

# **PARKIPOSTEN**

# **NORDJYLLAND**



**Så gjorde vi det igen... Vi er kredsen i Danmark  
med flest deltagere ved DHL Stafetten.**

**30 hold á 5 deltagere = 150 deltager.**

# Indholdsfortegnelse

---

• Formandens hjørne .....	side	5
• Fangekoret .....	side	7
• Samtalemulighed .....	side	8
• Yngreklubben Nord .....	side	9
• Forskning .....	side	11
• Fremtiden, tiden efter nutiden .....	side	13
• Parkinson Nordjylland inviterer til Dobbeltmøde.....	side	14
• Det sjove .....	side	15
• Cafemøde .....	side	16
• Greven af Montebello.....	side	17
• Hjørringklubbens besøg hos Meyland-Smith, Hjørring.....	side	19
• Hjørringklubbens grillfest .....	side	20
• Julehygge .....	side	20
• Julefrokost .....	side	21
• Aktivitetskalender .....	side	22
• Musik og bevægelse .....	side	23
• Kontaktliste til kredsbestyrelsen og »klubber«.....	side	26

---

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

**Fredag den 13. november 2015 kl. 10.**

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

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

---

# Formandens hjørne

---

Når dette blad kommer ud, er sommeren gået på hæld – og hvilken sommer, den har været noget blandet med hensyn til vejret. I skrivende stund sidder jeg faktisk og ryster af kulde eller er det mon noget andet?

Jeg håber, I alle har haft en god sommer trods vejret. Alligevel er sommeren dejlig, der er lyst, blomstrende buske og ikke mindst kviddrende fugle, og man møder mange glade mennesker, der har ferie. Nogle af os har sikkert også holdt en lille pause med motionen, selv om det ikke er godt, men der skal vel også være en forskel engang imellem.

Vi skal i gang med efterårets sysler, hvor vi har flere ting på programmet.

Carl Erik fortsætter med den ugentlige »Musik og bevægelse«, klubberne skal i gang med hver deres arrangementer.

Parkinsonskolen er i gang med at tilrettelægge en dag med besøg af en Apoteker og foredrag om demens. Det bliver en spændende dag. Det bliver den 3. oktober fra kl. 9.30 på Hasseris Gymnasium. Men hold øje med hjemmesiden [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk), hvor der kommer nye informationer.

Advokat Borregaard har lovet at fortælle om arv og fuldmagter, et spændende og vigtigt emne. Det er muligt, at det først bliver i løbet af foråret, men der er ingen dato endnu. - Så hold igen øje med hjemmesiden.

Der har været besøg på Taleinstituttet, som var af stor interesse for de 40, der mødte op. Det var spændende at høre, hvordan man kan få nogle værktøjer til at forbedre stemmen, der bliver svagere efterhånden.

Meget tidligt om morgenen den 30. maj kørte en flok fra Nordjylland med bus til København for at deltage i Parkinson Unity Walk. Det var en god tur, men temmelig anstrengende, de kom først hjem sent på aftenen. Flot at de gjorde det.

Der arbejdes stadig på at få oprettet flere klubber, som kan give et fællesskab. Det gælder om at få nye parkinsonramte med i nogle arrangementer, så de kan føle, at der er også noget, de kan opleve, det kan være hyggeligt at være sammen med andre, der har sygdommen. Det

kan være trist at gå derhjemme alene. Så deltag i nogle af de arrangementer der er. Man er altid velkommen, til at komme og bare få en snak med andre.

Yngreklubben, der nu er døbt cafeen, har også altid noget spændende på programmet. De mødes altid den 1. tirsdag i måneden. Deltag – alderen har ingen grænser. Se aktiviteterne på hjemmesiden.

Jeg vil lige gøre opmærksom på, at alle er velkommen til at deltage i andre klubbers arrangementer. Det er der åbenbart forvirring om.

Der både skrives og tales meget om alle de frivillige, der hjælper rundt omkring, det er sandt og såfremt de ikke var der, var det svært at få gang i noget.

Jeg ønsker jer en god eftersommer og et godt efterår.

*11.08.2015  
Lena Blicher*

---

## **Fangekoret**

---

### **Statsfængslet Vridsløse lille**

Parkinson Nordjylland, arbejder hårdt på at arr. en koncert med det ekstremt populære mandskor. Fangekoret synger for fulde huse i hele landet.

Koret har normalt 2 års ventetid, men vi er stillet i udsigt at blive klemmt ind i planen noget før.

Vi har to steder i kikkerten, nemlig Nr. Uttrup Kirke eller Musikhuset i Aalborg.

Vi har ikke detaljerne helt på plads, men begynd bare at glæde jer. En koncert for hele familien Vi vender tilbage senere, når alt er klarlagt.

*Bjarne Brohus*

# Samtalemulighed

---

Jeg tilbyder samtale med dig, der er pårørende eller selv er ramt af Parkinson. Samtalen tager udgangspunkt i det du finder er mest vanskeligt at håndtere lige nu og her. Tilbuddet gælder både de der er ny og de der har kendt diagnosen længere tid. Det kan ud over ægtefæller også være, at du er barn, forældre eller en nær ven af en Parkinsonramt.

Det kan være svært at få sat ord på over for sin samlever, da man kan være bange for at sår eller måske at få sagt noget der mistolkes. Her er det godt at få talt med en udenforstående, hvor alt kan siges og hvor der gives mulighed for, at få sat ord på det der tynger.

Nogle gange kan vores reaktioner også være svære at forstå. »Hvorfor bliver jeg så vred når...?« eller »jeg kan ikke forstå, hvorfor jeg først bliver så ked af det nu, når der er gået så lang tid«. Årsagen til disse forståelsesproblemer kan jeg sammen med dig finde frem til, således det bliver lettere at forstå og acceptere, at vi reagerer forskelligt, så det bliver lettere at komme videre.

Jeg er selv pårørende til Parkinsonramt. Min uddannelsesmæssige baggrund er mange år som pædagog og leder. Desuden er jeg uddannet inden for krisehåndtering (RITS) og er en del af et kommunalt kriseberedskab. Ved siden af mit job som leder, er jeg i gang med at læse psykologi på universitetet. Jeg har de sidste par år været pårørendekontakt i Nordjylland og er aktiv i pårørendegrupper på Facebook.

Jeg kan kontaktes for aftale på mobil 6017 0220  
eller på mail: [gitte@blanck.dk](mailto:gitte@blanck.dk)

*Gitte Blanck Kristensen, Aalborg*

# Yngreklubben Nord

---

Yngreklubben har holdt sommerferie i juli og august, så der har ikke været aktiviteter. Siden sidste blad i maj har vi prøvet at arrangere et temamøde omkring fleksjob, støtteordninger på jobbet og pension. Desværre måtte vi aflyse da der var for få tilmeldte. Vi prøver igen i foråret 2016.

## DHL 2015

Når du læser dette blad, har vi været til DHL og igen i år var der stor deltagelse her i kredsen. For første gang prøvede vi, at samle hold via Cafeén og det må der siges, at der var meget stor opbakning til. Vi samlede 5 gå-hold og 3 løbehold. Flot, og det viser at der bakked op af gode venner, naboer og familier. Tusind til jer alle.



## Gave fra Lions Klub i Hals

Vi har også været heldige, at blive tænkt på af Lions Club i Hals.

De har skænket os 10.000 kr til aktiviteter, det er vi meget taknemmelige for. Pengene er givet til aktiviteter til yngre mennesker med parkinson.

I kredsens »ånd« vil pengene komme alle kredsens medlemmer til gode.



## Efteråret i Yngreklubben

Yngreklubben vil hen over efteråret starte aktiviteter op, bl.a. vil følgende blive tilbudt som »kursus« eller oplæg:

- Hvordan finder »jeg« rundt på Parkinsonforeningens hjemmeside?
- 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.

Vi forventer at starte op hen over efteråret og aktiviteterne vil blive annonceret på [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk) og dem der er med på maillisten for Cafeén vil få en mail.

*Mvh. Yngreklub Nord  
Jette Sørensen og Morten Kristensen*

---

## **Forskning..!**

---

Professor Mads Græsbøll Christensen fra Aalborg Universitet har modtaget et større millionbeløb, som vil blive anvendt til at forske i: ... prøve at diagnosticere patienter med parkinson sygdom via analyser af stemmeforandring.

Bestyrelsen har allerede kontakt med Mads Græsbøll Christensen, om dette meget spændende arbejde.

*Bjarne Brohus*

# Fremtiden, tiden efter nutiden..!

---

Fortiden, er det vi ved mest om.

Vi står vel lige midt i det hele, på bagkanten af fortiden med det ene ben og med det andet ben på kanten af fremtiden.

Det vi så står og skræver over er altså nutiden.

Fremtiden, det ord er et spændende ord. Det er som om ordet byder os velkommen til en ny periode i vores tilværelse. Prøv at tage foden væk fra fortiden, fjern balancepunktet fra nutiden og læg hele din vægt på fremtiden.

Tør vi det? Min fortid var en tryk tid, men det var også der parkinson blev puttet ned i min rygsæk.

Nej, livet er ikke et ta' selv bord, langt fra. Heldigvis fulgte der da også nogle meget skønne oplevelser med, tænk bare på din ægtefælle, dine børn og ikke mindst den tossede dejlige hund.

Hvor ville jeg ønske, at vi alle kunne tage hinanden i hånden, vandre fremad mod det nye fremtidsland, være fælles om glæderne og ikke mindst sorgerne og prøvelserne, når smerterne piner os og angsten for depresion melder sig.

Fortsat god sommer

***Fremtid, du skønne land***

***Fortæl ej hvad du kan.***

***Lad os drikke uvidenhedens vand***

***Og ta' det der kommer som en mand.***

*Bjarne Brohus*



# Parkinson Nordjylland inviterer til Dobbeltmøde

---

**Lørdag den 3. oktober 2015, kl. 9.30**

Klokken 9.30	Velkomst Kaffe og rundstykker	
Klokken 10.00	Første samling – emne:	<b>MEDICIN</b>
Klokken 11.30	Frokost og hvilepause	
Klokken 12.15	Anden samling – emne:	<b>DEMENS</b>

Stedet er Hasseris Gymnasium, Hasserisvej 300, 9000 Aalborg

Glæd dig til en spændende dag med faglig orientering.  
Mulighed for masser af spørgsmål og svar.

Vi skal møde apoteker, Jesper Nordskjold, indehaver af Dronninglund og Hals apotek.

**Emne: Medicinen bag skranken, over disken og ude blandt kunderne.**

Efter frokost og hvilepausen, samles vi om et højaktuelt emne, demens. Vi får besøg af Aase Wagner som fortæller om livsbetingelserne, når ægtefællen har fået en demenssygdom.

Gunver Folmand fortæller om alzheimerforeningen og lokalforeningens kursustilbud i Marte Meo Metoden for pårørende.

**Emne: Et liv med demens.**

Kort afslutning ved Parkinson Foreningens formand Lena Blicher.

Klokken 14.00 Farvel, og kom godt hjem.

**Pris pr person 100 kr.**

**Tilmelding nødvendig til Carl Erik Jensen 8171 8486  
caej@stofanet.dk**

## Sæt X i kalenderen

# Det sjove!

---

- Så var der kanibalen der kom for sent til middag...
  - Han fik en kold skulder
- Far! Thomas fra klassen sagde at jeg ligner dig.
  - Ok, hvad sagde du så?
  - Ikke noget for han er stærkere end mig...
- Har du nogensinde set en flyvende tallerken?
  - Ja, jeg er gift?
- Hvorfor kunne fåret ikke gå da det blev født?
  - Fordi det var lam...
- Tror forskningsministeren at der kan være liv på månen?
- Det er da ikke utænkeligt, der er jo lys deroppe hele natten!
  - Hvornår trænger man til en slankekur?
  - Når man kommer cyklende i sin gule regnfrakke, og folk på gaden begynder at tage deres buskort frem!
- Hvad får man hvis man krydser en brevdue med en spætte?
  - En fugl der banker på inden den afleverer sit brev.



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



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

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

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

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

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

Vi starter op med fælles kaffe og så deler vi os op i »ramte« og pårørende, hvis det ønskes. Det giver alle mulighed for at tale »fortroligt« med »ligestillede«.

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

Har du brug for yderligere oplysninger kan du kontakte os på mail: [cafe@blanck.dk](mailto:cafe@blanck.dk) eller se på [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk) under aktiviteter.

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

# Greven af Montebello

---

Nej det er ikke historien om greven, som sad i fængsel i mange år.

Men derimod beretningen om et fysisk genoptræningscenter, som Parkinsonramte kan søge, gennem egen læge. Montebello hører under Nordsjællands Hospital og kræver, at man kan klare sig selv på rejse og ophold, da Montebello ligger tæt ved Malaga i syd Spanien.

Når du kommer til Montebello, skal du bo sammen med en anden patient i 3 uger, i en 2 værelses lejlighed. Nogle med en fantastisk udsigt over Solkysten i Spanien.

Den første uge bliver du vurderet, hvad du kan klare fysisk og til samtale, kontrol af læge/sygeplejerske, som derefter sætter dig på forskellige hold til fysisk træning og øvelser, ligesom dem du kender fra din fysioterapeut. Du får din egen personlige fysioterapeut på det parkinson hold, du er på.

Vores dreamteam på 11 personer fra 40 til 80 år, blev styret og trænet af svenske Anja Jutbo, som er en rigtig dygtig og god fysioterapeut. Og tro ikke, at du er på 3 ugers ferie, for det er grundig træning hver dag. Der er dog tid til at nyde ture på Solkysten. Der er også ergoterapeuter og sygeplejersker, som har fast nattevagt til at passe på os alle. Der er ca 90 patienter på Montebello og hver uge flyver 30 ny patienter ned til Spanien og tilsvarende returnerer 30 trætte, nogen brune af sol og veltrænede til Danmark, så det kan gøre vores liv bedre, med de forskellige handicap vi har.

Du kan finde flere oplysninger om Montebello på nettet [www.nordsjaellandshospital.dk/montebello](http://www.nordsjaellandshospital.dk/montebello), desuden findes venneforening til Montebello på internettet.

Jeg kan stærkt anbefale andre parkinson ramte at søge denne mulighed og komme på fysisk genoptræning, som giver kontakt og rigtig godt samvær



Montebello



Montebello



Dreamteam

med patienter med meget forskellige handicaps, dog med det fælles mål om bedre livskvalitet. Sidst men ikke mindst, vi jyder skal selv betale for flyrejsen til Malaga, modsat dem der bor i region hovedstaden. Hvorfor denne forskelsbehandling? - Jeg er ved at undersøge dette. Dog valgte jeg at flyve fra Ålborg, som gav mig kortere rejsetid.

***GO' TUR til Montebello, Malaga, Solkysten.***

*Kent Sørensen, Hjørring.*

---

# Hjørring klubbens besøg hos Meyland-Smith A/S, Hjørring

---

Parkinsonforeningens Hjørring klub havde fredag d. 7. august arrangeret et demo-møde hos firmaet Meyland-Smith A/S, der laver mange forskellige former for hjælpemidler, til såvel voksne handicappede, som til børn. Der var 23 tilmeldte til arrangementet, og det var vi rigtig glade for. Vi blev budt velkommen af den ene ejer Jan Sahlertz, samt firmaets salgskonsulent, Birte Østergaard Frampton, der står for salget vest for Storebælt.

Efter en kort historik om firmaet, der er privat ejet af 2 personer, har 25 medarbejdere, og hvor 95% af produktionen bliver eksporteret, blev følgende hjælpemidler i firmaets sortiment demonstreret.

1. Meywalk, som er en meget sikker 'gå-stol' for voksne. Let at betjene og manøvrere med. Der er allerede en bruger i klubben, som er blevet visiteret til den. Og han er meget begejstret for den, samtidig med at det styrker benene at komme op at stå. Hovedsagligt indendørs brug, men kan fint bruges ude på en terrasse med en ledsager.
2. Cricket II, som er en meget let håndterbar forflytningsstol, med mange anvendelses muligheder. F.eks. fra kørestol til toilet, eller fra sengen ind til stol i brusekabinen.
3. ThevoCalm Madrassen, som er en madras specielt udviklet til parkinsonramte, der ofte kan have problemer med at få en god nats søvn. Den er udviklet i Tyskland. Der er allerede et par stykker i Hjørring Klubben, der har den på prøve. Firmaet stiller den meget gerne gratis på prøve i 3 uger, hvis man skulle være interesseret.
4. Cykler af forskellige modeller, 3 hjulet med 2 hjul bag eller for, med eller uden batteri, tandem cykler, til en rask samt en dårlig person. Det giver mulighed for at komme ud og mærke vejret.
5. ThevoChair, bevægelse stol, der giver svage bevægelser som en gyngestol, der aktiverer krop og sind hos demente.

Efterfølgende blev vi trakteret med kaffe/the, dejlig kage og småkager, imens snakken gik livligt. Flere af de fremmødte gav udtryk for, at det havde været rigtigt interessant at høre om, hvilke muligheder der findes, hvis man en dag skulle få brug for det.

En stor TAK fra Hjørring klubben, for en spændende eftermiddag.

# Hjørring-klubbens grillfest 2015

---

Torsdag den 4. juni afholdte Hjørring Klubben sin årlige grill-fest. Selvom vi ikke har haft den bedste sommer i 2015, havde vi en virkelig solrig dag, netop på denne dag.

Jo, det var en rigtig sommerdag, velegnet til grill-party. Vi havde den glæde, at der var 24 deltager til vores arrangement, og snakken gik livligt hele eftermiddagen, flot. Vi havde besluttet, at klubben var vært ved maden i år. Der var forskelligt kød til grillen, samt en lækker kartoffelsalat og en grøn salat. Drikkevarer kunne købes til købmandspris.

Vi havde en rigtig hyggelig dag, og snakken gik til ved aftenstide, hvor trætheden så begyndte at melde sig. Vi har allerede besluttet, at vi vil gentage det på samme sted næste år, da det fungerer helt optimalt.



Hygge på pladsen



Grill sortimentet, det var godt.

---

## Julehygge

---


**Tirsdag den 17. november 2015, kl. 14.00  
på Solsidens plejehjem i Nibe**

Vi julehygger med æbleskiver og gløgg.  
Der bliver også tid til pakkespil.  
Alle tager en pakke til ca. 20 kr. med.

Bente Gade underholder med harmonikaspil.

Tilmelding til Kirsten på tlf. 25 71 25 61  
eller Lena på tlf. 22 26 44 19, senest  
fredag den 15. november 2015.





**Snart er det jul – derfor inviterer  
Parkinsonklubben Hjørring  
til Julefrokost**

**HVOR:**

På **VENDELBOHUS**, Nørregade, Hjørring.  
Her er handicapvenlig adgang fra gården bagved.

**HVORNÅR:**

**Torsdag den 26 november 2015, kl. 12:00.**

**Menu:**

Sild, røde/hvide med karrysalat  
Grønlangkål med brunede kartofler, hamburgerryg,  
medister, kogt flæsk, samt sennep og rødbeder.  
Ris á la mande med kirsebærsovs  
Kaffe / the med småkager

**Pris: 140,- Kr. pr. pers.**

*Eksklusiv drikkevarer*

Efterfølgende afholder vi Amerikansk lotteri, med præmier.

Tilmelding inden den 20. november 2015 til:

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



***Håber at se mange medlemmer***



**PÅ GENSYN TIL ALLE**



# Aktivitetskalender

---



## **Torsdag, 1. oktober 2015, 14.00 - 16.00**

Netværk Øst mødes til hygge.

Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

## **Lørdag 3. oktober 2015, 09.30 - 14.00**

Parkiskole, Medicin m.m. / Demens, Kredsen - Hasseris Gymnasium  
Yderligere info kommer på hjemmesiden

## **Mandag, 5. oktober 2015, 09.00 - 10.00**

Klub Himmerland, Selvhjælpsmøde

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

## **Tirsdag, 6. oktober 2015, 16.00 - 18.00**

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

## **Mandag, 2. november 2015, 09.00 - 10.00**

Klub Himmerland, Selvhjælpsmøde

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

## **Tirsdag, 3. november 2015, 16.00 - 18.00**

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

## **Torsdag, 5. november 2015, 14.00 - 16.00**

Netværk Øst mødes til hygge.

Kontakt Bjarne Brohus på 31557535 for yderligere oplysninger.

## **Tirsdag, 17. november 2015, 14.00 - ?**

Klub Himmerland, Julearrangement.

**Torsdag, 26. november 2015, 12.00 - ?**

Hjørringklubben, Julefrokost (tilmelding senest 20. nov.)  
Vendelbohus, Nørregade 22, 9800 Hjørring, Danmark

**Torsdag, 3. december 2015, 14.00 - 16.00**

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

**Mandag, 7. december 2015, 09.00 - 10.00**

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

---

## Musik og bevægelse

---

Hver mandag fra 15.00-17.00





# 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. 9816 3384  
hum@hasseris.dk

Vera Overgaard      Tlf. 9838 3552

Elsebeth Pedersen      Tlf. 3028 0255

### 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*