

PARKIPOSTEN **NORDJYLLAND**

Februar 2014



Vi ønsker alle vore medlemmer et godt nytår
2014

Indholdsfortegnelse

• Indholdsfortegnelse	side	3
• Formandens skriftlige beretning	side	5
• Generalforsamling	side	7
• Aalborg klubben		
• Møde genstart Aalborg klubben	side	8
• Udflugt til Hadsund (afholdt aktivitet).....	side	8
• Klub Himmerland (Nibe)		
• Afholdte aktiviteter	side	10
• Kommende aktiviteter	side	11
• Netværk Vesthimmerland	side	12
• Hjørring klubben		
• Afholdte aktiviteter	side	13
• Kommende aktiviteter	side	14
• Net Øst Østvendssyssel	side	15
• Parkinson skole.....	side	16
• Parkinson united walk	side	17
• Yngre parkinson Cafe møde	side	18
• Hvordan jeg fik et bedre liv	side	19
• Aktivetskalender	side	21
• Redaktøren takker af	side	22
• Adresseliste Bestyrelses – og klubmedlemmer	side	23

Formandens beretning

Jeg vil gerne ønske jer alle et godt nytår.

Et år er gået og et nyt er kommet til. Tankerne løber, hvad er der egentlig sket sidste år.

Jeg blev formand og der har været nok at se til, men lysten driver jo tit værket, og jeg kan godt lide at arbejde, så det skal nok gå.

I årets løb har vi haft et foredrag af Lorentz, vores neurolog. Der er altid stor tilslutning til hans arrangementer - denne gang var der ca. 100, det var en god eftermiddag.

I oktober havde vi et arrangement, hvor vi havde besøg af en psykolog. Emnet var »At leve med en kronisk sygdom og være pårørende«. Det var et heldagsarrangement. Vi var ca. 40 og det var en god dag.

Netværk Vest i Aars fik et kor op at stå, det var i »Vor Frelser Kirke«. Det er meget vigtigt at holde stemmen i gang, for den bliver svagere efterhånden. Vi har også deltaget i DHL – stafetten. Vi stillede med 6 hold løbere og 3 hold gående. Der bliver i hvert fald lagt mærke til os. En fra Aalborg kommune sagde til mig, at hun syntes, det var stærkt, at vi deltog. Det er dejligt, for det er vigtigt, at nogen lægger mærke til os. Vi havde selvfølgelig vores røde trøjer på med teksten »motion er medicin«.

Vi har derudover oprettet et hold med »Musik og bevægelse«, det er rigtig godt. Man får rørt hele kroppen. Desuden er det medicin for stemmen.

Besøg på skolen for fysioterapeuter er det også blevet til. Der bliver vi spurgt om, hvor mange gener, vi har, og hvor de får lov til at give os nogle prøver i bevægelse og hurtighed. De er meget taknemmelige for, at vi vil komme.

Vi havde en tur til Hjælpemiddelcentralen, det var spændende at se »fremtidens plejehjem«, men også tankevækkende, for beboerne kan klare sig selv med mange ting, så det vil sige, at der ikke kommer så mange og ser til dem, da de bedre kan klare sig selv. Det er prisen.

Jeg træffer stadig nogen, som ikke ved, at de kan gå til vederlagsfri fys. Og ej heller at det er meget vigtigt med motion. Derfor er det vigtigt med information om dette, at det virker kan vi se da der stadig dukker nye op.

Vi har fået vores egen hjemmeside, den hedder »Parkinord.dk«. Det er meningen, at vi skal have vores egen kalender - der er et link til den fra »Parkinson.dk«. Desuden vil vi igennem denne sende nyhedsbreve ud til medlemmerne i Nord. Det fungerer fint. Jo flere, der har en registeret mailadresse, jo lettere bliver det at sende nyhedsbreve ud, når det ikke passer ind i det tidspunkt, hvor Parkiposten kommer.

Udover det her nævnte arrangerer klubberne og netværksgrupperne forskellige aktiviteter og hyggesammenkomst. Det betyder meget. Tak for det.

Da vi har meget store afstande i Nordjylland, arbejdes der på at få oprettet nye klubber. Netværk Vest (Aars) arbejder på at få oprettet en netværksgruppe i Hobro. Der har tidligere været en klub, men da lederen stoppede, blev den lukket.

Tina Raun Nielsen passer »Patient til patient« på Aalborg sygehus den første mandag i måneden kl. 16 – 18. Det er dejligt at have en fast vagt på den plads. Tak for det.

Vi vil gerne have nogle tilkendegivelser for, hvilke aktiviteter, I ønsker.

Jeg sidder og tænker på, om vi skal på udflugt i år – skal vi tage til København og deltage i Unity-Walk og besøge Handicaphuset i Høje Tåstrup, eller skal vi en tur til Dronningens Ferieby i Grenå eller skal vi på udflugt? Det er noget, bestyrelsen må tage stilling til i det nye år.

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

Lena

Generalforsamling Parkinson Kreds Nordjylland

Sted: Liselund ældrecenter, Hüttel Sørensens Vej, Vodskov

Tid: Lørdag den 15. marts 2014, kl. 09.30

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Valg af 3 stemmetællere
3. Formandens beretning
4. Aflæggelse af regnskab
5. Valg af 3 bestyrelsesmedlemmer:
På valg er: Bjarne Brohus, Kurt A.Nielsen, Elsebeth Pedersen
Elsebeth er trådt ind for Jens Iversen og ønsker ikke genvalg.
6. Valg af 2 suppleanter: Vælges for 1 år ad gangen.
7. Indkomne forslag
Sendes skriftligt til formanden senest 8 dage før Generalforsamlingen.
8. Evt.

DAGENS PROGRAM:

- Kl. 09.30 – 10.00 Ankomst og kaffe
- Kl. 10.00 – 10.30 Direktør Mette Holst, Parkinsonforeningen
- Kl. 10.30 – 10.40 Kort pause
- Kl. 10.40 – 12.20 Generalforsamling
- Kl. 12.20 – 12.30 Kort Pause
- Kl. 12.30 – 13.15 Jens Stage underholder **
- Kl. 13.15 Frokost
- Kl.?? Tak for i dag og kom godt hjem

** Jens Stage og Henrik Fog har udgivet en cd, hvor en af sangene

»Ansigtet ingen ser« handler om parkinson

Efter 8 års pause vender guitarist, sanger og sangskriver Jens Stage stærkt tilbage med en ny CD: »Tilbage til dig«. De 11 sange er blevet til i samarbejde med tekstforfatter og parkinsonpatient Henrik Fog.

TILMELDING: Lena 22264419 senest 7. marts.

Pris for hele arrangementet 50,- kr.

Aalborg klubben

Aalborg klubben - Møde - frisk pust

Vi (Elsebeth, Vera og Hanne) har gennem en årrække kørt Aalborg klubben med vekslende held.

Vi har haft udflugter, foredrag, selvhjælpsgruppe, bowling, m.v.

På det sidste er det lige som om interessen har været dalende, hvilket bl.a. har medført at vi har sat selvhjælpsgruppen på stand by. Vi synes det er en skam hvis disse gode aktiviteter skal forsvinde fra kredsens største by. Vi er sikre på at der i medlemsskaren sidder nogen der sprudler af ideer. Så derfor kom og vær med til at give Aalborg Klubben et frisk pust, så vi atter kan komme på landkortet over steder hvor der virkelig sker noget i Parkinson regi.

Sted: De Frivilliges Hus - Mølholmsvej 2 - 9000 Aalborg

Dato: Torsdag 27. marts 2014

Tid: kl. 13.00 -15.00

Kom og vær med til at give Aalborg Klubben et friskt pust, så vi igen kan få en masse aktiviteter til gavn for medlemmerne.

Ingen tilmelding, du skal bare møde op fyldt med gode ideer og gå på mod. Vi sørger for kaffe/te og kage.

*Mange hilsner og på gensyn
Elsebeth, Vera og Hanne*

Aalborg Klubben - Udflugt til Hadsund: Beaute Pacifique

15. november 2013, lancerede Ålborg klubben, en tur til creme fabrikken Beaute Pacifique i Hadsund.

Vi havde rundstykker med, og vores kontaktperson Tilde stod parat med kaffe og the. Efter kaffen gav Tilde en præsentation af firmaet.

Beaute Pacifique er dansk hudpleje, der virker effektivt på både aldersforandringer og solskader.

Produkterne er slået så godt an, at de sælges i lande, i alle fem verdensdele.

Firmaet blev grundlagt af Flemming K. Christensen i 1997, og i dag er der næsten 50 produkter på hylderne, ca. 35 medarbejdere til udvikling, salg og markedsføring. Søsterfirmaet GMPack har ca. 45 medarbejdere og ledes af Flemming Christensen's hustru Margith Adler.

Efter præsentation af firmaet, gennemgik Tilde »et udsnit« af produkterne med forklaring om, hvilken effekt de havde på huden. Vi fik tilbudt ultralydsscanning af egen hud, og scanningsbillederne bruges, til personlig rådgivning om valg af de mest egnede produkter, på baggrund af den dagsaktuelle status.



I 2010 åbnede firmaet sin egen private hudklinik »AMBU-LATORIET« med 3 tilknyttede hudlæger og en psykolog. Produkterne afprøves først på laboratorieniveau, og derefter på et korps af frivillige forsøgspersoner.

Sidste nye tiltag er et samarbejde med den verdenskendte danske supermodel Helena Christensen, som i en årrække har haft adskillige af Beaute Pacifique's produkter som sine personlige favoritter.

Sluttelig var der rabat på cremerne i den velassorterede butik.

Vi takkede for besøget, og satte kurs mod Restaurant. »Da Vinci«, med den storslåede udsigt over fjorden.

Her spiste vi en rigtig lækker frokost. Alle deltagerne var enige om at det havde været en rigtig god dag, der kunne sagtens have været plads til flere, synd I ikke kunne være med.

*Aalborg klubben
Elsebeth Pedersen*

Klub Himmerland

Ja, så er vi startet på et nyt år igen. Jeg vil gerne ønske jer alle sammen et godt nytår.

Vi startede sidste år med at holde generalforsamling. Jeg var ved at tro, at vi skulle nedlægge klubben, for der var ikke interesse for at fortsætte i bestyrelsen, men vi syntes alligevel, det var en skam, så Kirsten og Erna fortsatte, og så kørte vi igen.

I juni måned var vi til vores sædvanlige motionsarrangement på »Katbakken« i Øster Hornum. Vi starter altid med kaffe og kage og selvfølgelig flot vejr. Dernæst gik vi en lang tur, hvor der var mulighed for at prøve forskellige redskaber og forhindringer. Da vi kom tilbage havde vores grillmester Anton tændt grillen og vi glædede os til at få noget at spise. Vi fik grillpølser med brød eller kold kartoffelsalat. Vi sluttede med at få kaffe. Det var alletiders dag.

I efteråret var vi nede at besøge »Nibenitten«, det var sjovt at se, hvordan sådan et radiohus fungerede. De havde mange gamle plader, det var et helt museum.

I november havde vi vores julearrangement, det var hyggeligt som altid med harmonikamusik og spil. Det er utroligt, som barnet kommer op i en, når der er pakker.

Tak til jer, der deltager i foreningens aktiviteter og tak til jer, der altid er klar med en hjælpende hånd.

Lena

Klip ud og gem. - Klubmøde i Klub Himmerland 2014.

Torsdag den 27. feb. 2014, kl. 14.00 Generalforsamling.

Tirsdag den 10. juni 2014, kl. 15.00 Aktivitet og grilldag på Katbakken

Tirsdag den 9. sept. 2014, kl. 14.00 Aktivitet ikke planlagt endnu.

Tirsdag den 11. nov. 2014, kl. 14.00 Julearrangement.

Se efter aktiviteter i Parkiposten eller vores hjemmeside eller ring til Lena tlf. 22 26 44 19 eller Kirsten tlf. 25 71 25 61

Hilsen Klubbestyrelsen

Dansk Parkinsonforening Klub Himmerland

Holder klubmøde/generalforsamling

Torsdag den 27. februar 2014

kl. 14.00

på Ældrecenter Solsiden i Nibe

Så er vi klar til at starte op i det nye år.

Vi starter med en meget kort generalforsamling.
Erna og Kirsten er på valg. De modtager begge genvalg
derefter er der almindelig hyggeeftermiddag.

Vi håber at se mange denne dag.

Deltagelse i vores klubmøder er gratis.

På grund af brød til kaffen er tilmelding nødvendig til:

Lena Blicher på tlf. 22264419
eller Kirsten Jørgensen på tlf. 25712561
senest mandag den 25. februar 2014

Hilsen Lokalklubben

Netværk Vesthimmerland

Så fik vi taget hul på 2014 den første mandag i januar. Det var dejligt at mødes igen og vi var denne gang 17 personer. Snakken gik som sædvanligt lystigt rundt om kaffebordet imens Jettes nybagte boller blev sat til livs.



Det er nu 3 år siden vi startede vor netværksklub op og vi har alle stor glæde og gavn af, at mødes og udveksle erfaringer, i en kreds af ligestillede parkinsonramte og pårørende.

Vi er ca. 30 medlemmer fra hele Vesthimmerlands kommune men alle i kreds Nordjylland er velkomne til at deltage i vore arrangementer.

Vi har café/hygge møde den første mandag i måneden i lokalerne under Aars bibliotek kl 14-17 og er 18-20 personer hver gang. Ud over at mødes i mandags-café har vi været på udflugter og arrangeret samkørsel til nogle af de arrangementer som kredsen afholder.

Vi har investeret i 3 sæt boccia kugler og spiller en runde, når vi har café møde. Det er et spil som alle kan være med i og der bliver gået til den når vi spiller.

Vi har også 2 gymnastik/motion hold som får en god gang træning hver onsdag hos Aars fysioterapi og et vandgymnastik-hold torsdage kl. 14-15 i ulige uger. Vi har også arrangeret samkørsel til kor og motion og bevægelse i Aalborg.

Vi har fra starten af været enige om, at vi ikke ville bruge tid og penge på at have en valgt bestyrelse med formand, kasserer osv. da vi er en klub under parkinson Kreds Nordjylland. Vi har i stedet for en styregruppe som i øjeblikket består af:

Flemming Nielsen og Jette Poulsen Tlf. 40 37 73 43/29 45 32 21

Mona og Gunnar Kristensen Tlf. 98 62 34 77

Merethe V. Olsen Tlf. 98 62 55 43

Hjørring klubben

Kommende aktiviteter

**Årsmøde den 17. marts 2014,
kl. 15.30 i Vendia-Hallen, Hjørring.**

Dagsorden:

- 15.30 – 16.00: Valg af dirigent.
- Velkomst med kaffe og kage, som foreningen er vært ved.
- 16.00 – 16.45: Foredrag af Tina Raun Nielsen, over emnet »Jeg har Parkinson, men jeg har et godt liv«.
- 16.45 – 17.00: Pause
- 17.00 - 17.30: Eventuelle spørgsmål til Tina Raun Nielsen.
- 17.30 – 18.00: Henny fortæller om »Året, der er gået«, og svarer på eventuelle spørgsmål.

Vi slutter med valg til en udvidet klubledelse, fra 5 til 7 personer, samt valg af 1 suppleant, gerne blandt pårørende til Parkinson ramte.

Tina Raun Nielsen er frivillig i 'Patient-til-Patient' på Ålborg Sygehus Syd. Hun fik selv diagnosen Parkinson i december 2005. I dag tager hun gerne ud og holder foredrag for Parkinson patienter, og fortæller om, hvordan hun lærte at leve med sin kroniske sygdom, på godt og ondt.

Efter årsmødet er der aftensmad, for de der ønsker at deltage: Karbonader med Grøn-ærter - 65,00 Kr. per person.

Tilmelding til kaffe og spisning er nødvendig.

Tilmelding senest den 10. marts 2014 til:

Ulrich Voetmann, mobil 40 81 20 29 eller
Arthur Hassing, mobil 20 11 41 99

Afholdte aktiviteter

Åletur

Som annonceret i ParkiPosten, inviterede Hjørring klubben samtlige parki-klubber til en hyggetur til Gjøl Kro hvor der blev serveret ål.

Klokken 10.00, fredag den 6. sept., var der mødt 26 morgenfriske medlemme op. Vejret kunne næsten ikke være bedre. Turen gik langs hovedvejen til Brønderslev hvor der var opsamling. Herefter fortsatte vi med vores dejlige bus til Limfjorden hvor vi gjorde holdt. Efter en god frokost fortsatte vi med bussen langs med fjorden til Attrup Marina, hvor vi drak den medbragte kaffe »med tilbehør«. En rigtig hyggetur, hvor hjemturen gik over Vildmosen. Vi var hjemme ved 16.30 tiden. Der var desværre ikke mødt andre op fra øvrige klubber - synd for dem.



Julefrokost

HjørringKlubben afholdt også i år julefrokost for sine medlemmer. Som noget nyt, havde vi inviteret vores fysioterapeuter med. Desuden har vi skiftet »værested«, idet vi er flyttet fra Hotel Kirkedal i Lønstrup til Hjørring Kro. Det er ikke fordi vi på nogen måde var utilfreds, men fordi adgangsforhold samt afstand, efterhånden er blevet et problem. Vi bliver ældre, men vi lytter til vore medlemmer.

Allerede en go' ½ time før det annoncerede tidspunkt begyndte de første gæster at ankomme. I år kunne vi notere 45 gæster til julefrokosten. Vi synes det er flot, og vil gerne takke alle jer, som deltog. Måske skal der ændres i programmet som f. ex. mødetidspunktet. Et par stykker synes det blev vel sent inden vi sluttede, men bankospillet trak ud, og det vil der blive taget hensyn til næste gang. En stor tak for de mange flotte præmier, en stor tak til Hjørring Kro, som sponserede mandelgaverne, og til Eurospar supermarked Nordens Alle, for den flotte kurv.

Bestyrelsen ønsker alle et godt nytår, og på gensyn 2014.

Arthur

Nyt fra østfronten...! Net øst.

Året 2013 har på mange måder været et godt år for NET ØST, afdelingen, (Østvendssyssel). Afdelingen dækker området Hals, Hou, Dronninglund, Hjallerup, Gandrup, og andre nærliggende byer.

Vi har et rigtigt godt fællesskab, har det sjovt sammen, men tager naturligvis vores sygdom alvorligt.

Vi samles den første torsdag i hver måned, to til tre timer, og her sprudler det af liv, glæde, sang og musik. Vores humor er sådan skruet sammen, at gode historier er mere end velkommen.

Storm P. siger det således:

JEG GÅR I VANDET HELE VINTEREN.

GÅR DE IKKE OP EN GANG IMELLEM?

Lad mig nævne nogle af de arrangementer vi har haft gang i:

En fantastisk grill fest i en helt vidunderlig have, hos Marianne og Robert. Vi nød sol og sommer og den gode medbragte mad.

Dronninglund Kunstmuseum blev også besøgt, besøget var så vellykket, at vi arrangerede en samling, specielt hvor malerkunsten var i centrum. Det kunne jo tænkes at van Gogh nr. to fandtes lige netop iblandt os.

Zincks fabrikker i Godthåb ved Svenstrup, dette besøg var en fantastisk oplevelse. Har I ikke været derude, så se at komme af sted.

Julestuen i november var helt enestående, Mariannes udstilling var ren kunst og ligeledes Pers drejearbejde. Jamen altså, det gøres ikke bedre.

Selvfølgelig holdt vi den traditionelle julefrokost, jo det eneste der manglede var sneen, men det har vi så til gengæld fået nok af lige nu.

Vi glæder os til at se jer i 2014

Husk 1. torsdag i måneden kl. 14 - 16

*Kærlig hilsen
Bjarne Brohus*

Parkinsonskole

TEMADAG

Sted: Hasseris gymnasium.

Tid: Lørdag 26. april 2014, kl 10-16

Så gentager vi succesen og afholder igen temadag for parkinsonramte og deres pårørende på Hasseris Gymnasium.

Program for temadag:

- Kl. 09.30 – 10.00: Kaffe og Velkomst.
- Kl. 10.15 – 12.00: Neurolog Lorenz Oppel: Sidste nyt om stamceller
- Kl. 12.00 – 13.00: Frokost.
Desuden mulighed for at hvile sig i lærerværelset
- Kl. 13.00 - 15.00: Socialrådgiver Lis Larsen
 - o Støttemuligheder
 - o Hjælpemidler
 - o Flexjob
 - o Pension m.m.
- Kl. 15.00- 16.00: Afrunding og kaffe

Deltager antal: Max 50 (efter først til mølle)

Pris: 150 kr. incl. forplejning (konto nr. oplyses ved tilmelding).

Sted: Hasseris gymnasium, Hasserisvej 300, 9000 Aalborg

Tilmelding: senest mandag den 14. april 2014 til Jette Poulsen, tlf. 29 45 32 21.

Parkinson Unity Walk



Lørdag den 24. maj gentager Parkinsonforeningen succesen – i solskin – og inviterer til Copenhagen Parkinson Unity Walk 2014!

Planlægningen er i fuld gang og foreningen håber, at vi denne gang kan samle endnu flere deltagere.

Parkinsonforeningen vil med walk'en sætte fokus på det positive livs-syn, det hele menneske og vigtigheden af motion. Samtidig vil vi gerne øge bevidstheden i offentligheden om sygdommen, og walk'en skal være med til at styrke sammenhold, fællesskab og netværk for mennesker med Parkinsons sygdom og deres pårørende.

Foreløbigt program

- Kl. 12.00: Copenhagen Parkinson Unity Walk 2014 åbnes På Nytorv ved protektor Grevinde Alexandra.
- Kl. 12.15: Deltagerne går, anført af protektor Grevinde Alexandra og foreningens ambassadører, samt trommeorkestret Slagkraft, fra Nytorv knap 3 km. til målet i Kongens Have.
- Kl. 13.45: Landsformanden for Parkinsonforeningen Jorry Højer byder velkommen på scenen.
- Kl. 14.00: Forskellige former for underholdning. Herudover til der være mulighed for socialt samvær, netværk mv. Der vil ligeledes være mulighed for at købe mad og drikke.

Igen i år bindes dagen sammen på bedste vis af tv2-vært Camilla Nør-gaard, hvis far havde Parkinson.

Praktiske oplysninger

Walken starter på Nytorv og slutter i Kongens Have. Det koster kr. 100,- for voksne og 50,- for børn at gå med på dagen. Du melder dig til på:
<http://www.parkinson.dk/aktiviteter/parkinson-unity-walk-2014>

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



Som noget nyt prøver vi at arrangere cafe-møder i Nordjylland

**Første gang bliver tirsdag den 1. april kl. 16 – 18
i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.**

Caféen er tænkt som et sted hvor parkinsonramte, der har fået diagnosen i en tidlig alder, kan mødes og bl.a udveksle erfaringer omkring:

- at have fået diagnosen i en tidlig alder
- at være på arbejdsmarkedet med parkinson
- at få dagligdagen til at "hænge" sammen med børn og familie
- at finde ud af, hvor jeg kan få hjælp og rådgivning
- at hygge sig med ligestillede
- Og meget mere...

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 håber du har lyst til at kigge forbi og være sammen med »os«
Fremtidige cafe-møder kan ses på www.parkinord.dk
(under aktiviteter/kalender)

Som udgangspunkt afholdes cafe-møderne den 1. tirsdag i hver måned, dog ikke i skolernes ferier.

Har du brug for yderligere oplysninger kan du kontakte os på mail cafe@blanck.dk

*Med venlig hilsen
Parkinson Yngre Nord
Tina Raun Nielsen – Jette Sørensen – Morten Kristensen*

Hvordan jeg fik et nyt liv

I løbet af 2012 blev min Parkinson værre. Det føltes vedvarende og de piller jeg tog imod sygdommen var ofte næsten uden virkning. Jeg var kredsformand og oplevede af og til, at der var aftaler jeg ikke kunne overholde. Det var mest aftaler som træning o. lignende. Mens aftaler som bestyrelsesmøder mødte jeg op til; men jeg kunne ikke altid involvere mig i sagerne, fordi jeg ikke havde det godt. Det var også blevet et spørgsmål livskvalitet. Når jeg gjorde mit liv og min tid op, havde Parkinson fuld råderet over mig. Jeg var havnet i en situation, hvor sygdommen bestemte om jeg skulle gå i byen, f.eks. til familiefest. Jeg var flere gange ude for, at jeg mødte op til træning hos fysioterapeuten, og så kunne jeg alligevel ikke deltage, fordi jeg gik »off« eller havde for mange overbevægelser.

I december 2012 var jeg i København til Hovedbestyrelsesmøde og Forretningsudvalgsmøde. I disse dage fik jeg et godt råd af foreningens direktør og af foreningens hovedformand. De havde begge lagt mærke til, at jeg havde voldsomt store overbevægelser. De råd jeg fik af de to personer var enslydende: de sagde begge to at en »deep brain stimulation« ville være det helt rigtige for mig. Begge kendte medlemmer, som havde nydt godt af sådan en operation. I løbet af de næste par uger tænkte jeg over disse råd. I januar 2013 var jeg til den rutinemæssige samtale med min neurolog i Aalborg. Jeg tog »deep brain stimulation« op og sagde, at jeg gerne ville have den chance. Han sendte en ansøgning af sted til Aarhus Universitets hospital, hvor de udfører disse operationer.

En »Deep brain stimulation« betyder, at man får indopereret 4 elektroder i hjernen. Når disse elektroder modtager strøm, påvirkes nogle hjerne-celler i nærheden af elektroderne, og det er godt, hvis man har nogle sløve parkinson-celler.

I løbet af foråret modtog jeg en indkaldelse til et orienteringsmøde om »DBS«. Jeg skulle møde 6/6-13. Mødet blev desværre udsat til 15/8. Så jeg mødte op i Aarhus den 15/8. Vi fik at vide, at vi før en eventuel operation ville blive indlagt til nogle undersøgelser. Det skulle afklares, om jeg var egnet til operation. Da vi nåede hen sidst i september modtog jeg et brev. Jeg skulle indlægges tre dage til forundersøgelse. Der stod også i brevet at en eventuel operation ville finde sted maksimalt 14 dage efter forundersøgelsen. Jeg tog min kone med til disse tre dage, og det viste

sig at være en god ide. Hun hjalp med at holde styr på, hvad der skulle ske. I løbet af de tre dage blev der som en forberedelse til operationen lavet en scanning af min hjerne – så kunne kirurgen bedre orientere sig under operationen. Vi var til samtaler, hvor jeg bl.a. skulle skrive, hvilke områder jeg forventede ville blive bedre efter operationen. Inden vi tog hjem igen, fik vi at vide, at jeg var egnet til operation. Jeg skulle møde til operationen mandag den 25/11. Operationen skulle så foregå om tirsdagen. Mandagen skulle bruges til nogle forberedende ting. Der var kun to dage og en weekend inden operationen.

Den 26/11 oprandt. Jeg var lidt nervøs og spændt om morgenen. Jeg havde ikke sovet særlig godt den nat. Der var nogle ting, der kunne gå galt. Det skal man prøve på at lade være med at tænke på. Inden operationen skulle hovedet skrues på et stativ, så jeg ikke kunne bevæge det. Jeg skulle være totalt bedøvet under den første del, hvor hovedet blev fikseret. Under resten af operationen skulle jeg vist nok være vågen. Det var når elektroderne skulle sættes ind. Denne sidste del af operationen, sov jeg fra det meste af tiden. Alligevel – har det senere vist sig – blev elektroderne anbragt korrekt.

Den 25/11 fik vi at vide at jeg på grund af alder måske ville blive svagere på stemmen. Det var forventet med problemer på benbevægelserne. Der kunne ske fejl under selve operationen fx med hjerneblødning til følge. Jeg blev mindet om at jeg kunne nå at melde fra indtil sidste øjeblik.

Men det var jo altså et spørgsmål om min livskvalitet - og den havde jeg jo efterhånden ikke så meget af.

Efter operationen... HVAD SÅ????

Jah hvad så. Alle mine mål blev opfyldt. Jeg kan gå bedre end for tre år siden. Jeg har ikke haft nogen overbevægelser og heller ingen off perioder. Jeg er til kontrol i Aarhus hver uge – det bliver 2 gange mdl fra februar. Jeg bliver fulgt i 2 år.

Så er der medicinforbruget: Før tog jeg 12 – 13 stalevo pr. døgn + 1 madopar depot. Jeg fik også requip depot 3 tabletter i alt 20 mg. Jeg fik også Azilect.

Til sammenligning er mit forbrug af parkinsonmedicin NU sådan:

Requip depot: 1 tabl. 4 mg, Senemet 25 mg – 5 tabl.

Summa sumara: JEG HAR FÅET ET NYT LIV - PARKINSONS SYGDOM
BESTEMMER INTET I MIT LIV.

MEDICINFORBRUGET ER SAT NED TIL CA. 25%.

TAK TIL PROFESSOR KAREN ØSTERGAARD
OG HENDES DYGTIGE PERSONALE I AARHUS.

Jørgen Nørbalk

Aktivitetskalender



Samlet overblik over aktiviteter i Parkinsonforeningen.

Gå ind på www.parkinord.dk og tryk på aktiviteter. Her kan du se hvilke arrangementer der indtil nu er planlagt i årets løb. Desuden kan du, i lighed med her i Parkiposten, læse yderligere om de enkelte arrangementer.

Redaktøren takker af

Efter at have deltaget i udgivelsen af Parkiposten i mere end 10 år, de sidste i tæt samarbejde med Jens Iversen, er tiden kommet, hvor der skal nye kræfter til. Det har været en spændende tid, men det har også ind i mellem været hårdt arbejde, for bladet skriver jo ikke sig selv, og deadlines har det med at komme som en overraskelse hver gang for os, der skal have indlæg med.



Vi har haft forskellige udgivelsesformer.

- Vi har selv lavet bladet fra start til slut (skrevet, trykt, hæftet, adresseret, sendt).
- Skrevet, fået trykt, hæftet m.v. i byen
- Og forskellige variationer inden for dette tema.

Som I kan se er dette blad noget anderledes end de tidligere, det er nemlig lykkedes for bestyrelsen at få en aftale i stand med et trykkeri, der kan trykke bladet gratis mod at de må tegne annoncer og sætte dem i bladet. Jeg synes det er en rigtig god ide, og tror at det vil komme til at lette arbejdet for den der skal samle indlæggene til bladet, for så skal vi ikke mere selv sætte det op i det rigtige format, alt afleveres i tekst word for sig og billeder for sig og så sætter grafikerens det ind i bladet. Vi kan stadig selv fortælle hvilken rækkefølge og sammenhæng vi gerne vil have tingen i.

Desuden er der kommet et nyt tiltag, nemlig vores egen hjemmeside som Morten har lavet. Den er rigtig god og meget nem at betjene, så vil man holde sig løbende a jour med hvad der foregår på de nordlige breddegrader af foreningen, er det her man skal gå ind.

Selv om jeg synes det kunne være spændende at arbejde videre med det nye koncept i tæt samarbejde med Morten, må jeg fastholde min beslutning om at stoppe. Jeg håber der sidder en eller flere blandt medlemmerne der brænder for at påtage sig opgaven. Og en der også gerne vil gå ind i bestyrelses arbejdet, således at der bliver sammenfald mellem et medlem af bestyrelsen og et medlem af redaktionen.

Hanne Møller

Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

Formand:

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

Næstformand:

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

Kasserer:

Flemming Nielsen	Mejsevej 13 9600 Aars	Tlf. 9862 3343 / 4037 7343 flgn@mail.tele.dk
------------------	--------------------------	---

Sekretær:

Jens Iversen	Peter Bruuns Vej 227 9210 Aalborg SØ	Tlf. 9814 5940 / 2280 0642 bachiversen@stofanet.dk
--------------	---	---

Best. medlem:

Bjarne Brohus	Nørregade 17 9330 Dronninglund	Tlf. 3155 7535 bjarnebrohus@stofanet.dk
---------------	-----------------------------------	--

Best. medlem & pårørende kontakt:

Jette Poulsen	Mejsevej 13 9600 Aars	Tlf. 9862 3343 / 2945 3221 jettedrechslet@hotmail.com
---------------	--------------------------	--

Suppleanter:

Elsebeth Pedersen		Tlf. 3028 0255 / 3029 4228 jensen32@stofanet.dk
Ulrik Voetmann	Nyhusvej 155 Lunken Plantage	Tlf. 4081 2029 voetmann@c.dk

Klub Himmerland:

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

Netværk Vesthimmerland:

Flemming Nielsen	Mejsevej 13 9600 Aars	Tlf. 9862 3343 / 4037 7343 flgn@mail.tele.dk
------------------	--------------------------	---

Netværk Øst:

Bjarne Brohus	Nørregade 17 9330 Dronninglund	Tlf. 3155 7535 bjarnebrohus@stofanet.dk
---------------	-----------------------------------	--

Aalborg klub:

Hanne Møller		Tlf. 9816 3384 - hum@hasseris.dk
Vera Overgaard		Tlf. 9838 3552 - jorve@mail.dk
Elsebeth Pedersen		Tlf. 3028 0255

Hjørring klub:

Ulrik Voetmann	Nyhusvej 155 Lunken Plantage	Tlf. 4081 2029 voetmann@c.dk
----------------	---------------------------------	---------------------------------