Pedersen tog sig af. Der var gang i den! Malene troede vist ikke – eller havde glemt –, at der var noget, der hedder pauser, så det gik med fuld skrue hele tiden. Det var også dejligt at få gang i stemmen med den rigtige vejrtrækning. Det var en helt igennem vellykket og skøn dag.

I maj måned havde vi besøg af Elisabeth Dalsgaard fra »Dans under solen«. Det var en fantastisk stemning man fik oparbejdet i sin krop – fuld af energi og højt humør!

Cafe Parki Aalborg har oprettet en månedlig »Herreklub«. Klubbens idé er at give ægtefællen en friaften samtidig med, at man hygger sig gevaldigt. Et godt initiativ!

Den 28. maj var der Parkinson Unity Walk i København. I år havde vi ikke arrangeret en tur fra Nordjylland, idet det både er dyrt og anstrengende. Så det afstod vi fra.

Nordjyllandskredsen lavede en tur til Store Økssø i slutningen af august. Det er et vidunderligt smukt sted om sommeren. Der var dog ikke mange deltagere – men det kan være tidspunktet.

Kort tid efter skulle vi gøre klar til DHL-Stafet. Vi havde erfaret fra tidligere år, at hvis vi er for mange, bliver for meget for os. Vi måtte derfor begrænse os til 100 deltagere, eller 20 hold á 5 personer. Det gik fint – og det var første gang Carl Erik var fremme med sin grill og øl/sodavand. Det var en succes, og Carl Erik havde meget at se til!

Der har som sædvanlig været travlhed i alle klubber – både med grillfester, udflugter og andre sommerarrangementer, der skal jo også være tid til ferier.

Det er dejligt at høre fra jer ude i klubberne, så vi kan følge med i, hvad der sker andre steder. Netværk Himmerland har bl.a. været på en dejlig udflugt med »Svanen« på Mariager Fjord; omtalen i sidste nummer af bladet lyder rigtig skøn. Og det giver mere liv, når der er foto med.

Det har været et spændende Parkinson-politisk efterår, idet rehabiliteringstilbuddet skulle slutte ved udgangen af 2016, men med 20 millioner kroner fra rehabiliteringspuljen til parkinsonramte fortsætter det i perioden 2017-2020. Det var en rigtig god nyhed!

I det nye år skal vi i gang med at danse. Trygfonden har jo valgt at støtte udbredelsen af parkinsondans. Nogle af pengene tilflyder kredsene. Lad os se hvor meget, men dejligt bliver det i hvert fald.

Vi har lige fundet ud af, at det er 10 år siden, at Klub Himmerland blev stiftet, og i den anledning skal vi have en lille fest.

Nogle klubber holder/har holdt »Nytårskur«. Det er festligt, og de gør meget ud af det.

Den 5. april får vi besøg af Anders Clausen fra Bispebjerg Hospital, der vil fortælle om Parkinsons sygdom, Parkinson demens og Atypisk Parkinsonisme. Han er meget dygtig og en god formidler. Se nærmere omtale andet steds i bladet.

Parkinsondiagnosen fylder 200 år. I den anledning er der »International Parkinsondag« i Århus. Det er den 25. april på Aarhus Universitet. Jeg er ved at undersøge, om vi kan arrangere en tur derned sammen. Hold derfor øje med hjemmesiden parkinord.dk, hvor alle aktiviteter kommer på.

Husk, at kredsen har en pårørendekontakt, såfremt du har behov for at tale med en anden pårørende.

Der er generalforsamling den 1. april – mød op og vær med til at gøre din stemme gældende. *Se indkaldelsen andets steds i bladet.*

Jeg ser frem til et nyt år med nye spændende opgaver.

Til sidst vil jeg gerne takke de mange medlemmer, der deltager i foreningens aktiviteter; det er med til at give liv i foreningen. Også mange tak til jer, der altid hjælper på den ene eller anden måde.

Tak alle sammen.

Husk at MOTION er MEDICIN.

Jeg ønsker jer et rigtig godt nytår.

*Mange hilsner
Lena Blicher*

Foredrag ved Anders Clausen

For hele Nordjyllandskredsen er det lykkedes os at få Anders Clausen til i Parkinsonskoleregi at komme og holde foredrag under temaet:

Parkinsons sygdom, parkinson demens og atypisk parkinsonisme - hvordan skelner vi?

Tid: Onsdag d. 5. april, kl. 17.00 – 20.00

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

Tilmelding: senest 3. april til Lena Blicher

(22 26 44 19 el. Lena.blicher@youmail.dk)

Anders Clausen er Klinisk Sygeplejespecialist og ansat på Bispebjerg Hospital. Her har han arbejdet med bevægeforstyrrelser i forskellige afskygninger gennem 17 år.

Anders var for 13 år siden med til at etablere Daghospitalet for Atypisk parkinsonisme på Bispebjerg, som er et tværfagligt center af læger, sygeplejersker, ergo- og fysioterapeuter, m.fl. Daghospitalet modtager patienter fra hele landet.

Han har de seneste 10 år haft en delt funktion, idet han ca. halvdelen af tiden arbejder med atypisk parkinsonisme og i den anden halvdel med dybhjernestimulation (DBS) mod bevægeforstyrrelser.

Anders har gennem de seneste fire år været tilknyttet som konsulent i et SATSpuljestøttet rehabiliteringsprojekt i Parkinsonforeningen. Anders er endvidere tilknyttet flere forskningsprojekter vedrørende bevægeforstyrrelser.

Sidst men ikke mindst arbejder Anders som telefonrådgiver i Parkinsonforeningen, hvilket han har gjort gennem de sidste knap ti år.

Anders er, som det fremgår af ovenstående, en vidende person, men hertil kommer, at han er en god formidler.

Vi har afsat 3 timer, så der er plads til spørgsmål og indtagelse af en sandwich med kaffe/vand.

Deltagelse koster 25 kr., som betales ved indgangen.

Vel mødt!

*På kredsbestyrelsen vegne
/Poul Israelsen*

Aktiviteter

Netværk Vesthimmerland

Mandag den 6. marts 2017, kl. 14.00 - 17.00
Netværksmøde/årsmøde

Mandag den 3. april 2017, kl. 14.00 - 17.00
Netværksmøde (evt. besøg af diætist)

Mandag den 1. maj 2017, kl. 14.00 - 17.00
Netværksmøde

Mandag den 12. juni 2017, kl. 17.00 - ?
Grillaften hos Mona og Gunnar

Husk svømning på torsdage i ulige uger kl. 14.00 -14.30

Rigtig god sommer, når vi kommer dertil.

Flemming Glerup Nielsen
Mejsevej 13 . 9600 Aars



Kunne du tænke dig at mødes med andre Parkinsonramte og pårørende i Cafe Parkinson Nordjylland



Vi arrangerer café-møder i Aalborg, den første tirsdag i hver måned

(dog ikke i juli, august og december)

Det foregår kl. 16.00-18.00 i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.

(du behøver ikke komme kl. 16.00. Kan du først lidt senere, kommer du bare.)

Caféen er tænkt som et sted, hvor parkinsonramte og deres pårørende kan mødes og bl.a. udveksle erfaringer omkring:

- at danne netværk med andre parkinsonramte
- at danne netværk med andre pårørende
- at være på arbejdsmarkedet med parkinson
- at få dagligdagen til at »hænge« sammen
- at finde ud af, hvor jeg kan få hjælp og rådgivning
- at hygge sig med ligestillede

Ordet er frit, og det går først og fremmest ud på, at vi mødes til hyggeligt samvær og bl.a. får talt sammen om de ting, der både glæder og bekymrer os i dagligdagen. Vi sætter i fællesskab »dagsordenen« fra gang til gang.

Vi starter op med fælles kaffe og orientering, nogle gange med et lille indlæg, hvorefter vi deler os op i »ramte« og pårørende. Det giver alle mulighed for at tale »fortroligt« med ligestillede.

Vi håber du har lyst til at kigge forbi og være sammen med os.

Har du brug for yderligere oplysninger kan du kontakte os på mail: cafe@blanck.dk eller se på www.parkinord.dk under aktiviteter.

*Med venlig hilsen
Cafe Parki Aalborg
Jette Sørensen – Morten Kristensen*

Årsmøde i Cafe Parki Aalborg

Den 7. marts, kl. 16.15

i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg

Dagsorden:

- Valg af ordstyrer
- Valg af referent
- Beretning
- Regnskab/økonomi
- Eventuelt

Vel mødt!

/Bestyrelsen Cafe Parki Aalborg



Klub Himmerland - i tilbageblik på det forgangne år

Og om generalforsamling/årsmøde

Ja, hvad har vi så lavet i det forgangne år. Vi startede med generalforsamling, som vi altid afholder i februar måned. Det var som sædvanlig en hyggelig eftermiddag.

I juni måned var vi på Katbakken, hvor vi havde vores motions- og grilldag. Vi mødes om eftermiddagen til kaffe og kage og efter en gåtur, starter vi grillen. Dagen slutter traditionen tro med Irish coffee – en skøn dag med stor tilslutning og ikke mindst flot vejr!

I september måned havde vi »Spis sammen dag«; igen med stor succes og tilslutning.

Årets sidste arrangement er julehygge med æbleskiver og gløgg. Der synges, spilles pakkespil og hygges. Det var som altid en succes.

Vi kom til at se, at det den 9. februar 2017 er 10 år siden, Klub Himmerland blev startet. Det planlægger vi at fejre med en lille fest i forbindelse med generalforsamling/årsmøde netop den 9. februar på Birkehøj ældrecenter, Ø. Hornum. Her begynder vi med generalforsamling kl. 15 efterfulgt af middag med start kl 17.

/Lena Blicher

Hjørring klubbens julefrokost 2016

Torsdag den 17. november havde Hjørring Parkinson Klub inviteret klubbens medlemmer med nærmeste pårørende til julefrokost på Bindslev Hotel.

Bestyrelsen var meget glad for det store fremmøde. Der kom 33 personer, så det må vi betegne som vellykket. Dejligt at se flere nye ansigter imellem de kendte.

Vi havde en hyggelig dag. Fik en rigtig dejlig julefrokost, med alt hvad dertil hører, samt Ris á la mande med kirsebærsovs. Efterfølgende var der kaffe / the, alt efter behag. Vi havde taget klubbens sanghæfter med, og fik sunget nogle af vore gode gamle sange. Derefter havde vi arrangeret amerikansk lotteri med gode præmier. Launis havde sponsoreret tre dejlige køletasker med fiskeprodukter, og Erling Christensen Møbler i Sindal havde sponsoreret to gaver.

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

Bestyrelsen for Hjørringklubben vil gerne ønske alle klubmedlemmer og deres familier **et rigtig godt nytår.**

Håber at se jer til fremtidige arrangementer!



Nu er alle mætte og tilfredse, og snakken går livligt.

Hjørring klubben efterlyser...

Sidst vi prøvede med dette lille opråb, gav det ikke resultat, desværre. Vi håber meget, det gør denne gang:

Bestyrelsen for Hjørring Klubben er efterhånden ved at skrumpes for meget. Vi er blevet for få!!

Der er flere bestyrelsesmedlemmer, der ikke mere har det fornødne overskud til at fortsætte med bestyrelsesarbejdet. Derfor vil vi så gerne, om der er nogen med Parkinson tæt inde på livet, gerne pårørende, der kunne tænke sig at være med i arbejdet med at arrangere gode oplevelser for vore Parkinsonramte medlemmer i Hjørring kommune.

Vi prøver at arrangere 3-4 'oplevelser' i løbet af året, som, vi håber, er til glæde for vore medlemmer. Og det ville jo være dejligt, at vi var nogle flere til at udveksle 'gode ideer' imellem, så vi kan lave nogle spændende/gode arrangementer.

Det er jo ikke et arbejde, der tager en forfærdelig masse tid. Vi har et bestyrelsesmøde ca. hver 6. - 8. uge året igennem, dog med en pause over sommermånederne. Normalt varer et bestyrelsesmøde 1½, max. 2 timer. Her mødes vi over en kop kaffe/the med et stykke kage til, alt imens snakken går, og ideerne kommer på bordet, i en afslappet atmosfære.

Vi holder vores årlige årsmøde midt i marts 2017, og det er her, vi meget gerne vil modtage tilsagn fra personer, der kunne tænke sig at deltage i dette arbejde.

Tænk over, om du kunne have lyst til at være med til at give Parkinsonramte gode oplevelser.

Vi har brug for din hjælp for at fortsætte. - TAK.

*Venlig hilsen
bestyrelsen for Hjørring Klubben.*

Interesserede kan henvende sig til:

Agnete Voetmann Müller, mobil: 22 87 23 15 eller mail: a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk eller Niels Chr. Mortensen, tlf.: 98 93 65 10 eller e-mail: k-ncm@mortensen.tdcadsl.dk

Hjørring klubben - Årsmøde 2017

**Mandag den 20. marts 2017, kl. 15.30,
Hjørring Kro, Birthesvej 2, Hjørring**

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

Program:

Kl. 15.30-16.00:

Velkomst med kaffe/the og kage.

Kl. 16.00-16.30:

Sangkoret »Arion« fra Hjørring, der er et mandskor på 15-20 medlemmer, kommer og synger og spiller dejlige sange for os, samtidig med at der bliver mulighed for lidt fællessang.

Ca. 16.30-17.00:

Strække-ben pause.

Kl. 17.00-ca.18.00:

Formanden giver et resumé af året, der er gået, svarer gerne på spørgsmål, og modtager med glæde eventuelle forslag til aktiviteter og arrangementer, samt nye medlemmer til bestyrelsen.

Der er ligeledes valg til bestyrelsen:

Bestyrelsen består for nuværende af følgende:

Formand/Sekretær: Agnete V. Müller - Opstiller til 1 år mere

Kasserer: Niels Chr. Mortensen - Opstiller til 2 år mere

Best. medlem: Kent Sørensen - Opstiller til 2 år mere

Best. medlem: Henny Stadel Pedersen - Ønsker ikke genvalg

Suppleant: Jens Stadel Pedersen - Ønsker ikke genvalg

Kl. 18.00 ca.

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

Tilmelding til årsmødet samt den efterfølgende spisning er nødvendig - TAK.

Tilmeldingsfrist: Senest TORSDAG den 16. marts 2017 til:

Agnete V. Müller: mob. 22 87 23 15 eller på e-mail: a-kmueller-hjoerring@mail.tele.dk eller Kent Sørensen: mob. 30 70 88 88 eller på e-mail: ringsholt@has.dk

VEL MØDT TIL ALLE!

Herreklubben i Nordjylland

Giv din partner en friaften



Kom og vær med i »herreklubben« for mænd med Parkinson eller Sclerose. Pårørende mænd til sygdomsramte er også velkommen.

Idéen er udsprunget i Cafe Parkinson Nordjylland på initiativ af Roger Bailey.

Klubben er for mænd med Parkinson eller Sclerose. Vi mødes den 3. tirsdag i hver måned i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, Aalborg, i perioden september til maj.

Du kan altid orientere dig om, hvor næste møde foregår på www.parkinord.dk i menuen »aktiviteter« eller ved at kontakte Roger.

Hovedformålet med klubben er at give din partner en friaften, få en god gang »mandehørm« og hygge sig.

**Har du lyst til høre mere eller deltage, kan du kontakte:
Roger Bailey på 60 75 69 39**

Vi glæder os til at se dig.

Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

Formand:

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

Næstformand:

Poul Israelsen Mellem Broerne 15 1.th Tlf. 6091 7129
9400 Nørresundby pi@business.aau.dk

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

Best. medlem:

Pia Fog Lindholmsvej 23 Tlf. 2371 1805
9400 Nørresundby piafog60@gmail.com

Best. medlem:

Lene Saugbjerg Risagervej 17 Tlf. 2094 3395
9490 Pandrup peleaabro@gmail.com

Suppleant:

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

Klub Himmerland:

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

Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

Netværk Vesthimmerland:

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

Netværk Øst:

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

Hjørring klubben:

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

Cafe Parki Aalborg:

Morten Kristensen	Kærvej 18, Visse 9210 Aalborg SØ	Tlf. 2078 6754 morten@blanck.dk
-------------------	-------------------------------------	------------------------------------

Jette Sørensen	Aalborgvej 22 9575 Terndrup	Tlf. 6048 8760 jette.sos.sorensen@hotmail.com
----------------	--------------------------------	--

Pårørende kontakt:

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

*Støt vore annoncører
De støtter os*