

December
2017

Medlemsinformation

Parkinson Uppland

Parkinson Uppland
Ordförande
Göran Einarsson
E-post:
gevvstab@yahoo.se
Mobil: 070-339 25 71

Uppsala Parkinsonförening
Terje Helland
Mobil 0705-79 13 79
E-post:
terje.helland@telia.com
U-a Parkinsonförenings hemsida
www.uppsala.parkinsonforbundet.se

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

Bålsta Parkinsonförening
Nils-Ove Jonsson
tel. 0171-57 285
nilsove.jonsson@gmail.com

Enköpings Parkinsonförening
Lena Gårdh-Sjöman
Mobil: 0707-98 35 52
L.gardh@hotmail.com

Parkinsonsköterska Uppsala
tel. 018-611 50 03
Telefonsvar

NYP
Nätverk för yngre Yrkesverk-
samma med Parkinson
Britt-Marie Eriksson
Mobil: 070-527 84 10
E-post:
nyp.uppsala@gmail.com

Qvinnor med Parkinson
Ann Segerberg
tel. 018-46 33 13

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

Parkinson Uppland hemsida
uppland.parkinsonforbundet.se

Medlemsantal 1 Dec. 2017 Upp-
land 446

Vi tillönskar alla en riktigt
GOD JUL OCH
ETT GOTT NYTT ÅR

2017 TILL HANDLINGARNA

Vi konstaterar att ännu ett år passerat. De lokala föreningarna har genomfört sina aktiviteter på bästa tänkbara sätt. Deltagarfrekvensen har varit god. Men var är de yngre? Vi vill att alla Parkinsonsjuka inser fördelen med att skaffa sig kunskap om Parkinsons sjukdom som medlem i Parkinsonförbundet. Värdet av att träffa andra som är i samma situation är ovärderligt. Det har genomförts föreläsningar och informationsträffar på lokal nivå. Braainbus har gästtat Enköping med över 300 besökare. Världsparkinsondagen firades i Uppsala med ca 100 besökare. Vårdboendepersonal i Uppsala har fått lära sig vad Parkinson är. Det har spelats "pingis" i Norrtälje och det startades boxningsträning i Enköping. Dock utan succe bland PS-sjuka men det fick en grupp ungdomar att börja träna. Bålsta har tagit fram en broschyr med information för Bålstaborna. m.m.

Till er som redan är medlemmar vill jag säga: engagera er och sprid kunskap om Parkinsons sjukdom och fördelarna med att vara medlem i Parkinsonförbundet.

Till de som inte är medlemmar: det finns många frågor som du bär på som du kan få svar på och det finns många aktiviteter som du har nytta av som medlem i Parkinsonförbundet.

Göran Einarsson Ordförande Parkinson Uppland

ÅRSMÖTEN 2018

Det är hög tid att förbereda kommande årsmöten. För dig som planerar att lämna in motion till lokalförenings årsmöte gäller det att motionen skall vara respektive styrelse tillhanda senast 14 dagar före årsmöte. Motion till länsföreningen Parkinson Uppland skall lämnas till lokalförening som ovan.

Bålsta	Måndag 16/1 kl. 14.00	Plats: Borgen, Tornet
Enköping	Torsdag 15/2 kl. Annonsseras i EP	
Norrtälje	Måndag 12/2 kl. 13.00	ROS plan 4
Uppsala	Torsdag 8/2 kl. 16.00	Storgatan 11 (nedre våning)
Uppland	Torsdag 1/3 kl. 14.00	Storgatan 11

Årsmöteshandlingar finns tillgängliga i årsmöteslokalen. Kan även beställas från resp. föreningsordförande. Tidigast 1 vecka före årsmötet.

Parkinsonföreningen i Norrtälje

Vårprogram 2018

Våra medlemsmöten har vi i stora samlingsalen på ROS kl.
13.00--15.00

Där bjuder vi på kaffe och kaka och har lotterier.

- 12 februari:** ÅRSMÖTE Tiohundra Parkinsonteam informerar om sin verksamhet
- 19 mars:** ”Försök inte lura mig”. Inga-Lill Nilsson från ABF visar tre filmer hur vi kan skydda oss vid bedrägerisituationer
- 23 april:** Vi får besök av Pia Rousu, Parkinsonsköterska på Karolinska
- 29 maj:** Vi gör en vårutflykt. Närmare information meddelas senare i Norrtälje tidning och på vår hemsida

Parkinsonskolan våren 2017

Parkinsonskola del 1 startar den 19 februari och pågår sju måndagar kl 14.30 till 16.45 på ROS plan 4. Vi lär oss bl a om mat, medicin, motion, motoriska och icke-motoriska symtom. Anmäl intresse snarast och senast 15 februari till Olle Undmark tel 070-246 49 59

Tisdagsträffar våren 2018

Vi startar våra träffar på Café Hörnan igen 16 januari. Vi träffas tisdagar kl 14.30 för en gemensam prat- och fikastund.

Pingisen våren 2018

Vårens pingisspelande börjar fredagen den 12 januari kl 10.00 på ROS plan 4. Kontakta Göran Jansson 0176-134 09 för information.

ENKÖPINGS PARKINSONFÖRENING

Verksamheten annonseras i Enköpingsposten

BÅLSTA PARKINSONFÖRENING

**Två grupper Anhöriga har under hösten träffats och utbytt erfarenheter om vad det innebär att vara anhörig till en Parkinson sjuk. Susanne Edholm Hultgren, kommunens anhörigkonsulent har varit koordinator
Höstens möten avslutades den 12 december med gemensam lunch**

Våren 2018 har Parkinsonföreningen planerat följande:

16 januari Månadsmöte/Föreningens Årsmöte Plats Borgen, Tornet kl 14 - 16

13 februari Månadsmöte/Föredrag "Odlas hjärna" för forskning, diagnos och terapi

Föredraget vänder sig till dig som har Parkinson eller annan neurologisk sjukdom, eller till dig som är anhörig

Föredraget ger en inblick i hur långt forskningen kommit idag inom stamcellsteknik och vilka begränsningar och möjligheter som finns inom dagens neuroforskning. Föredragshållare är Malin Kele, PhD forskare inom Anna Falks forskningsgrupp, Karolinska institutet.

Moderator Jesper Ericsson PhD

Plats: Källvägen 18 Tid 14 – 16

Anmälan görs senast den 1 februari till Bålsta Parkinsonförening 070-966 33 10 eller 070-584 96 71 Skicka ett SMS med ditt namn och telefonnummer eller ring och lämna ditt namn och telefonnummer

Föreningen bjuder på "fika"

Månadsmöte den 13 mars respektive den 17 april programmet ej fastställt

22 maj Månadsmöte Avslutning på vårens aktiviteter

VÄLKOMNA

UPPSALA

REHABGYMPA VÅRDCENTRALEN CENTRUM UPPSALA STARTAR

MÅNDGAGSGRUPPEN 8 JANUARI KL. 13.00

TISDAGSGRUPPEN 9 JANUARI KL. 13.15

NYP

TRÄFFAS ONSDAGEN 24 JANUARI PÅ LUCULLUS SIVIA TORG KL.

18.00

ANMÄLAN FÖR BOKNING AV BORD TILL BRITT-MARIE ERIKSSON

MOBIL:070-527 84 10 e-post: nyp.upsala@gmail.com

UPPSALA PARKINSONFÖRENING

Aktiviteter hösten 2017

Oktober månadsmöte

Handlade om nationella riktlinjer för vård av Parkinsonsjuka. Terje Helland redogjorde om innehållet. Sammantaget kan väl sägas att det är ett önsketänkande om det går att organisera vården enligt riktlinjerna. Det konstaterades att både bristande ekonomiska och personella resurser påverkar möjligheterna att klara rekommendationerna i riktlinjerna

Erik Wall underhöll med dragspel och sång under fikapausen.

November månadsmöte

Gästades vi av **arbetsterapeut Linda Brunvall och sjukgymnast Maria Bergman Björk från Förenade Care, Njord hemvård i Uppsala**. Linda berättade om vilken hjälp och stöd man kan få från kommun och landsting. Vi fick tips och råd var och hur man söker hjälp.

Maria berättade om hur viktigt det är att träna och gav oss förslag på enkla övningar man kan göra hemma utan speciellt avancerad utrustning.

Efter fikat var det frågestund med de två duktiga föredragshållarna.

December Julfest

Mycket och god mat Trivsamt och lättlyssnad underhållning av Mac Olsson och Ingela Ryd. Magnifikt luciatåg med 17 st. skönsjungande elever från musikskolan. Lotteri med många fina vinster.



Reginateatern 23/11 Spring Uje spring



Skönsjungande Lucia Fyrishov 7/12