

PARKIPOSTEN **NORDJYLLAND**

Parkinsonforeningens 25 års jubilæumsfest
Lørdag den 23. august 2014, kl. 15.30



Underholdning: Esther Brohus med Band

Juni 2014

Indholdsfortegnelse

• Indholdsfortegnelse	side	3
• Formandens hjørne	side	4
• Referat generalforsamlingen den 15. marts 2014.....	side	7
• Jubilæumsfest	side	11
• Parkinsonskole.....	side	13
• Indbydelse Jubilæumsfest	side	14
• En historie om at have parkinson	side	15
• DHL-stafet 2014.....	side	17
• Marathonløber stiller op til DHL-stafet	side	18
• La Santa sport	side	20
• Hjørringklubben	side	23
• Hjørringklubben - sommerudflugt.....	side	24
• Cafe Parkinson, Hjørring	side	25
• Netværk Vesthimmerland	side	27
• Klub Himmerland	side	29
• Yngre cafe, Parkinson Yngre Nord	side	31
• Net Øst, Østvendssyssel	side	33
• Opstart af Parkinson Yngre Nord og Yngre Café	side	34
• Parkinson Unity Walk, Morten Kristensen	side	36
• Parkinson Unity Walk, Hanne Møller	side	38
• Fodbold for parkinsonramte	side	40
• Facebook og Parkinson.....	side	41
• Nordjysk kampagne skal styrke den fremtidige behandling af sygdomme	side	42
• Aktivitetskalender	side	47
• Kontaktliste til kredsbestyrelsen og »klubber«.....	side	50

Formandsskabets hjørne

Så er der igen gået et år, og vi starter op igen efter generalforsamlingen. Der var 3, der ønskede at stoppe – deriblandt vores kasserer Flemming Nielsen, tak til alle 3 for arbejdet i bestyrelsen. Vi kunne byde velkommen til Carl Erik Jensen, som overtager kassererposten og til Palle Lundtoft, Kirsten Nørbalk og Poul Israelsen, som blev suppleant. Vi er desuden så heldige, at have fået 2 nye pårørende kontakter – Gitte Black Kristensen og Lilli Toft Nøhr – velkommen til jer alle.

Jeg vil gøre alt for, at vi kan fortsætte i en positiv ånd.

Nu kan vi glæde os over, at sommeren er på vej med mange lyse timer og forhåbentligt også med varme.

Vi er allerede godt i gang med aktiviteterne rundt omkring. Vi har lige afholdt et temamøde, hvor neurolog Lorentz Oppel og socialrådgiver Lis Larsen holdt foredrag og vi havde mulighed for at stille spørgsmål. Det var en dejlig dag, som blev afviklet til punkt og prikke, selv om det var en ny bestyrelse, der skulle arbejde sammen. Det var dejligt. Tak for hjælpen.

Vores ugentlige »Musik og bevægelse« kører stadig – der er 2 gange tilbage, men vi regner helt sikkert med, at der bliver oprettet et hold efter sommerferien igen. Der er stor interesse for det. Alle ved, at motionere er nødvendigt, især med en sygdom som Parkinson. Husk lidt motion er bedre end ingenting.

Det er også meget vigtigt at synge, for stemmen bliver svagere efterhånden, og det hjælper derfor at holde den i gang med sang. Vi har her i kredsen sammen med musikterapeuten Arly Badstue fundet på begrebet CANTOPÆDI, der står for »stemmetræning ved hjælp af sang«.

Der er igen i år »Parkinson Unity Walk«. Det lykkedes for os at deltage med få entusiaster, det er jo en lang tur til København. Det er et godt arrangement, så vi satser på at kunne lave turen derover næste år med flere deltagere.

Den 27. august er der »DHL« løb som sædvanligt – husk at melde jer til.

Den 23. august er der fest - foreningen havde 25 års jubilæum i sidste år, men det glemte vi at fejre, så det råder vi bod på og holder en stor jubilæumsfest med underholdning.

Rundt om i klubberne har de gang i aktiviteterne, der er som noget nyt blevet oprettet en Cafe for yngre, det er dejligt, at der er kommet interesse for den.

Vi skal have mere gang i Parkinson-Skolen og have oprettet nye klubber. Der er planer om at oprette en i Fjerritslev og i Frederikshavn. Der kan vi godt komme på arbejde, for Frederikshavn har været i gang før, men har opgivet hver gang efter relativ kort tid.

Vi har planer om at lave et malerkursus, der er faktisk mange parkinson-ramte, der er dygtige til at male. Ha' en god sommer!

Lena og Kurt

Referat af generalforsamling i Nordjyllands Kredsen

Lørdag den 15. marts 2014, kl. 10.00
Liselund ældrecenter, Vodskov

1. Valg af dirigent: Mette Holst blev valgt.
 - Dirigenten konstaterede, at generalforsamlingen var indkaldt i overensstemmelse med vedtægterne.
2. Valg af 3 stemmetællere: Tove – Palle og Poul.
3. Valg af referent: Jette Poulsen
4. Formandens beretning: Lena Blicher uddybede den skriftlige beretning, der er trykt i Parkiposten Feb, 2014, med bl.a. følgende punkter:
 - En succes med Lorenz foredrag på parkinsondagen. Der var fremmødt 100 medlemmer.
 - DHL stafetter, en god dag, hvor vi havde 6 hold løbere og 3 hold gående. Der blev lagt mærke til os og flere sagde at det var sejt at vi deltog.
 - Musik og bevægelse, et godt hold, hvor krop og stemme bliver brugt.
 - Samarbejde med fys.skolen, hvor ca. 12 personer på skift er på skolen og fortælle om parkinson og hvor de stud. Så får mulighed for at spørge og lave tests.
 - Spændende besøg på hjælpemiddel centralen. Dette gentages en anden gang.
 - Der har været afholdt Temadag, hvor 40 deltog. Dette gentages igen i april.
 - Vigtig at alle ved de har ret til vederlagsfri fys.
 - Der er lavet en hjemme side her i Kredsen som vi er meget stolte af. Denne styres af Morten Kristensen (vores IT mand).

- Der er godt gang i Netværk og Klubber rundt i Kredsen. Der er tanker om at opstarte i Frederikshavn og Mariager/Fjord.

Beretningen blev enstemmigt godkendt.

5. Aflæggelse af regnskab: Flemming Nielsen aflagde regnskab for 2013. Ved udgangen af året var der en egenkapital på 72.969 kr. Regnskabet blev enstemmigt godkendt.

6. Valg af 3 bestyrelsesmedlemmer: Bjarne Brohus, Kurt Alling og Elsebeth Pedersen. Elsebeth Pedersen ønsker ikke genvalg.

Valg af bestyrelsesmedlem for 1 år, idet Jette Poulsen ønsker at træde ud af bestyrelsen midt i hendes periode.

Følgende stillede op til bestyrelsen: Kurt Alling, Bjarne Brohus, Carl Erik Jensen, Palle Lundtoft og Kirsten Nørbalk

Kurt Alling (37), Bjarne Brohus (32), Palle Lundtoft (32), blev valgt for en 2 årig periode.

Kirsten Nørbalk (31), valgt for en 1 årig periode.

7. Valg af 2 suppleanter: Ulrich Voetmann, ønsker ikke genvalg, Var den eneste supp. Da Elsebeth var trådt ind i bestyrelsen.

Følgende stillede op som supp:

Karl Erik Jensen og Poul Isrelsen. Begge blev valgt for en 1 årig periode. Hanne Møller fik en blomst som tak for det store arbejde hun har lagt i Kredsen i mange år.

8. Indkomne forslag: Der var kommet et forslag fra Hanne Møller, som blev delt ud til alle og oplæst og begrundet af Hanne.

Det handlede om åbenhed og om at referater blev offentlig gjort på kredsens hjemmeside, og at der er flere som deltager i bestyrelsesmøderne. Konklusion: Den nye bestyrelse tager forslaget med til næste bestyrelsesmøde, da der står i i vedtægterne at: Kredsbestyrelsen fastsætter selv sin forretningsorden. Altså er det ikke noget der skal vedtages på generalforsamlingen.

9. Eventuelt: Der kom et forslag til at alle skulle bære navneskilte. Det vil gøre det lettere for nye at kunne se hvad folk hedder. Dette forslag blev der klappet meget af.

Som noget af det sidste foreslog Flemming at vi som bestyrelse lige skulle præsentere os. En stor fejl at vi ikke gjorde det fra starten.

Mette Holst lukkede generalforsamlingen og takkede for god ro og orden.

Referent: Jette Poulsen

Jubilæumsfest

Som det fremgår af opslag andet steds i bladet, inviterer Aalborg Klubben i samarbejde med kredsbestyrelsen til 25 års jubilæumsfest, lørdag 23. august i festlokalerne i Solside Hallen.

Vi håber at rigtig mange af kredsens medlemmer vil deltage i denne fest, som ganske vist kommer med 1 års forsinkelse, men bedre sent end aldrig.

Som sikkert mange af jer ved, blev Parkinsonforeningen startet i 1980, og i de følgende år etableredes der kredsstruktur rundt i det ganske land, her i Nordjylland skete det i 1988.

Vi synes det er en ting der er værd at fejre. Parkinsonforeningen har gennem årene gjort et godt arbejde for at gøre befolkningen opmærksom på hvilke gener og problemer, der er forbundet med at have Parkinson. Det kan bl.a. nævnes at Parkinson nu er kommet med i gruppen af kritiske sygdomme, ligesom vi er omfattet af vederlagsfri fysioterapi. Ligeledes har foreningen gennem sin støtte til forskningen været med til at øge mulighederne for at der på et tidspunkt, og det sker forhåbentligt snart, vil blive muligt at løse gåden om Parkinson, således at man kan forhindre at den overhovedet opstår.

Også på det lokale plan bliver der gjort et godt stykke arbejde for synliggørelse og ikke mindst for at øge de sociale relationer mellem de Parkinsonramte og deres familier. Der arbejdes også for løbende via foredrag, at holde medlemmerne orienterede om, hvor langt vi er kommet i forhold til behandling af sygdommen m.v.

Det sociale er en meget vigtig del af foreningens virke, det kan være svært at holde sine tidligere relation til eks. arbejdskammerater ved lige, når man bliver sygdomsramt og må forlade arbejdet. Så er det godt at der findes nogen, der er i samme situation som en selv, nogen der ved, hvordan man har det. Hvor svært det kan være at få dagligdagen til at hænge sammen. Vi vil gerne være med til at skabe mulighed for at disse relationer kan blive yderligere udbredt til at dække parkinsonfolket på kryds og tværs i hele kredsen. Så mød op til denne jubilæumsfest, som vi håber bliver et tilløbsstykke, rammerne er i hvert fald helt unikke.

Helt nye festlokaler i Solside Hallens restaurant, optræden ved Esther Brohus, lækker mad og til sidst skal vi selv røre benene – og alt dette får I til den lave pris af 200,- Dette beløb betales via netbank til konto 7455-1089399. Det eneste tidspunkt I skal have pungen op på, er når I skal have øl, vin eller sodavand.

Vi glæder os meget til at se rigtig mange af jer.

Kh Vera, Elsebeth og Hanne

Nordjyllandkredsen har afholdt Parkinson skole i Aalborg

Lørdag den 26. april 2014, afholdtes Parkinson skole for parkinsonramte og pårørende. Der var mødt 48 op, til en spændende dag på Hasseris Gymnasium. Gymnasiet stiller 2-3 gange om året gratis lokaler m.m. til rådighed for Nordjyllandkredsens afholdelse af arrangementer.

Dagen startede med fælles morgenkaffe, morgensang og krydret med sjove anekdoter fra bestyrelsesmedlem Bjarne Brohus, der også selv havde lavet en tekst til en melodi, der fortalte om den første tid inden og lige efter diagnosen. En tekst der også vidner om den humor der er en stor del af hverdagen for en kronisk syg.



Herefter samledes alle til et foredrag med neurolog Lorenz Oppel, fra Aalborg universitetshospital. Lorenz Oppel kunne bl.a fortælle om den sidste ny viden omkring stamcelleforskning og søvnproblemer som rigtig mange parkinsonpatienter lider af. En forskning der giver ny viden indenfor behandling af Parkinson.

I frokostpausen blev der mulighed for, at de fremmødte kunne dele erfaringer om alt fra medicin til, hvordan familielivet stadig kan leves selvom et familiemedlem er ramt af parkinson.

Efter frokosten var der mulighed for at høre om fleksjob, pension, hjælpemidler og andre muligheder når du bliver ramt af en kronisk sygdom. Til at bistå med viden de nyeste love og paragraffer var socialrådgiver Lis Larsen, der er tilknyttet Parkinsonforeningen, mødt op.



Dagen blev afsluttet med kaffe og kage og oplysninger om de tiltag der er omkring parkinson.

Der bl.a talt om facebookgrupper for parkinsonramte og deres familie, yngre cafe i frivillighuset i Aalborg hver den første tirsdag i måneden, samt vigtigheden af regelmæssig træning og om det social samvær der foregår i klubberne.

Parkinsonforeningens 25 års jubilæumsfest

Lørdag 23. august 2014

Aalborg Klubben afholder i samarbejde med kredsbestyrelsen
jubilæumsfest for alle regionens medlemmer.

Solsidehallens restaurant, Lerumbakken, Nr.sb.



Vær med som de første til at tage Hallens nye
handicapvenlige festlokaler i brug.

Vi mødes kl. 15.30 til kaffe/te og lidt mundgodt

Kl. 16.30 Esther Brohus med Band

Kl. 18.00 Festbuffet med årstidens friske fristelser.
Derefter kaffe/te og frugttærte.

FINALE: Line-dance med vores kendte dygtige instruktør

PRIS: 200 kr. pr. person for hele arrangementet. Excl. Drikkevarer.

TILMELDING senest fredag 7. august

Tilmelding via indbetaling af 200 kr./pers via NETBANK
til konto: 7455-1089399

HUSK at skriv deltagernes navne på meddelelse til modtageren.
Dette er meget vigtigt, da vi ellers ikke kan registrere
hvem der er tilmeldt.

Vi glæder os til at se jer

Elsebeth tlf. 30294228, Vera tlf. 61273552, Hanne tlf. 40864188

En historie om at have Parkinson

Er du beruset, dette spørgsmål er et af mange, der ofte stilles Parkinson patienter, et spørgsmål der virker ydmygende for den enkelte når spørgsmålet stilles i det offentlige rum.

Vi har i vort netværk i Hjørring drøftet »erfaringer« fra vor dagligdag vort »skjulte« handicap.

Transport med bus, her mødes vi ofte med irritation fra chauffør og medpassagerer, er du beruset, eller bare langsom. I taxa er vi blevet nægtet transport, da chaufføren tror vi har drukket.

Når vi skal ud at flyve, stiller vi i lufthavnen op i rækken til sikkerhedscheck, tøm lommer, af med bælte, vise bording pas, gennemgå sikkerheds scanning, huske at få sine effekter med igen, sit bælte, hvis man ikke har tabt bukserne, en stor udfordring, men lykkelig for at være sluppet igennem og nu på vej ud i den store verden.

I dagligdagen når man køber ind, høres ofte kunders irritationer over ens langsomhed, ja der var en yngre Parkinson patient der i kassekøen hørte to kunder snakke »ja det er sørgeligt at sådan en nydelig dame er beruset så tidligt på dagen«.

Hvordan synliggør vi vort handicap. I Hjørring har et af vore medlemmer fået fremstillet badges, med teksten »Vis hensyn jeg har Parkinson«. Disse badges har allerede vist sig succesfulde, det giver en god forståelse for vor ageren i dagligdagens situationer.

Badges kan bestilles på mail voetmann@c.dk og koster kr. 30.00 inkl. forsendelse. Beløbet indbetales på konto 5479 7896494, når pengene er modtaget fremsendes badgen.



Niels Amdal

DHL-stafet 2014

DHL STAFETTEN 2014 ONSDAG DEN 27. AUGUST KL.18.00

Kom og vær med til en dejlig aften i kildeparken i Aalborg.

Tilmeld familie, venner og naboer,
så sammensætter vi antal hold efter antal deltagere.

Vi deltager med både løbe- og gåhold.

Der er 5 deltagere på hvert hold og der er 2 forskellige ruter
til henholdsvis løbe- og gåhold.

Hvert hold får udleveret vand, madkurv, vin og en fakkell.

Vi har igen i år lejet et telt på pladsen og her er der hygge
i fakkelskær under og efter løbet.

Parkinsonforeningen betaler tilmeldingsgebyr og en trøje til alle deltagere.

Tilmelding senest 1. august (meget gerne før) til:

Jørgen Nørbalk på mail: jrgennrbalk@yahoo.dk eller Tlf.: 2180 1430
Kirsten Nørbalk på mail: jrgennrbalk@yahoo.dk eller Tlf.: 2184 4952

Ved tilmelding oplys venligst (på alle deltagere):

Fornavn, efternavn, distance (gå eller løb km) og ønsket trøjestørrelse



Marathonløber deltager i DHL-stafetten

for Parkinsonforeningen Kreds Nordjylland

Mogens Pedersen, stiller for fjerde år i træk op for Parkinsonforeningen ved årets DHL-stafetløb i Kildeparken i Aalborg.

Mogens fylder 50 år i august og fejrer sin fødselsdag med at løbe maratonløb nr. 500 i Aars tirsdag den 12. august 2014.

Mogens Pedersen løber mellem 5 – 8 marathonsløb om måneden og når der ikke er marathonsløb, løber han 12-15 km næsten hver dag.



»Jeg startede med at løbe, da jeg fik børn. Før spillede jeg håndbold, men det blev for besværligt, da børnene kom ind i billedet. Så var det nemmere at løbe sig en tur, når det lige passede ind i programmet«, siger Mogens, der i 1992 løb sit første marathonsløb.

Herefter gik der 3 år inden det næste og der gik yderligere 2 år før de næste. »Efter de første 10 marathonsløb blev jeg for alvor bidt af distancen. Der er noget helt fantastisk ved at presse kroppen til det yderste,« siger Mogens og fortsætter: »Der er gået konkurrence i det for mig«. Jeg løber for at presse mig selv og for at se, hvor mange marathonsløb jeg kan komme op på.

For mig gælder det ikke om at blive hurtigere, men at gennemføre flest muligt og derfor løber jeg ikke efter nogen specielle løbeprogrammer. Jeg har ikke behov for at restituere så meget som mange andre. Løber jeg et marathonsløb den ene dag, er det ikke noget problem for mig at løbe 15 km dagen efter«.

Mogens spiser ikke meget anderledes end andre almindelige motionister. Han lever af en almindelig, sund og varieret kost og skal faktisk passe på, han ikke tager på:

»Det lyder nok en smule underligt for de fleste, men faktisk skal jeg passe på min vægt. Det hænger måske sammen med, at jeg som barn var svært overvægtig, og der er måske nogle fedtceller, der holder ved«, siger han og fortæller, at selv ikke et marathonskræver den store energimængde:

»Når jeg løber et marathonskræver, løber jeg som regel med en enkelt energidrik og eventuelt nogle salttabletter. Jeg har aldrig været afhængig af energibarer eller gel'er. Måske løber jeg bare utrolig meget »på literen«, siger han og smiler.

Mogens er efterhånden et kendt ansigt indenfor løbeverdenen og har fået en masse gode venner, som deler samme interesse. »Vi er én stor familie, som nyder samværet omkring løb, men som også ses privat og hygger os med god mad og røverhistorier«, siger han og griner.

»Jeg er meget glad for at være med til at synliggøre Parkinsonforeningen, og sætte fokus på betydningen af motion som medicin«, siger Mogens Pedersen, som deltager sammen med den lokale Parkinson klub Netværk Vesthimmerland. Klubben arrangerer fælleskørsel til DHL stafetten hvor man mødes med de andre løbere fra hele Kreds Nordjylland i parkinsonforeningens telt i Kildeparken.

Der er 5 løbere på hvert stafethold og Mogens Pedersen løber på lige fod med alle andre på holdet 5 km, men selvfølgelig snupper Mogens gerne en eller endda to ekstra ture hvis der mangler en løber på et af holdene.

Flemming Glerup Nielsen

En fantastisk danseuge på Club La Santa

Min fortælling om turen til Club La Santa er kun en brøkdel af det, jeg oplevede på La Santa.

Jeg rejste fra Billund lufthavn fredag den 10. januar 2014, kl. 07.00. Efter 5 timer landede jeg på Lanzarote. Jeg fik min kuffert og fandt personalet fra Green Team. De stod med nogle skilte i ankomsthallen. De fortalte mig hvor bussen der kørte ud til Club La Santa holdt. Jeg fandt bussen og endelig kørte vi. Ved ankomsten blev jeg mødt af to smilende og meget hjælpsomme kvinder. Det var Elisabeth og Anne-Mette. De to havde på forhånd tjekket os ind i vores lejligheder. De fortalte kort, hvad planen for resten af dag var.

Elisabeth og Anne-Mette fulgte hver især hen til deres lejlighed. Jeg skulle bo sammen med Annie. Hun ville ankomme med fly fra Kastrup Lufthavn, derfor ankom hun senere. Annie og jeg havde ikke kendt hinanden ret længe. Vi mødte hinanden første gang i december 2013 og vi rejste til Club La Santa i januar 2014. Jeg var meget spændt på, hvordan det ville komme til at gå med os to, sammen. Men det gik godt. I dag er vi rigtige gode venner. Annie ankom kl. 13.00. Vi fik begge pakket ud og fik lidt at spise.

Derefter var der informationsmøde omkring ugen på La Santa. Vi mødte alle op stille og lidt generte. Men det ændrede sig ret hurtigt. Alle var nemme at snakke med. Elisabeth gennemgik ugens program som indeholdt: Morgengymnastik, morgen-gåtur, dans, vandaerobics, afslapning, foredrag, fællesspisning. Vi havde selvfølgelig også tid, hvor vi selv kunne bestemme hvad vi ville lave.

Morgen-gymnastikken var en helt specielt oplevelse. Hver morgen klokken lidt i otte kunne man høre melodien: What A Wonderful World. Folk begyndte at komme ud fra deres lejligheder og gå mod pool området. Klokken 8 kom der en instruktør og så gik vi i gang. Det var bare fantastisk at se så mange mennesker stå og lave gymnastik, imens solen kom frem. Øvelserne vi lavede var fra 1983 hvor Club La Santa åbnede. Det er det samme gymnastikprogram hver morgen året rundt, undtagen d 1. jan. Man måtte ikke ændre gymnastikprogrammet for det er en del af Club La Santa.



Snakken kom godt i gang under informationsmødet. Det var rart at have mødt alle dem, som var med på turen. Vi fik set meget til hinanden i løbet af ugen.

Hver dag efter morgengymnastikken var der morgengåtur, hvor vi var delt i to grupper. En gruppe med Elisabeth og en gruppe med Anne-Mette. De morgengåture nød jeg meget, for her gik man to og to. Andre gik flere sammen. Vi fik nogle gode »snakke« om alt mellem himmel og jord. Jeg valgte hver morgen, at gå med nogle andre end dagen før. Det gjorde jeg for at lære så mange som muligt at kende. Det var rigtig hyggeligt.

Efter vores morgengåtur havde vi fri i 1,5 time, hvor vi kunne gøre lige, hvad vi ville. Annie og jeg valgte gerne at spise lidt mere morgenmad for derefter at gå på indkøb i det lokale supermarked som er ganske udmærket. Det havde alle mulige dagligdagsvarer bl.a. noget rigtig godt hjemmebagt brød. Vi valgte at spise på stedets restauranter. De var gode til rimelige penge.

Endelig skulle vi danse. Dansen foregik udenfor på The Lawn, hvor der var udsigt ud over havet og bjergene. Det var ganske smukt. Det bragte

en i en helt specielt stemning, når man dansede til noget smukt musik følte jeg pludselig at jeg svævede, gav slip og nød bare at danse. Det var en helt utroligt følelse man havde i kroppen. Vi fik sved på panden da det er hårdt at træne balance og koordination. Vi fik alle grinet, når vi fumlede i dansetrinene. Nogle valgte at danse alene og andre dansede to og to. Jeg så, hvordan folk efterhånden bare gav slip og nød dansen. De fik smilet frem på læberne og de strålede om kap med solen. Alle mødte gerne op til dansetimerne 15 minutter før timen begyndte. Det viste blot hvor glade folk var for at danse.

Det kan jeg/vi takke Elisabeth og Anne-Mette for. De formår at få folk til at føle livsglæden ved at danse. De går lige ind i ens hjerte. Man kan kun komme til at holde af dem begge to. De gav mig en oplevelse for livet, som jeg aldrig vil glemme. Det vil jeg ønske for alle, at få lov til at opleve. Jeg tager selv af sted igen til Club La Santa til januar 2015. Jeg glæder mig helt vildt.

Jeg har givet Jer et lille indblik i min tur La Santa. Håber I kan bruge det og at I nu har lyst til at tage af sted.

Hilsen Dansepigen Tina

Ref. af årsmøde i Hjørring klubben

afholdt i VENDIAHALLEN, 17. marts 2014 kl. 15.30.

Der var mødt ca. 30 medlemmer op i Vendiahallen, de fleste vel nok for at høre Tina Raun Niensens foredrag, der er underholdende men så sandelig også et foredrag som kunne kalde tårerne frem. En stor tak til Tina.

Der blev herefter afholdt årsmøde, og her blev Niels Amdal og Agnete Voetmann valgt.

Konstituering af bestyrelsen er følgende:

Formand: Agnete Voetmann Müller

Næstformand: Niels Amdal (Nyvalgt)

Kasserer: Ulrich Voetmann

Sekretær: Arthur Hassing

Suppleant: Børge Skovbo

Bestyrelsesmedlem: Kent Sørensen

Bestyrelsesmedlem: Else Marie Nielsen

Bestyrelsesmedlem: Henny Stadel.

Der blev bla. drøftet om vi skal arrangere »CafeMøder« og om hvor vi skal afholde møderne fremover. Der kom flere gode forslag men valget faldt på Biblioteket. Agnete undersøger mulighederne.

Pressen inviteres samt »fodres« med redaktionelt stof (Niels).

I lighed med øvrige år, afholdes der sommerfest.

Se indbydelsen til SOMMER GRILL-fest torsdag den 26. juni 2014 kl. 15.00, på www.parkinord.dk.

Ligeledes afholder vi julefrokost den 27. november 2014 kl. ca. 12.00, herom senere.

Med hilsen fra Hjørringklubben

Hjørring klubben - Udflygt

Sommerudflugt til Lille Vildmose Centret

Hjørring Klubben planlægger at lave en sommerudflugt for alle, der har Parkinson, samt deres nærmeste pårørende, til Lille Vildmose Centret i Østhimmerland.

HVORNÅR: Mandag den 25. august 2014, kl. 10.00

Der er planlagt afgang fra Hjørring, fra parkeringspladsen hos A-Z.

Der vil være følgende program for dagen:

Kl. 10.00 – 11.30: Transport til Lille Vildmose via Hals-Egense færgeren

Kl. 11.30 – 12.00: Naturfilm i centrets biograf (Inkl. i entréen)

Kl. 12.00 – 13.00: Frokost i cafeen: 3 stk. snitter inkl. 1 øl/vand

Kl. 13.00 – 15.00: Guidet bustur rundt i mosen i egen bus,
(kørsel + færdsel til fods)

Kl. 15.00 - 15.30: Kaffe og kringle i cafeen

Kl. 15.30: Vi kører atter hjemad, via Aalborg

Ca. 17.00: Forventet ankomst i Hjørring, A-Z parkeringsplads.

EGENBETALING: 155,- Kr. per person.

TILMELDING hos:

Arthur Hassing, mobil 20 11 41 00 eller på jytteogarthur@gmail.com

Kent Sørensen, mobil 30 70 88 88 eller på ringsholt@has.dk

SIDSTE TILMELDINGS DATO: Lørdag den 16. august 2014

OBS: Egen kikkert samt praktisk påklædning og fodtøj kan med fordel medbringes.

Turen kan også ses på www.parkinord.dk på aktivitetskalenderen.

**Håber at se mange medlemmer
- VEL MØDT**



Café Parkinson



FOR DIG SOM ER PARKINSONRAMT OG FOR DIG SOM ER PÅRØRENDE

Hjørring Klubben, der er én af klubberne i »Parkinsonforeningen Region Nordjylland«, vil gerne starte en netværks-café op i Hjørring.

Vi har derfor besluttet, at lave café-møder i Frivilligcenter Hjørring, Østergade 9, Hjørring.

Vi har besluttet, at der vil blive afholdt Café-møder på følgende datoer igennem resten af året.

Mandag den 4. august 2014, kl. 15.00 – 17.00

Mandag den 8. september 2014, kl. 15.00 – 17.00

Mandag den 6. oktober 2014, kl. 15.00 – 17.00

Mandag den 3. november 2014, kl. 15.00 – 17.00

Mandag den 1. december 2014, kl. 15.00 – 17.00

Der serveres kaffe/the og kringelkage. Pris 15,00 kr. per deltager.

Vi har reserveret Cafeteriet i håb om, at der kommer mange Parkinson ramte, som vil være med til at opbygge netværket.

Tilmelding:

Da vi skal bestille kaffe/the og kringelkage med flere dages varsel, ønsker vi tilmelding til arrangementet senest 1 uge før, til enten:

Arthur Hassing, mobil 20 11 41 99 / jytteogarthur@gmail.com
Eller Kent Sørensen, mobil 30 70 88 88 / ringsholt@has.dk

Netværk Vesthimmerland

Så skinner solen og vi har taget hul på sommeren og efterårets arrangementer i Netværk Vesthimmerland.

Vi mødes første mandag i måneden under biblioteket i Aars kl 14-17, hvis andet ikke er aftalt.

Netværk Vesthimmerland er en lokalklub under Parkinsonforeningen Kreds Nordjylland og alle i kredsen er velkommen til vore arrangementer. De sidste 3 gange vi har mødtes har der været nye med til vores hygge eftermiddage og der er stadig plads til flere.

Hvad laver vi så, når vi sådan mødes. Det er meget forskelligt, alle har mulighed for at foreslå hvad der skal ske, men et er næsten blevet sikkert, vi spiller Boccia, et spil hvor alle kan være med og næsten alle er med. Kuglerne triller frem og tilbage i lokalet og der bliver målt med målebånd for det skal jo gå rigtig til. Efter spillet drikker vi kaffe og snakker om løst og fast. Tit kommer vi ind på sygdommen og forskellige symptomer og her kan vi virkelig hjælpe hinanden, med de forskellige erfaringer vi har gjort os gennem tiden med sygdommen. En uvurderlig hjælp. Den bedste hjælp og forståelse får man af nogle som selv har det samme problem.

Foreløbig aktivitetsliste for resten af året:

Mandag den 4. aug. 2014 kl. 14.00: Udflugt til Vilsted sø med kaffekurv. Mødested: Biblioteket hvor vi fylder bilerne.

Onsdag den 27. aug. 2014 kl. 18.00: DHL staffet
Samkørsel til Kildeparken, Aalborg

Mandag den 1. sep. 2014 kl. 14.00: Netværks cafe under biblioteket.

Mandag den 6. okt. 2014 kl. 14.00: Besøg hos Aars Fysioterapi.

Mandag den 3.nov. 2014 kl. 14.00: Netværks cafe under biblioteket.

Mandag den 1. dec. 2014 kl. 13.00: Julefrokost.

Parkinson fysioterapi hold: Hver onsdag (Hold 1 kl. 11.00-12.00) og (hold 2 kl. 12.00-13.00.)

Svømning og vandgymnastik: Hver anden torsdag i ulige uger kl 14.00 – 15.00. - Sted: Aars svømmehal.

Yderligere oplysninger:

Mona og Gunnar Kristensen, tlf. 9862 3477

Jette Poulsen, tlf. 2945 3221, Flemming Nielsen, tlf. 4037 7343

Merethe V. Olsen, tlf. 9862 5543

Klub Himmerland

Foråret og sommeren er på vej, det er bare om at nyde de lyse timer.

Vi har overstået generalforsamlingen, hvor vi fik Anne Marie Ladegaard ind i bestyrelsen, det var vi glade for.

Vores næste arrangement er det sædvanlige motionsarrangement på Katbakken i Øster Hornum, hvor vi mødes til kaffe, hygger og går tur for derefter at slutte af med Grill-pølser. En dag, som alle ser hen til.



Vi taler også om, at vi måske til forandring vil have en hyggedag, hvor vi får lidt at spise, men det kommer senere.

Det er dejligt, at rigtig mange har afleveret deres mailadresse, så vi kan komme i kontakt med hinanden meget hurtigt.

Vi har på vores gymnastikhold lavet en »Selvhjælpsgruppe«, der før gymnastik mødes og snakker om, hvilke problemer vi evt. har eller har et emne, som vi taler om.

Det er nogle gode timer, som vi alle nyder.

Jeg ønsker jer en rigtig god sommer.

Lena Blicher

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



Vi arrangerer cafe-møder i Nordjylland, første tirsdag i hver måned (dog ikke i juli, august og december)

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
- at arrangere »ture« (spisning, biffen, koncerter og lign.)
- at arrangere foredrag
- 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« og du er velkommen uanset alder.

Fremtidige cafe-møder kan ses på www.parkinord.dk
(under aktiviteter/kalender)

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*

Net Øst, Østvendssyssel

Lille Vildmose-tur

Vi pakkede rygsækken med hjemmelavede håndmadder, en god kikkert og øverst i rygsækken et ordentlig lag godt humør.

Turen gik til Lille Vildmose og vi kørte i »samlet flok« i vore private biler.

Hvad fik vi så at se på denne tur:

Lille Vildmosecentret, Tofte Fenner, Lille Sø, Opdyrket Mose, Højmose, Remisen, Mulbjerg, Stejlgabet, Fiskeriets historie, Udsigtspunkt og Vildokse projektet.

Med alle disse spændende »stjernepunkter«, blev det en fantastisk oplevelse. Der deltog ca. 25 styk incl. pårørende.



Net Øst- gruppen har mange gode forslag og ideer til fremtidige arrangementer/ture. F.eks arbejdes der på at arrangere en tur til en sommerrevy.

Hold øje med www.parkinord.dk, her vil vore arrangementer komme i aktivitetskalenderen.

Opstart af Parkinson Yngre Nord og Yngre Café

I sommeren 2013 var der indkaldt til møde i Silkeborg da facebook-gruppen »face parkinson« medlemmer havde givet udtryk for at de ønskede sig et mødested for yngre parkinsonramte. På det tidspunkt havde vi talt om det samme her i Nordjylland. Da mødet i Silkeborg var holdt, havde vi lovet at arrangerer Cafe-møder her i Nordjylland.



Noget af det vi talte om, var at mange af de arrangementer der tilbydes ofte er i formiddags-/dagtimerne hvor mange yngre kan have svært ved at deltage, fordi de stadig er på arbejdsmarkedet.

Vi var ret enige om, at det skulle være i Cafeform og hvor der ikke er programsatte aktiviteter; det er dem der kommer der sætter dagsordenen. Vi håber så at Caféen kan medføre flere forskellige aktiviteter som det ses i de andre klubber.

På det tidspunkt regnede vi med at det skulle være en yngre Cafe og ikke andet, men da vi forelagde vores planer for Kredsbestyrelsen i Nordjylland mente bestyrelsen at tiden var inden til at lave en yngreklub. Så bestyrelsen foreslog at vi oprettede en klub og så lod Caféen være opstarten på klubben. Efter lidt overvejelser omkring det, sagde vi ok det gør vi. Så nu var Parkinson Yngre Nord en realitet.

Vi tog kontakt til De Frivilliges Hus i Aalborg der stiller lokaler og hjælp til opstart gratis til rådighed og så var vi i gang med at planlægge det første Cafe-møde.

Vi lavede en reklame for Caféen på www.parkinord.dk, i parkiposten, hængte sedler op hos læger, fysioterapeuter, på facebook og på Neurologisk ambulatorium hvor neurologer og parkinson sygeplejersken var med på idéen og gjorde god reklame for os.

Det var med nogen spænding vi indbød til første Cafe, tirsdag den 1. april 2014.

Det har indtil videre været en succes, vi kan næsten ikke få armene ned. Der har de 3 første gange været 11 »gæster« i gennemsnit. Ikke mindst har der været en del forbi som måske ikke lige hører under kategorien for en yngre cafe, men blandingen af de lidt yngre og de lidt »mere erfarne« har givet rigtig meget for alle de fremmødte. De fremmødte er både parkinsonramte og pårørende.

Der holdes sommerferie i juli og august, men fra den 1. september kører vi igen den første tirsdag i hver måned. Caféen er åben mellem kl. 16.00 og 18.00, så man kan komme når det passer bedst i forhold til arbejdstider og familieliv. Der er altid kaffe/te på kanderne.

Husk: Alle er velkomne uanset alder.

Hold dig orienteret på www.parkinord.dk om ændringer m.m.

Jette, Tina og Morten

Parkinson Unity Walk 2014

Den 23. maj 2014 tog Tina Raun Nielsen, min hustru Gitte og undertegnede mod København for at deltage i dette års Parkinson Unity Walk (PUW) som i år var den 24. maj.

Vi »afleverede« Tina hos en veninde i Slagelse, hvorefter vi selv fortsatte til den hytte vi havde lejet for weekenden på FDM campingpladsen Tangloppen. Her mødtes vi med vores yngste datter og svigersøn. Vejret var godt og humøret højt, det var andet år vi alle skulle deltage i PUW og forventningerne var skyhøje.

Lørdag den 24. maj kørte vi mod Nytorv i København, for at mødes med alle de andre som havde valgt at deltage, men ikke nok med det, jeg havde den personlige glæde at min datters svigerforældre og en tidligere arbejdskollega mødte op for at deltage.

På Nytorv startede vi PUW med indledende taler, sambamusik, dans og et rigtig godt vejr. Vi havde underholdning af Frank Hvam som på hans sædvanlige sjove måde, holdt en »tale« omkring emnet »at blive Kap-tajn for et cykelhold«. I parkinson-regi er der et cykelhold, hvor det er lykket at få Frank Hvam til at cykle med og stille op når der skal skabes opmærksomhed/blikfang. Cykelholdet cyklede inden dagens gåtur en rundtur i København, for at skabe opmærksomhed omkring PUW.

Herefter startede gåturen fra Nytorv til Kongens have (små 3 km.), vi kom rundt i Københavns flotte gader og så bl.a. Christiansborg, Nationalbanken, Nyhavn, Hotel d'Angleterre og mange andre flotte bygninger. En rigtig flot tur med masser af oplevelser. Bilisterne måtte pænt vente på at optoget krydsede diverse »knudepunkter«, men det lykkedes de mange hjælpere at få optoget sikkert frem til Kongens have, stort set uden »sure« bilister og buschauffører.

Efter gåturen ankom vi til Kongens have hvor vi fandt en god plads på græsset hvor vi kunne spise vores medbragte frokost eller købe sandwich og drikkevarer og hygge os inden programmet startede på scenen. Der var i det hele taget en afslappet stemning hvor folk gik og talte sammen og hilste på nogen de ikke havde set længe.

På scenen var det Camilla Nørgaard fra TV2-sporten der bandt dagen sammen. Hun blev i øvrigt udnævnt til ambassadør for Parkinsonforeningen.

Underholdningen startede med at musikgruppen På Slaget 12 spillede mange af deres kendte hits, den »opvarmning« blev efterfulgt af danseopvisning, af dem der havde været med Anne Marie Rasmussen og Elisabeth Dalsgaard på La Santa Sport, herefter spillede På Slaget 12 igen op og opfordrede folk til at danse.

Min yngste datter havde 3 uger før PUW taget kontakt til Folketidende (svarer til Nordjyske) og fået lavet et interview/artikel omkring det, at have en far med parkinson og om hvor vigtigt det er at gøre opmærksom på parkinson.



Med overskriften: »Gå med Rikke og farmand« opfordrende Rikke til at man mødte frem til PUW og budskabet blev taget godt imod og gav rigtig mange henvendelser fra børn og unge af parkinsonramte, der efterfølgende kontaktede Rikke.

Mange glade minder og oplevelser rigere kørte vi mod campingpladsen for at fordøje årets oplevelser fra PUW 2014.

En ting er helt sikker, vi kommer igen næste år og glæder os allerede.

Morten Kristensen

Parkinson Unity Walk 2014

Da vi i weekenden 23. – 25. maj skulle til København for at passe vores 2 børnebørn på 4½ år, besluttede vi os for at tilmelde os Parkinson Unity Walk, når det nu var så heldigt, at vi kunne forene de to ting.

Det fremgik af foromtalen at der var tale om en rigtig hygge-tur både for børn og voksne. Som jeg havde opfattet det, var der undervejs aktiviteter for børn; men jeg må indrømme at der nok er tale om en overfortolkning.

Det er nok rigtigt, at det var hyggeligt for de voksne at kunne gå og snakke sammen under turen og siden nyde frokosten i Kongens Have i selskab med ligestillede.

Turen var tilrettelagt sådan at man skulle passere trafikerede gader i en uendelighed. Jeg vil tro man kunne have gjort ruten mere fodgængervenlig uden at det gik ud over synligheden, for det er jo det det handler om, at vi skal være synlige i gadebilledet, og det er en rigtig god ide.

Der var rigtig god musik både ved start og undervejs i turen, men det var ligesom ikke nok til at adspredde et par småpiger, så vi valgte at lave vores egen rute. Da vi passerede Christiansborg skrædede vi over til Strøget og videre ned ad det, og så via Ny Østergade til Kongens Have. Her fik vi en ganske lækker frokost.

Efter en ½ times tid kom resten af optoget med fuld musik.

Vi kunne desværre ikke blive til musikken med På slaget 12, der til rakte tålmodigheden hos de små ikke.

Jeg vil sige, at der var tale om et arrangement, der havde de bedste intentioner, men desværre, efter min mening, kom til at sætte sig mellem 2 stole. Jeg tror godt man kunne arrangere det sådan at det tilgodeså såvel store som små. Hvad med lave nogle sanglege, konkurrencer m.v. når man var kommet i mål? Det ville ryste alle sammen såvel voksne som børn, og måske ville det også trække større publikum til, for ideen er rigtig god, og bør følges op, god ideer med t-shirtsene. Det burde bare være den mest naturlige ting i verden, at alle deltagerne havde en sådan på, så man blev mere synlig i gadebilledet.

Hanne Møller

PS: Dette skal ikke opfattes som en kritik af arrangementet; men derimod som et forsøg på at gøre det mere brugervenligt, og dermed tiltrække flere deltagere. Og så lige et sidste pip: Det var det mest pragtfulde vejr til turen, hvis der var mulighed derfor ville det have gjort »pinslerne« for de små mindre, hvis man kunne købe is.

Fodbold for parkinsonramte

Tidligere i år prøvede Ken Møller at samle et hold til parkinsonfodbold, det lykkedes desværre ikke.

Fra kredsbestyrelsen tog vi med »kyshånd« imod Ken's initiativ om at stå for koordineringen af et hold fra Nordjyllandskredsen, initiativet afstedkom mange forskellige reaktioner.

Det kom meget bag på bestyrelsen, at et par medlemmer, mente vi hånede syge mennesker der knap nok kan børste tænder. Beskeden var hvordan vi troede at parkinsonramte kan spille fodbold.

Vi vil fra bestyrelsens (og Ken Møllers) side slå fast at det på ingen måde var for at genere eller »håne« nogen, men med gode intentioner. Det er fodbold på de præmisser, vi som parkinsonramte har mulighed for.

Vi er alle nød til at huske på, at vi er mange medlemmer, der er på forskellige funktionsniveau og derfor kan der godt være nogen der kan spille fodbold eller lignende.

Andre havde problemer med den lange transport til Aalborg. Det er selvfølgelig ikke let at komme fra Skagen eller andre steder langt væk til Aalborg for at træne fodbold, men da initiativtageren er fra Aalborg er det naturligt at det første hold »springer« ud i og omkring Aalborg. Håbet var/er så at der andre steder i kredsen kunne laves et eller flere hold.

Ide'en til et fodboldhold opstod da Ken læste om et fodboldhold i Valby, her mødes en lille flok parkinsonramte til træning hver torsdag.

Det fremgår tydeligt af et indlæg i Parkinson nyt, at det har de det godt med.

De efterlyser modstandere fra andre dele af landet, så der kan laves en stævnedag. Der afvikles således allerede i år et stævne i juni måned, desværre uden et hold fra Nordjylland.

Ken har mod på at prøve at starte et hold op til foråret og der vil komme yderligere info om det i næste Parkipost i løbet af efteråret.

Er der andre der har lyst til at samle et fodboldhold eller andet, vil bestyrelsen gerne være behjælpelige med at få formidlet budskabet, både i vores blad, via hjemmesiden www.parkinord.dk og via mail.

Facebook og parkinson

Gruppens navn: Parkinson pårørende

Gruppen er for pårørende der har behov for at have et netværk med andre ligestillede og siden er en lukket side, så man kan skrive uden andre læser hvad man skriver kun andre der står i samme situation.

Søg på facebook efter »parkinson pårørende“ eller brug linket: <https://www.facebook.com/groups/121647048011266/>

Gruppens navn: Børn af parkinsonramte (Børn under 30 år)

Denne gruppe er for os, som er børn af parkinson ramte forældre. Her kan vi komme ud med vores frustrationer og spørgsmål og hvad der nu ellers er på hjertet. Den er lukket så ingen ud over os i gruppen vil kunne læse indholdet.

Søg på facebook efter »børn af parkinsonramte« eller brug linket <https://www.facebook.com/groups/550674208374046/>

Gruppens navn: Face Parkinson

Face Parkinson er en gruppe for Parkinsonramte der har fået diagnosen Parkinson i en yngre alder end normalt. Formålet med gruppen er at skabe kontakt mellem den yngre del af de Parkinsonramte. At have et forum hvor man trygt kan stille spørgsmål omkring sygdommen, udveksle erfaringer og give gode råd.

Gruppen er kun for Parkinsonramte og deres ægtefælle/partner. Der er dog en lille håndfuld fagfolk som bl.a. fysioterapeut og talepædagog. De er med da de kan bidrage med nyttig ny viden.

Gruppen er en lukket gruppe. Det skal forstås på den måde, at alt hvad der bliver skrevet på væggen kun kan ses af medlemmerne. Engang imellem kan et opslag optræde på ens egen startside, men det er stadig kun medlemmerne af gruppen der kan se opslaget.

Søg på facebook efter »face parkinson« eller brug linket: <https://www.facebook.com/groups/yngrfacegruppe/>

Gruppens navn: Parkinsonforening Danmark

Søg på facebook efter »parkinsonforening danmark« eller brug linket: <https://www.facebook.com/parkinsonforeningen.danmark>

Nordjysk kampagne skal styrke den fremtidige behandling af sygdomme



For at få ny viden om sygdomme og blive bedre til at behandle dem, er det vigtigt at forske på mennesker. Kun gennem forskning, kan man blive bedre til at forebygge, diagnosticere og behandle sygdomme.

Faldet i antallet af forsøgspersoner i Danmark kan derfor få alvorlige konsekvenser. En målrettet indsats skal få flere nordjyske borgere til at melde sig.

Hvis den negative udvikling ikke vendes, kan det betyde mindre erfaring og langsommere implementering af ny medicin og viden.

Derfor er der sat en nordjysk kampagne i gang, der sætter fokus på vigtigheden af, at nordjyderne tager stilling til, om de ønsker at deltage i kliniske forsøg - enten som helt rask eller som patient inden for et specifikt sygdomsområde.

Trygt at gøre en forskel

Det kan resultere i personlig tryghed og bedre medicin på apotekets hylder, når forsøgspersoner som Mads Thomsen og Hans Peter Jensen deltager i forskningsprojekter.

Mads Thomsen har været forsøgsperson i et halvt år, hvor han lægger krop til enten placebo eller ny medicin, der kan sænke kolesteroltallet. Det indebærer lægeundersøgelse, blodprøvetagning, hjertekardiogram og blodtryksmåling.

»Jeg gør det, fordi jeg gerne vil være med til at gøre en forskel og få bedre medicin på hylderne. Men jeg ville jo lyve, hvis jeg sagde, det ikke er for min egen skyld også. Jeg er helt vild med den tryghed, det giver, at nogle holder øje med mig.«

Mads Thomsens far og farfar døde begge af blodpropper i en tidlig alder. Derfor fik han vurderet sin egen risiko allerede som 30-årig.

»Jeg er glad for at medvirke, og jeg vil opfordre alle til at melde sig, hvis de har tid.«

Hans Peter Jensen har været skrevet op som organ- og bloddonor de sidste 30 år. De seneste år har han også deltaget som forsøgsperson i forbindelse med afprøvningen af ny diabetesmedicin.

»Jeg har altid gerne villet gøre noget for andre frivilligt og uden bagtan-ker. Det her drejer sig for mig ikke først og fremmest om at gøre mig fortjent til selv at få gavn af ny medicin, men om at være en del af og bidrage til et godt samfund.« forklarer han.

Alternativer til den medicin vi anvender i dag

Der arbejdes derfor kontinuerligt på at udvikle behandlingsmetoder og ny medicin – og det kræver mange forsøgspersoner. 30.000 forsøgspersoner deltager på verdensplan i det forsøg, som Mads deltager i, hvoraf 11 forsøgspersoner er tilknyttet Aalborg Universitetshospital.

Kampagne skal rekruttere forsøgspersoner

- Kampagnen »Gør en forskel – bliv forsøgsperson« blev skudt i gang d. 28. april 2014 og løber frem til d. 31. august 2014.
- Her opfordres både patienter og øvrige borgere til at tage stilling til, om de vil være forsøgspersoner.
- Kampagnen vil være synlig i busser, gennem tv-spots og i bybilledet generelt. Repræsentanter for kampagnen vil ligeledes komme på besøg på alle regionens sygehuse.
- Borgerne vil kunne følge kampagnen på www.blivforsogsperson.dk.
- Kampagnen kan ses på samtlige sygehusafdelinger i Region Nordjylland, hvor plakaterne til kampagnen er hængt op.

En sang om parkinson

Bjarne Brohus har forfattet en sang der fortæller om den første tid inden og lige efter han fik diagnosen Parkinson. En tekst der vidner om hvor vigtig det er med humor i hverdagen for en kronisk syg. Sangen blev bl.a sunget ved sidste parkinsonskole den 26. april på Hasseris Gymnasium.

En sang om parkinson

*tekst: Bjarne Brohus - arr: Lars Harbo - mel: Olfert Jespersen
(Jeg elsker den gamle, den vaklende rønne)*

For nogle år siden gik jeg rundt og følte
mit hoved' er mærk'ligt, hvad er der mon galt?
min livsglæde kunne godt bliv' maltrakteret
jeg skriver mig ud af det med nogle vers

På vej hen til lægen mit hoved det tænkte:
Hvad kan jeg mon fejle? En grim svulst? Åh nej!
Det døde min bror af, kan dette mon smitte?
Hold op med de tanker! Det er blot lidt stress

Jeg satte mig inderst i konsultationen
jeg så på de andre, de skrantede lidt
Det gav mig humøret - tilbage - bare synet
af andre der havde det skidt lissom jeg

Goddaw Bjarne Brohus, sagde manden i kitlen
du ser nu så frisk ud, hvad kommer du for?
Jeg tænkte og tænkte, hvad skulle jeg sige?
mine ord blev så få Øv!....Hvorfor lige nu?

Min læge han spurgte og klemte og følte
han kigged' i ører og næse og mund
Han rørte ved manden - den hang som den plejed'
Jeg tror at han tænkte: Bare frisk som en ørn

Jeg tænkte på konen derhjemme i hytten
hun fås ikke bedre - men hvad var der galt?
Vore penge var OK - og børnene super
men min' præstationer var røget på halv

Ham lægen han sendte mig hjem som så ofte
Det er blot lidt stress, du må slappe lidt af!
Det blev ikke bedre, nej snar' re lidt værre
Mine ben og balancen - Alt virked' forkert

Du må til en doktor der ved lidt om høv'der
jeg kan ikke se hvad du fejler min ven
Det er ej udvortes men noget derinde
jeg tror du har brug for en frisk neurolog

Neurologen han sagde du har vist en parki
jeg spurgte ham ligeud: Hvad er det for noget?
Han gav en forklaring - den forstod jeg nu ikke
men godt at det ikke var cancer - pu ha!

Frimodigt jeg spurgte om lægen var klog nok?
Om ånden, om sjælen, om psyken han ved?
Vi er vist på sporet, hvad er't nu det hedder?
Vi mangler nog't dopa, men ellers normal.

Det er godt nok træls at gå rundt med en parki
jeg havde nok ventet et langt bedre liv
men så kom jeg sammen med hele den flok her
det gav stor opmuntring og glæden igen

Nu går vi til træning i fyssen hver onsdag
vores lemmer var stive, nu bløde som fløj
vore stemmer var hæse, nu synger vi sammen
vi skriger og skråler det bedste vi kan

vores mimik er lidt stivnet, men glad inde bagved
det ses måske ikke humøret er højt
depressionen kan drille - så ta'r vi en pille!
efterhånden en håndfuld, så går det endda

Skal vi over gaden, skal vi se os godt for
vi tripper og stepper og stokken er med
pas nu på ikke pludselig gå istå midt på vejen
folk tror det er fuldskab, men ædru er jeg.

det kan godt være svært med det her sociale
det var førhen sjovt, - nu undgås det lidt
ved konfirmationer jeg plejed' at pjatte
nu sad jeg helt stille, forandret jeg var

Min håndskrift var førhen så flot og så sirlig
nu er den lidt gnidret, ulæselig og grim
og dog - nej den ligner minsandten min læges!
så nu er jeg glad og tilfreds med mig selv

At falde i søvn sådan umotiveret
det skete ej forhen da vågen jeg var
i dag mine kræfter jeg har investeret
i altid at holde mig vågen og klar

Så nu vil jeg slutte den her fjolle vise
det'r synd den ej rimer - dog stavet korrekt
men nu er jeg lyk'lig og glad som jeg plejer
det skyldes vort venskab - for mig guld er værd!

Det ku' være fedt hvis vi alle ku' synge
om rønnen der vakler og minderne vor'
ved tanken om dage så lyse og skønne
som kun de ku' være i barndommen min



Aktivitetskalender



Samlet overblik over aktiviteter i Parkinsonforeningen, Kreds Nordjylland.

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

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

Sekretær:

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

Kasserer:

Carl Erik Jensen	Amalienborgvej 10 9400 Nørresundby	Tlf. 81718486 caej@stofanet.dk
------------------	---------------------------------------	-----------------------------------

Best. medlem:

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

Best. medlem:

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

Best. medlem:

Palle Lundtoft	Bakkebo 33 9240 Nibe	Tlf. 5131 9355 pallelundtoft@youmail.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 bjarnebrohus@stofanet.dk
---------------	-----------------------------------	--

Bestyrelses- og klubmedlemmer i Nordjyllandskredsen

Hjørring klubben:

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

Aalborg klub:

Hanne Møller		Tlf. 9816 3384 hum@hasseris.dk
--------------	--	-----------------------------------

Vera Overgaard		Tlf. 6137 3552 veov@dukamail.dk
----------------	--	------------------------------------

Elsebeth Pedersen		Tlf. 3029 4228 jensen32@stofanet.dk
-------------------	--	--

Parkinson Yngre Nord:

Tina Raun Nielsen	Nestorvej 20 9200 Aalborg SV	Tlf. 9818 7877 tinaraun@live.dk
-------------------	---------------------------------	------------------------------------

Jette Sørensen		jette.sos.sorensen@hotmail.com
----------------	--	--------------------------------

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

*Støt vore annoncører
De støtter os*