



Parkinsonforeningen

For dig som er parkinsonramt og for dig som er pårørende

PARKIPOSTEN

NORDJYLLAND



Glædelig dansk jul og godt nytår

Nr. 4 · December 2015

Indholdsfortegnelse

• Formandens hjørne	side	5
• Indkaldelse til generalforsamling	side	8
• Yngreklubben	side	9
• Cafemøde	side	11
• Fodboldhold for parkinsonramte i Nordjylland?	side	12
• Nytårskur.....	side	13
• Taleteknik, holdning og vejrtrækning	side	14
• Arbejdsskadeforsikring.....	side	14
• Flere fodboldspillere til »Stive Ben«	side	15
• Parkinson Netværk Vesthimmerland - Aktivitetskalender....	side	17
• Aftale med Fitness.dk	side	18
• Hjørringklubbens sommerudflugt.....	side	20
• Turen til København og Unity Walk	side	21
• Kulde	side	22
• Aktivitetskalender	side	23
• Kontaktliste til kredsbestyrelsen og »klubber«.....	side	26

Deadline for indlevering af stof til næste blad er:

Fredag den 11. januar 2016 kl. 10.

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.

Formandens hjørne

Så er sommeren gået på hæld, og vi er inde i efteråret. Jeg håber, I har nydt de lyse og lune timer, der har været. Ja, efteråret har indtil nu vist sig fra sin gode side med alle de vidunderlige farver, der er.

I skrivende stund er det lunt og dejligt, det bliver ikke sjovt, når vi skal til at bruge huer og handsker, men vinteren kan ikke blive så lang.

DHL Stafetten er overstået med 150 deltagere, Det var flot, men vi skal passe på, at vi ikke kun tænker på kvantitet, men også på kvalitet, men det var en hyggelig aften.

Der har været lidt stille over sommeren, men nu er alle i gang igen.

På Nibe Fysioterapi har der været praktikanter i 6 uger. Det har været vældig godt, for de kommer altid med nogle ting, som de skal have prøvet af. Jeg havde fornøjelsen af at være tilknyttet en af dem, det var rigtig fint.

I sidste måned havde vi et arrangement i Parkinsonskolen, hvor formiddagens emne var: »Medicinen bag skranken, over disken og ude blandt kunderne« og eftermiddagens emne var: »Et liv med demens«.

Det var et spændende foredrag og en hyggelig dag, hvor der også var plads til en sludder. Der var 60 deltagere.

Tak til Morten, der altid sørger for, at vi har lokaler m.m.

Vi er ved at tilrette program for næste år.

Vi arbejder på at få besøg af en advokat, der vil fortælle om arv, testamente og fuldmagter.

Der skal også være plads til en weekendtur i 2016.

Husk endelig at give os besked, hvis I har en ide, som vi andre kan tage med i vores planlægning.

Husk, at I er velkommen til at deltage i de andre klubbers arrangementer, hvis der er noget, I kunne tænke jer at deltage i.

Nu begynder julehyggearrangementerne, de er altid godt besøgt.

Jeg ønsker jer en glædelig jul og et godt nytår.

Husk, at ovenover alting stråler moder sol.

Lena Blicher



Indkaldelse til Generalforsamling

i Parkinsonforeningen, Nordjyllandskredsen

Sted: Liselund Ældrecenter, Hüttel Sørensens Vej, Vodskov

Tid: Lørdag den 9. april 2016, kl. 10.00

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Kredsformandens beretning om kredsens virksomhed i det seneste forløbne år til efterretning
3. Forelæggelse af årsregnskab for det seneste forløbne år med revisors påtegning til godkendelse
4. Valg af tre stemmetællere
5. Valg af medlemmer til bestyrelsen. Kurt Alling, Bjarne Brohus og Carl Erik Jensen er på valg
6. Valg af 2 suppleanter
7. Indkomne forslag
(indsendes skriftligt, herunder elektronisk, til kredsformanden senest 2 uger før generalforsamlingen)
8. Eventuelt

**Tilmelding senest den 4. april
til Lena Blicher på 2226 4419
eller lena.blicher@youmail.dk**

Pris kr. 50,- som betales kontant ved indgangen.

Dagens uddybede program kan ses på parkinord.dk, når det er klar.



Yngreklubben

Vi holder fast i café for alle, den første tirsdag i hver måned (dog undtaget juli, august og december kl. 16.00 til 18.00 i De Frivilliges Hus. Fra januar skal vi være på første sal, da vi er vokset ud af lokalet i stueplan.

Der møder i gennemsnit 20-25 personer op hver gang og der hygges, grines, tales alvorligt og det hele taget er emnerne mange. Pårørende såvel ægtefæller og børn er velkommen. Der drikkes fælles kaffe/te og nogen gange deler vi os i pårørende og ramte andre gange holder vi »fælles« café.

Caféen er et sted hvor du/I kan bringe de emner på banen som lige er aktuelle for dig.

Der er som regel både helt nydiagnosticerede og nogen der har levet med Parkinson i mange år, så der er rig mulighed for at tale sammen.

Næste café er den 5. januar 2016.

Yngreklubben vil hen over foråret kigge på følgende emner/aktiviteter:

- Nytårskur fest
- Dansearrangement / foredrag med AnneMette Rasmussen
- Hvordan er foreningen organiseret. Om hvordan strukturen er i foreningen og hvad er hovedbestyrelse, kredse, klubber, kredsbestyrelse m.m.?
- Hvordan kommer jeg i gang med Facebook, så »jeg« kan finde de grupper der om parkinson?
- Hvor og hvordan får vi hjælp, råd, vejledning i forbindelse med job og hjælpemidler?
- IT-undervisning i mail, internet, brugen af en pc som hjælpemiddel.

Aktiviteterne vil blive annonceret på www.parkinord.dk og dem der er med på maillisten for Caféen vil få en mail.

*Mvh
Yngreklub Nord
Jette Sørensen og Morten Kristensen*

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



**Den første tirsdag i hver måned, arrangerer vi café i Aalborg
(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:

Hygge, grine, tale alvorligt, danne netværk, drøfte medicin, om fleksjob/
pension og hvad der lige rører sig.

Pårørende såvel ægtefæller og børn er velkommen.

Der drikkes fælles kaffe/te og nogen gange deler vi os i pårørende og ramte andre gange holder vi »fælles« café. Caféen er et sted hvor du/I kan bringe de emner på banen som lige er aktuelle for dig. Der er som regel både helt nydiagnosticerede og nogen der har levet med Parkinson i mange år, så der er rig mulighed for at tale sammen.

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 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
Parkinson Yngre Nord
Jette Sørensen – Morten Kristensen*

Skal vi have et fodboldhold for parkinsonramte i Nordjyllandskredsen?

Med udspring i Yngreklubben Nord og Café Parkinson er der nogen stykker der gerne vil mødes til en gang fodbold her i Nordjyllandskredsen.

Som tidligere skrevet er der 2 fodboldhold for parkinsonramte, et på Sjælland og et Jylland/Fyns hold.

Det ene hold FC-Parkinson København, er »professionelle« og træner 1 gang om ugen med hjælp fra Trygfonden, Parkinsonforeningens fysioterapeut m.fl. Og så er der det jysk/fynske hold »De stive ben« som er et hold der træner rundt om i Jylland og på fyn.

En del i det nordjyske har efterlyst, at der er fodbold tættere på. Ken Møller har prøvet at samle nogen uden held, så nu prøver vi igen.

Så har du lyst til en gang fodbold for sjov og for samværet så giv en tilbagemelding til undertegnede, vi vil så prøve at indkalde til en snak hvor vi kan aftale hvad det skal udvikle sig til. Skal vi blot spille for sjov eller skal vi udfordre de andre 2 hold?

Hvis det ønskes stiller fodboldtræner Peter Nielsen sig kvit og frit til rådighed for at træne holdet. Peter har selv spillet fodbold og været træner i mange år og har igennem vores mangeårige venskab sat sig grundigt ind i hvad det vil sige at have parkinson.

Så har du lyst til en gang fodbold med ligestillede, er det bare med at melde sig til.

Vi skal helst op på en 10-12 stykker for at det bliver sjovt og husk det er ingen betingelse at du er god og næsten klar til Aab's superligahold, blot du har lysten til en gang bold.

Vi håber at kunne lave et samarbejde med »De stive ben«, sådan at vi kan træne og spille med og mod hinanden. Læs evt. lidt om »De stive ben« og deres succes på hjemmesiden.

*På vegne af Yngreklubben Nord / Café Parkinson
Morten Kristensen*

Du kan kontakte Morten Kristensen for yderligere information på Facebook eller på mail: morten@blanck.dk

»Traditionen tro«
inviterer Yngreklubben alle til

NYTÅRSKUR



Hvornår:

Lørdag den 30. januar 2016 kl. 12.30

Sted:

Hasseris Gymnasium, Hasserisvej 300, 9000 Aalborg

Menu: Middelhavsbuffet

Tapas forretplanke m. fennikelpølse, Champagne-skinke med melon, bresaola m/ Emmentaler, fasanpate m/figencreme dertil div. oliven, svampemix, grillet artiskok, hjemmelavet pesto og oliven brød. Grillede lammeculotter. Fyldt unghanebryst med soltørrede tomater, pinjekerner og springløg. Græske frikadeller med hvidløg og krydderurter. Pesto pastasalat, råmarinerede grøntsager og saltbagte kartofler med rosmarin og hvidløg. Hjemmelavet isdessert med friske frugter



Drikkevarer:

Medbringes selv

Pris:

75 kr. / person.

Tilmeldingsfrist:

Senest fredag den 8/1-16 kl. 10.00

Betalingfrist:

fredag den 15/1-16 kl. 10.00

Tilmelding til:

Morten Kristensen på: morten@blanck.dk



Praktiske oplysninger:

Der kan betales med mobilpay, Swipp, bankoverførsel.
Angiv ved tilmelding hvordan der betales, ønskes bankoverførsel sendes kontonr. pr. mail. Ved mobilpay eller swipp skriv: navn og nytår

Taleteknik, holdning og vejrtrækning

Statsprøvet Sangpædagog og underviser i Taleteknik Pia Fog, har sæsonen 2014/15 arbejdet med et hold i Sang/Tale og bevægelse i Nordjyllandskredsen.

Hun tilbyder nu en halv times solundervisning i: Taleteknik, holdning og vejrtrækning. Et forløb på 10 gange en halv time.

Det er på frivillig forsøgsbasis og målet er at få mere stemmekapacitet.

Interesserede i Nordjyllandskredsen kan henvende sig på email: piafog60@gmail.com og deltagerne vil blive udvalgt. I første omgang vil jeg kunne tilbyde max. 5 personer.

*Bedste Hilsner
Pia Fog*

Arbejdsskadesforsikring

Nytegning af arbejdsskadesforsikring for frivillige hos Tryg for Parkinsonforeningen

Kære Alle

Jeg skal hermed gøre jer opmærksom på, at foreningen har tegnet en arbejdsskadesforsikring for frivillige hos Tryg, som dækker medlemmers frivillige arbejde (bestyrelsesarbejde, arrangørarbejde og deltagelse i arrangementer).

*De bedste hilsner
Kirsten Lodal Askekilde
Bogholder*

Parkinsonforeningen, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup
Telefon + 45 3635 0230, kla@parkinson.dk, www.parkinson.dk

Stive Ben!

Flere fodboldspillere søges til

STIVE BEN

Efter en succesfuld fodboldturnering for »Stive Ben« var der igen træning på fodboldbanen. Ray Kennedy Cup blev domineret af det jysk/fynske fodboldhold der fejede alt modstand af banen, 4 sejre ud af 4 mulige.

Første skridt på vejen er nået, det danske og nordiske mesterskab 2015 er i hus, men det får os ikke til at stoppe, siger Kenneth Rosenberg, der er en af initiativtagerne til holdet. Vi vil gerne være endnu flere, så vi næste år måske kan stille med 2 eller 3 hold.



Allerede ved første træning i Kjellerup i det midtjyske efter turneringen, var der 2 nye deltagere, begge fra Trekantsområdet.

Efter en god times fodbold var der hygge, hvor der blev talt om både fodbold, sygdom og lidt om vandrepokalen fra Ray Kennedy Cup.



Planen fremadrettet er, at vil mødes i starten af december udendørs og et par gange i det tidlige forår, indendørs.

Er du interesseret i fodbold og vil du gerne være med, så kontakt:

Kenneth Rosenberg
(mobil 2228 9203)
eller Brian Guldbrandt
(mobil 2683 3071)

Parkinson Netværk Vesthimmerland

Aktivitetsskalendar:

Mandag den 14. december:

Julefrokost i Aars Svømmehal kl. 12 - ?. Husk pakkespil.

Mandag den 11. januar:

Nytårskur i Tennisklubbens lokaler. Sportsallé 6, 9600 Aars kl. 14 - 17.

Mandag den 1. februar:

Netværkscafé under Biblioteket, kl. 14 - 17. Hygge, boccia og golfspil.

Mandag den 7. marts:

Netsværkscafé under Biblioteket, kl. 14 - 17 med generalforsamling.

Mandag den 4. april:

Netværkscafé under Biblioteket, kl. 14 - 17. Hygge, boccia og golfspil.

Mandag den 2. maj:

Netværkscafé under Biblioteket, kl. 14 - 17. Hygge, boccia og golfspil.

Svømning og vandgymnastik i Aars svømmehal kl. 14 - 15 , torsdage i ulige uger. Sidste svømning før jul uge 49 og første svømning efter nytår uge 1.

Klip ud og gem - Klub Himmerland

Klubmøde i Klub Himmerland 2016.

Tirsdag den 9. feb. 2016, kl. 14.00: Generalforsamling

Tirsdag den 7. juni 2016, kl. 15.00: Aktivitet og grilldag på Katbakken

Tirsdag den 13. sep. 2016, kl. 17.00: Spis sammen arrangementer.

Tirsdag den 15. nov. 2016, kl. 14.00: Julearrangement.

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

Hilsen Klubbestyrelsen

Aftale med Fitness.dk

FIRMAAFTALE

Firmaaftale (medarbejderbetalt) vedr. træning i fitness dk er indgået mellem

Firmanavn: Parkinsonforeningen

Cvr: 76294410

Adresse: Blekinge Boulevard 2

Postnummer/by 2630 Taastrup

Ean:

Kontaktperson: Marlene Sørensen

Mail: ms@parkinson.dk

Tlf: 3635 0230

Antal ansatte: 8000

i det følgende benævnt Firmaet

fitness dk A/S (Cvr-nr.: 20370599)

P. H. Lings Allé 2, 6.

2100 København Ø.

og

i det følgende benævnt fitness dk

Pris og procedure – medarbejderbetalt ordning

Oprettelse via nærværende aftale kan ske ved medarbejderens henvendelse i et fitness dk center eller online. Medarbejderen skal ved første besøg i et fitness dk center medbringe dokumentation for ansættelse hos Firmaet.

Medarbejderen har mulighed for at vælge mellem følgende medlemskabstyper:

Produkt*	Beskrivelse	Min. antal medlemskaber	Pris pr. medlemskab Måned / År	Ledsagere pr. ansat**
ANYTIME	Styrketræning + holdtræning i hele åbningstiden	10	299/3000	1
Premium	Styrketræning + holdtræning + Squash + fedtprocent måling+ træner med en ven		429/4719	1
Bemærkninger	4 Row + Midday Vejl pris			

*Ved indmeldelse betales DKK 299,- (gældende takst) pr. oprettet medlemskab. Konverteringsgebyr udgør DKK 100,-

Yderligere information om medlemskabstyperne findes på fitness dks hjemmeside, www.fitnessdk.dk

**Såfremt der gives mulighed for at oprette medlemskaber på tilsvarende vilkår for ledsagere til medarbejdere, fremgår max antal ledsagere pr. ansat her.

FIRMAAFTALE

Betingelser

Aftalen er gældende fra underskriftsdato og indtil den skriftligt opsiges af en af parterne eller udløber. Der gives en måneds opsigelsesvarsel til udgangen af en måned og aftalen udløber automatisk 01/10-2016, medmindre aftalen fornyes. Ønskes fornyelse af aftalen, indledes forhandlinger om betingelser for dette senest 2 måneder før udløbsdatoen.

Månedsmedlemskaber fortsætter efter aftalens udløb til samme pris, indtil det opsiges af medlemmet. Årsmedlemskaber fortsætter perioden ud, med mindre medarbejderen opsiges medlemskabet jf. medlemsbetingelserne, og kan efter udløbet af perioden fornyes på almindelige vilkår.

Medlemskaber oprettet via nærværende tilbud er underlagt fitness dk's til enhver tid gældende medlemsbetingelser, herunder betingelser vedrørende opsigelse. Medlemmet kan sætte medlemskabet i bero online eller ved henvendelse i et center. Ved udeblivelse fra hold, modregnes der i medlemskabet som følger: Ved årsmedlemskab trækkes medlemmet én dag, ved månedsmedlemskab opkræves der et gebyr efter gældende takst (jf. de til enhver tid gældende medlemsbetingelser).

Aftalen er ikke overdragelig og kan ikke kombineres med andre tilbud fra fitness dk.

Aftalen er gældende for Selskabets ansatte, samt én ledsager pr. ansat.

Firmaet accepterer, at fitness dk har ret / pligt til, ved henvendelse fra myndigheder, som eksempelvis SKAT, at udlevere oplysninger om nærværende aftale og medlemskaber, i overensstemmelse med gældende lovgivning. fitness dk fralægger sig ethvert ansvar for Firmaets og medarbejdernes indgivelse af oplysninger til offentlige myndigheder i forbindelse med nærværende aftale.

Firmaet forpligter sig til at markedsføre nærværende aftale overfor dets medarbejdere. Firmaet må ikke overfor andre end medarbejdere be – eller afkræfte priser i nærværende aftale.

Nærværende aftale er underskrevet i ét eksemplar, der fremsendes elektronisk til den anden part. Aftalen er først gyldig, når den er underskrevet af begge parter.

Senest revideret 07/09 2015

Dato

For fitness dk

Dato 9/9-15

For Firmaet

Hjørringklubbens sommerudflugt



Vi havde vores sommerudflugt torsdag den 20. august, en herlig solfyldt dag. På grund af den lille tilmelding - vi var desværre kun 13 personer - kørte vi sammen i egne biler.

Turen gik til Hune v. Blokhuis, hvor vi så de fantastiske sandskulpturer, lavet af forskellige udenlandske kunstnere, over H.C. Andersens eventyr. Det var fantastisk at se de mange detaljer, der kan skabes i disse sandskulpturer. Vi nød det gode vejr.

Efterfølgende kørte vi ned til selve Blokhuis, og fik en dejlig frokostbuffet, på restaurant »Futten«, en rigtig gammel maritim kro. Maden var absolut i top, og stemningen var god i disse hyggelige lokaler. Alle fik hvad de kunne spise, da der ingen begrænsning var, på hvor mange gange man kunne gå til buffeen.

Midt eftermiddag kørte vi atter mod Hjørring, og kørte gennem Vildmosen, for at lave en tur ud af det. Landmændene var i gang med at høste, og det var jo også lige høstvejr. Tilbage i Hjørring, sagde vi farvel og tak for i dag, og kørte hver især til sit.

Alle gav udtryk for, det havde været en fin dag, og ikke alt for anstrengende.



Hyrdinden & Skorstensfejereren



Fyrtøjet



De glade deltagere

Turen til København og Unity Walk

Klokken er 04.45 og vækkeuret skælder ud på os, vi skal op, og lige have en smule hurtig morgenmad. Derefter kører vi til Hjørring, hvor vi skal mødes og med bus til hovedstaden. Vi kom afsted ca. 15 minutter før tid, da alle var ankommet. Vi kørte så til Nørresundby og Haverslev for at samle resten op. Vi blev 15 i alt.

Så gik det ellers sydpå, og vi fik morgenkaffe og rundstykker og en skarp til dem, der havde lyst. På Fyn holdt vi et lille hvil, for chaufføren skulle overholde sin kørehviletid. Vi ankom lige 5 minutter i 12, som marchen starter. Desværre kom vi så sent, at vi ikke nåede opvarmningen, vi fik vores t-shirt og vand, og så var det bare afsted. Optoget bevægede sig igennem gaderne med musik i front, og et tempo, som alle kunne følge med til.

Vi ankommer til Kongens Have, hvor der er borde og stole, en scene og nogle boder. Vi fik noget at spise og underholdningen startede med lidt taler, og musikken der fulgte med optoget spillede + en mavedanser, samt klovne der optrådte. Der var et orkester, der spillede Beatles musik og det lød super godt!!!!

Vi kørte hjem 1 time før planlagt, da der var ved at vær lidt køligt, og vi syntes at det havde været en dejlig eftermiddag. Vi fik alle læsset af de rigtige steder.

Vi vil sige tak for en super dag med alt og forplejningen fejlede ingenting, uden vi havde ikke en krone oppe af lommen. Og tak til alle der har planlagt turen. Vi er helt sikkert med næste år, hvis helbredet er i orden.

*Hilsen
Bitten og Esben, Bindslev*



Marchen i København



Afslapning i Kgs. Have



Underholdning af Klovne

Kulde

Er en tilstand med en forholdsvis lav temperatur.

Det modsatte af kulde er varme

Kuldefornemmelse

 Kuldegysninger

 Kuldeperiode

 Iskulde

 Morgenkulde

 Nattekulde

 Vinterkulde

I vort land har vi verdens vidunderligste klima – skift, nemlig

FORÅR * SOMMER * EFTERÅR * VINTER

Om foråret glæder vi os over al den frodighed, der vælter op af jorden. Alt vågner fra vinterdvalen og vort humør stiger adskillige grader. Alle-rede der glæder vi os til sommer, sommeren er fritaget fra kulden. Som-meren har ikke kulden i sit væsen.

Kan man blive træt af sommeren? Det kan man vel ikke, men skønt er det nu alligevel at gå ude under de tunge frugttræer og plukke årets høst. Grenene har længe bøjet sig i ærbødighed under vægten af de fine røde æbler.

Vinteren er en underlig størrelse. Der oplever vi GLÆDENS FEST, den største på året.

Det er også om vinteren, hvor vi hører børnene juble af ukontrolleret glæde alt imens folk på kælke og ski suser ned af bakken, bakken, et stykke jord der i sommer var køernes madkasse; men nu er forvandlet til børn og voksnes legeplads.

Teologiens gode sorte bog siger et sted GID DU VAR VARM ELLER KOLD; MEN fordi du er lunken, vil jeg...!!

Vort liv, sind og væsen har vel også lidt med de fire årstider at gøre. Jeg kender mange, om hvem jeg kan sige han / hun har et lyst sind, og et varmt væsen - Jo, du er en smuk blomst midt i vinterkulden.

/Bjarne Brohus

Aktivitetskalender



Mandag, 7. december 2015, 09.00 - 10.00

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

Mandag, 14. december 2015, 12.00 - ?

Netværk Vesthimmerland, Julefrokost
Aars Svømmehal, Himmerlandsgade, Aars - Husk Pakkespil

Mandag, 4. januar 2016, 09.00 - 10.00

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

Tirsdag, 5. januar 2016, 16.00 - 18.00

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

Torsdag, 7. januar 2016, 14.00 - 16.00

Netværk Øst mødes til hygge.
Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

Torsdag, 7. januar 2016, 14.00 - 15.00

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

Mandag, 11. januar 2016, 14.00 - 17.00

Netværk Vesthimmerland, Nytårskur.
Sportsallé 6, 9600 Aars.

Torsdag, 21. januar 2016, 14.00 - 15.00

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

Mandag, 1. februar 2016, 9.00 - 10.00

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

Mandag, 1. februar 2016, 14.00 - 17.00

Netværk Vesthimmerland, Café - under biblioteket.

Tirsdag, 2. februar 2016, 16.00 - 18.00

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

Torsdag, 4. februar 2016, 14.00 - 16.00

Netværk Øst mødes til hygge.
Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

Torsdag, 4. februar 2016, 14.00 - 15.00

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

Torsdag, 18. februar 2016, 14.00 - 15.00

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

Tirsdag, 1. marts 2016, 16.00 - 18.00

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

Noter

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:

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

Best. medlem:

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

Best. medlem:

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

Best. medlem:

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

Best. medlem:

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

Suppleant:

Poul Israelsen	Thuresensvej 24 9400 Nørresundby	Tlf. 6091 7129 pi@business.aau.dk
----------------	-------------------------------------	--------------------------------------

Klub Himmerland:

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

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
---------------	-----------------------------------	------------------------------------

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

*Støt vore annoncører
De støtter os*