

April
2019

Medlemsinformation

Parkinson Uppland

Parkinson Uppland
Ordf. Göran Einarsson
Vitkålgatan 95 C
75449 Uppsala
gevvsab@yahoo.se
Mobil 070-339 25 71

Uppsala Parkinsonförening
Ordf. Terje Helland
Mobil 0705-79 13 79
E-post
terje.helland@telia.com

Norrälje Parkinsonförening
Olle Undmark
Mobil 070-246 49 59
olle.und@hotmail.com

Bålsta Parkinsonförening
Kåre Eriksson
Mobil 0709-66 30 10
kare.eriksson@gmail.com

Enköping Kontaktperson
Lena Gårdh-Sjöman
Mobil 0707-98 35 52
l-gardh@hotmail.com

Parkinsonsköterska Uppsala
tel. 018 -611 50 03 (tel. svar)

Qvinnor med Parkinson
(vilande t.v.)
Ann Segerberg
tel. 018-46 33 13

YP- yngre med Parkinson
Britt-Marie Eriksson
Mobil 070-527 84 10

Anhörigcentrum Uppsala
S:t Persgatan 10 A
tel. 018- 727 92 00
uppsala.se/anhorigcentrum

Parkinson Uppland hemsida
uppland.parkinsonforbundet.se

Medlemsbladet utkommer 4
ggr. om året. Januari, Februari
Augusti och November. Övrig
tid: lokal information efter be-
hov.
ANTAL MEDLEMMAR
2019-03-15 464 st.

Årsmötena avklarade

Både länsföreningen och lokalföreningarnas årsmöten är avklarade. Länsföreningen Parkinson Uppland fortsätter med samma besättning som tidigare.

Enköpings lokalförenings medlemmar har flyttats över till Uppsala men vi har Lena Gårdh Sjöman som kontaktperson för Enköpingsområdet. Om det finns någon person som är villig att ta på sig ansvaret för att återuppta verksamheten för en lokalförening i Enköping (den är vilande i tre år) så är ni välkomna att höra av er.

Uppsala presenterar två nya ansikten. Det är Leena Mellenius och Tommy Westerlund som ersätter Jan Stenberg och Harry Lundström. Ett stort tack till er båda. Närmast på agendan står firandet av "Världsparkinsondagen" den 11 april med föreläsningar på Vuxenskolan i Uppsala. Mer information på annan sida i infobladet.

Äntligen blir det Pingis.

Uppsala Bordtennisklubb (UBTK) har erbjudit sig att träna oss, Parkinsondrabbade, i pingis i sina lokaler i UTK – hallen med början torsdag 21 mars kl 15.30. Vi har än så länge endast denna eftermiddagstid, torsdagar kl 15.30-17.00. (Blir det fler än 24 personer, måste vi ha fler träningstider.)

Det finns racket och boll att låna där, men skall man träna regelbundet är det bättre att köpa eget. Under träningen används inneskor utan svart sula. Det blir ca 12 tillfällen som vi kan träna under våren till en kostnad av 500 kr/person för den återstående delen VT-19, obs; i priset ingår både medlems- och träningsavgift till UBTK.

Vem som får vara med på pingisen finns inget skrivet om. Rullstols-pingis har ett helt annat regelverk än den pingis vi tänkt spela under våren. Så det är ett av skälen till att vi f.n sätter en gräns vid rullstolar och andra tekniska hjälpmedel för att kunna förflytta sig. Om det blir många parkinsonsjuka med rullstol som anmäler sig, kan vi prata med klubben om att starta en egen pingis-grupp för rullstolsbundna.

Ska du vara med på pingisen, bör du vara medlem i Uppsala Parkinsonförening. Din intresse-anmälan skickar du till Erik Hanssons e-post; docum74@hotmail.com

VÄRLDSPARKINSONDAGEN 11 APRIL 2019 KL.13-16

Vi firar VärldsParkinsondagen 2019 med att arrangera tre intressanta föreläsningar i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Det är Dag Nyholm, som kommer att berätta om pågående forskning om Parkinsons sjukdom. Det blir föreläsning både om vad som händer i hjärnan och vad som kan härledas från mag-tarmkanalen och andra regioner i kroppen. Som exempel kan nämnas den vedertagna uppfattningen om att magsår berodde på stress när det senare konstaterades att det var en bakterie som var boven och att Losec minskade antalet magsårsfall med 80%. Kan det vara något liknande som orsakar PS? Dag kommer även att berätta om övriga projekt som gäller forskning i Uppsala om Parkinsons sjukdom.

Paul de Roos forskar på hur man skall kunna upptäcka PS i ett tidigt skede och kanske sätta in behandlingar som skyddar mot PS

Joakim Bergström berättar om forskning från Rudbecklaboratoriet, där man studerar hjärnceller och använder PET-kamera vid djurmodeller.

Föreläsningarna kommer att vara i Drakensalen, Studieförbundet Vuxenskolan Kungsängsgatan 12 Uppsala

Då platsantalet är begränsat och vi behöver veta antalet kaffegäster ber vi att du anmäler dig till

Göran Einarsson e-post: gevvsab@yahoo.se eller Mobil: 070-339 25 71

Terje Helland e-post: [uppsala.parkinson@gmail.com](mailto: uppsala.parkinson@gmail.com)

**Vi bjuder på fika
VÄLKOMNA**



**UPPSALA PARINSONFÖRENING
SAMARBETAR MED**



OBS! Nyp byter mailadress från nyp.upsala@gmail.se till: bme.upsala@gmail.com

Nyss var jag yngre.

Ingenting är längre som när man var yngre. Allting är längre bort nu för tiden. Det är dubbelt så långt till affären, och det har blivit en ny uppförsbacke på vägen dit också.

Jag har slutat att springa efter bussen, det är bättre att springa efter en taxi, det tjänar man på.

Och trapporna dom gör man mycket högre och brantare nu än när man var yngre.

Har du lagt märke till att bokstäverna i tidningen är mycket mindre nuförtiden, och det är ju ingen vits med att be någon läsa högt för en heller. Alla pratar så lågt att man knappt kan höra vad dom säger.

Usch så trånga kläder har blivit kring mage och rumpa, det måste vara fukten i garderoben som ställer till det för oss. Och långt bakåt sitter skosnörena. Det är ju knappt att man ser dom och ännu svårare är det att knyta dom.

Till och med folk förändrar sig, de är mycket yngre än vad jag var i deras ålder. Men för det andra så ser ju folk i min ålder mycket äldre ut än vad jag gör.

Jag stötte på en gammal skolkamrat för en tid sedan. Han hade blivit så gammal att han knappt kände igen mig. Och den där lite smårunda och gråhåriga damen som han presenterade som sin fru hade märkligt nog samma förnamn som den där kurviga brunetten han hade sällskap med när vi gick på läroverket.

Jag tänkte på den där stackaren när jag kammade håret i morse vilken mittbena han hade, vad kallt det måste vara på vintern.

Och dålig kvalitet är det på de speglar dom gör nuförtiden det är ju knappt att man känner igen sig i dom. Spegelbilden blir ju både gråblek och skrynklig.

Men det gäller inte oss. Vi är släta som barnrumpor i ansiktet och ser inte ut att vara en dag över åttio.

8/4 1999

Är ett speciellt datum för mig. Jag hade varit på semester två veckor i Dominikanska Republiken. Jag hade fått höra att min gode vän och jobbarkompis Christer hade drabbats av en hjärtinfarkt. Han gjorde snickarjobben och jag rörmokeriet. Jag ringde honom för att höra hur det stod till och vi pratade länge om hälsan och vad skadligt det var att röka.

Jag fimpade min cigarett gick och lade mig med tankarna snurrande i huvudet och somnade så småningom. På morgonen dagen efter var det som vanligt med filmjolk och flingor till frukost och sen en cigarett på det. Men jag hoppade över den första cigaretten och jag hoppade över den andra och även den tredje. Mina frukostvanor var: en cigarett efter filmjölken, en cigarett på vägen till servicebussen som stod på parkeringen och en cigarett när jag startat bussen. Men nu hände något märkligt. När jag kom fram till Tycko Hedens väg tog jag fram paketet med cigaretter la det på instrumentbrädan, skev datum på det och där fick det ligga en månad utan att jag rörde det. Jag hade inte sagt något hemma om att jag inte rökt på flera dagar. Jag tror att det gick en vecka innan min hustru märkte att jag inte rökte. Hon fortsatte att röka ytterligare ett par år men har nu slutat. Bl.a rökte hon upp de cigaretter som var kvar i paketet.

Det har nu gått 20 år sedan den där dagen och jag har inte tagit ett bloss sedan dess. Om det var bra att sluta röka så där tvärt vet jag inte, men de första Parkinsonsymtomen började bara något år efter att jag slutat röka.

Kan det finnas något samband.

Göran Einarsson

YP-TRÄFF på restaurang LUCULLUS

Adress: Sivia torg

Onsdag den 17 april kl. 18.00

Alla YP-are träffas för stunds trevlig samvaro i mysig miljö över en bit mat. Vi tillåter ”överåriga att delta”.

Anmälan för att boka bord gör du till:
Britt-Marie Eriksson mobil: 070-527 84 10
E-post: bme.uppsala@gmail.com