

Studiecirklar 2018

Studiecirkel #1: Qi Gong

Vi startade på nytt tisdag den 16/1 kl 13:00 i Arbetarrörelsen Hus (ABF) i Visby. 7 cirkeldeltagare hade slutit upp trots vinterväder med snö och blåst.

Eva Palmgren berättade om historiken och syftet med Qi Gong.

Därefter fick alla prova på Qi Gong under ledning av Eva.

18 olika rörelser genomfördes och avslutades med en avslappningsövning.



Foto: Calle Sundström

Studiecirkel #2: Parkinsonjournalen

Vår andra träff var den 20/2 kl 13:00 i Arbetarrörelsen Hus (ABF) i Visby. Vi var denna gång hela 11 deltagare.

Dagens ämne var Parkinsonjournalen och artiklar ur denna. Bl.a hade vi i nr. 4, läst Georg Stenbergs artikel "Så var vi då - livet före diagnosen". Artikeln gav bra samtal mellan deltagarna.

Studiecirkel #3:

Den tredje träffen hade vi den 13/3 kl 13:00 i Arbetarrörelsen Hus (ABF) i Visby.

7 deltagare diskuterade artiklar ur Parkinsonjournalen. Bl.a. om en DBS-operation, som neurokirurgen Stefan Strähle, genomgick i november 2013. (se Parkinsonjournalen nr.1, 2014)

Studiecirkel #4:

Vår fjärde träff var den 17/4 kl 13:00 i Arbetarrörelsen Hus (ABF) i Visby.

9 medlemmar fick denna gång bekanta sig med Annika Laacks böcker. Bl.a. lästes avsnitt ur hennes bok "Mr.P och jag".

Ett avsnitt handlar om hur Mr. P påverkar tal. Detta gav deltagarna ämne för diskussion om hur man själv upplever sitt tal, såväl om tydlighet och om röststyrka. Även hur handstilen kan påverkas.

Studiecirkel #5:

Vår femte träff hade vi 15/5 i Arbetarrörelsen Hus (ABF) i Visby. Vi såg en film "Dans för Parkinson" som länsföreningen i Skåne lagt upp. Vidare hade vi diskussion om Parkinsonstiftelsens "Att leva tillsammans med Parkinsons sjukdom" som baseras på fem livskamraters erfarenheter och kunskap.

"Att leva tillsammans med Parkinsons sjukdom" kan du läsa här (PDF fil)

Studiecirkel #6:

Efter sommaruppehållet träffades vi åter den 18/9.

Denna gång visade Calle vad som finns på våra hemsidor och hur man kan navigera bland de olika flikarna.

Vi hade även en diskussion om vad kommande cirkelträffar skall ha för innehåll. Föreslogs att intressanta böcker om Parkinson skulle kunna vara ett bra underlag för fortsatta diskussioner.

Studiecirkel #7:

Idag berättade vår medlem Eva Ribacke Björk, med både humor och allvar, om vad det kan innebära att göra en förundersökning på Karolinska inför en DBS operation.

Deltagarna i cirkeln tyckte att detta var så bra att fler borde få höra Evas berättelse. Därför kommer Eva att berätta igen på vår nästa träff den 13/11.

Vi ville även titta närmare på olika avsnitt ur "Parkinson från A-Ö" då detta kan ge många tillfällen att få dela med sig av egna upplevelser och erfarenheter.

Studiecirkel #8.

Denna gång fick Eva Ribacke Björk återigen berätta om vad det kan innebära att göra en förundersökning på Karolinska inför en DBS operation. Efter hennes förmämliga framställning hade vi diskussioner bl.a om denna behandlingsform.

Därefter presenterade vi oss för varandra då det var två nya deltagare i cirkeln. Då det drog ut på tiden kom vi aldrig in på boken A till Ö. Vi tar det nästa gång 11/12 och fokuserar på sidorna 161 - 167 som handlar om: tal och röst, tandvård, sötsaker, trötthet.

Studiecirkel #9.

Idag samlades vi den 11:e december. Som underlag hade vi "Parkinson från A-Ö", Ämnen vi bl.a. tog upp var : sötsaksbegär, tandhygien, tal och röstproblem, mm.

Deltagarna hade sina erfarenheter att bidra med vilket gav en öppen och trivsamt stämning.