



Hør på meg

5-års jubileumsutgave

Møre og Romsdal Parkinsonforening

medlemsblad nr. 1 feb 2013 år-



Vi protesterer høylytt!
Ikke ta fra oss tilbudet på Aure!

Se mer side 24



Parkinsongruppa m.fl. på Aure den 6. februar.

Foto: Leif Klokkehaug

Hva skjer i fylket?
Aktivitetsskalender

Se side 31!

Av innholdet ellers:

Rettighetshjørnet	s. 4
Organisasjonshåndbok på nett	s. 5
Fra de lokale årsmøtene	s. 12 - s. 17
Om årsmøtet i MRPF	s. 18 - s. 24
Tilbud om ny helsereise Romania	s. 25
Min Parkinson	s. 26
Kurs for pasienter/pårørende	s. 27
Ny helgesamling 12.-14. april	s. 28



Fylkeslederen har ordet

Kjære Parkinsonvenner!

Så gikk ikke verden under likevel den 21.12.2012, slik noen tolket den siste Maya-kalenderen. Og godt var det, så kan vi fortsette arbeidet for parkinsonsaken i 2013 også!

Når dere leser dette bladet, har alle de tre lokalforeningene våre avholdt sine årsmøter, alle tre den 9.februar. Dere finner lokalforeningenes årsmøtedokumenter rundt om i bladet. Jeg ønsker alle våre tillitsvalgte, både nyvalgte, sittende og gjenvalgte, et positivt og fruktbart samarbeid om gode og nyttige tilbud, tiltak og aktiviteter for medlemmene våre, enten de er pasientmedlemmer, nære omsorgspersoner eller støttemedlemmer. Nå har dere forresten fått et nytt verktøy i dette arbeidet. Norges Parkinsonforbund lanserte i desember sin nettbaserte organisasjonshåndbok på adressen www.parkinson.no/handbok.

Møre og Romsdal Parkinsonforening holder årsmøte på Fjellstova Ørskogfjellet lørdag 2. mars, se aktivitetskalenderen på nest bakerste side. I dette bladet finner dere derfor også alle aktuelle dokumenter til dette årsmøtet.

Derfor ber vi dere ta med dette bladet på årsmøtet, så slipper vi alt rotet med en masse papirkopier av saksdokumenter etter møtet, og sparer miljøet samtidig!

På vegne av styret for Møre og Romsdal Parkinsonforening ønsker jeg våre medlemmer hjertelig velkommen på årsmøtet, og vi lokker med middag som vanlig!

MRPF markerer Parkinsondagen 11. april med en kursdag for pasienter og pårørende i Ålesund (se side 27) dagen før, altså 10. april, og ei helgesamling i Kristiansund for hele fylket som starter dagen etter, altså fra 12.-14. april (Se side 28) For begge disse er påmeldingsfristen tirsdag 26. mars. Vi arrangerer også en fagdag for helsepersonell på Sunnmøre tirsdag 7 mars i samarbeid med LMS ved Helse MR.

Og så blir det ny helsereise til Romania, se mer på side 25!!

Hilsen Leif

Fylkesstyret 2012-2013 ser slik ut etter årsmøtet og vedtak om konstituering i styret 17.3.12:

Leder:	Leif Klokkerhaug	på valg i	2014 (gjenvalgt 2012)
Nestleder:	Svein Arne Velle,	på valg i	2014 (gjenvalgt 2012)
Kasserer:	Steinar Furnes, Ålesund	på valg i	2013
Sekretær:	Kåre Steinsvik, Ålesund	på valg i	2014 (gjenvalgt 2012)
Styremedlem:	Einar Nerland, Molde	på valg i	2014 (gjenvalgt 2012)
Varamedl.:	Elin Klokkerhaug, Aase Nielsen og Edvard Langset, alle på valg i 2014.		
Revisor:	Harald Tronstad	på valg i	2013
Valgkomite:	Bjørn Overvåg, leder, Edvard Langset og Reidar Haltbakk (alle valgt for 1 år)		



Redaksjonens side



Kjære lesere!

Sjølvmom vi no er godt ut i Januar 2013, vil eg begynne med å ønske alle sammen eit godt nytt år! Veret denne månaden har vore spesielt godt, så vi har fått nyte mange flotte dagar og solnedgongar. Dessverre har det også vore sesong for sykjer, og influenser av ulik art har stått i kø og angripe folk i mitt nærmiljø, både på jobb, i nabolaget og i familien. Heldigvis har eg vore frisk sjølv, men har fått øvt meg masse som "sjukepleiar".

Hilsen Jorunn

Dette bladet ble et samarbeidsprosjekt mellom Jorunn og meg, så vi har redigert hver vår del av del av det. Det er slik at bladets sidetall alltid må være delelig med 8. Vi kan ikke trykke bladet med for eksempel 26 sider. Derfor hender det at vi får enten litt for lite stoff til planlagt sidetall - og må fylle opp med et eller annet, men av og til har vi litt for mye stoff, slik at vi må prøve å krympe litt på det vi har, enten ved å redusere bilder, korte inn tekster, eller til og med gå ned på en mindre skriftstørrelse. Dette siste gjør vi ugjerne, men denne gangen måtte jeg bare gjøre dette. Dere får bruke lupe når dere leser side 24. Men dette stoffet er så viktig for våre medlemmer at jeg ikke kunne fjerne noe tekst for å få bedre plass og større skrift.

Denne gang er det Terje Dalsøren som bidrar med Min parkinson. Tusen takk, Terje!
Hvem er neste mann?

Hilsen Leif

REDAKSJONEN.

Leif Klokkehaug,
Iverplassen 13, 6524 Frei,
tel.: 71528081 og mobil 95207104
Epost: leklokk@online.no

Jorunn Overvåg,
Ulstein, 6065 Ulsteinvik
Mobil: 916 40 440
Epost: jovervaag@yahoo.no

Medlemsbladet sendes gratis til alle medlemmer i Møre og Romsdal Parkinsonforening.

Bladet har et opplag på ca 350 eks.

Planlagt utgivelse 4 ganger årlig.

Firma og privatpersoner som ønsker annonsering eller støtteannonser i bladet, bes ta kontakt med redaksjonen.

Neste nummer av Hør på meg:

Planlagt utgivelse: mai. 2013

Frist for innsending av stoff:

12. mai 2013

Neste nummer inneholder bl.a.:

- Fra fylkesforeningens årsmøte
- Min Parkinson, Min Hobby, Humor
- Fra helgesamlinga i Kristiansund i apr
- Fra pasient/pårørendekurset i Ålesund
- Fra fagdagen i Ålesund



Rettighetshjørnet

v/Leif Klokkehaug

TEMA: Førerkort og helse

Behandlede tema i tidligere nummer:

Nr. 1-2010 s.5: Rett til tannbehandling
 Nr. 3-2009 s.5: Rett til (å bytte) fastlege
 Nr. 2-2010 s.5: Ledsagerbevis
 Nr. 4-2010 s.4: Rett til å bytte nevrolog
 Nr. 1-2011 s.4: Brukerstyrt personlig assistent
 Nr. 2-2011 s.4: Rett til logoped
 Nr. 3-2011 s.4: Tilskudd til tilpasning av egen bolig
 Nr. 1-2012 s.4: Rett til fritt sykehusvalg
 Nr. 2-2012 s.4: Kommunal avlastning
 Nr. 3-2012 s.4: Rett til innsyn i egen Pasientjournal
 Nr. 4-2012 s.4: På sykehjem

For å kunne inneha en førerkortklasse, må visse helsekrav være oppfylt. Når du tar førerkort første gang, for eksempel for bil eller motorkjø-

retøy over 7,5 tonn, er helsekravene absolutte. Har du førerkort for bil eller lastebil og senere får parkinson, må du søke om dispensasjon fra helsekravene.

Behovet for dispensasjon veies mot risikoen for trafiksikkerheten. Er trafiksikkerhetsrisikoen lav, kan det stilles lavere krav til behovet for å ha den aktuelle førerkortklassen. Et tungtveiende behov er yrkesmessig behov. Men også her kan trafiksikkerhetsrisikoen bli ansett for å være så høy at dispensasjonen ikke innvilges. Behovet for å kjøre frem og tilbake til arbeid kan også tillegges vekt. Men her vil det også bli vurdert om det finnes alternative transportmåter. Hvor vanskelig vil det for eksempel være å benytte offentlige transportmidler?

Når det gjelder parkinson, er det særlig to punkter i helsekravene som kan være aktuelle. Det første punktet gjelder nevrologiske tilstander. Her står det at helsekravene anses ikke å være oppfylt når det er holdepunkter for at tilstanden kan gjøre eller gjør føreren uskikket. Dette må vurderes konkret på grunnlag av opplysningene. Nevrologiske sykdommer kan påvirke bevissthetsgrad, førlighet, syn/synsfelt eller mental funksjon, og derfor må risikoen for progresjon vurderes. Det skal ikke gis dispensasjon hvis du er så mentalt og/eller fysisk svekket at det medfører trafiksikkerhetsrisiko.

Det andre punktet knytter seg til generell helsesvekkelse. Her står det at helsekravene anses ikke å være oppfylt hvis det er holdepunkter for at tilstanden kan gjøre eller gjør deg som er fører uskikket. Det vil si at du er så mentalt og/eller fysisk svekket at det kan medføre en trafiksikkerhetsrisiko. Vurderingen av skikket som fører kan imidlertid være vanskelig. I slike tilfeller kan en praktisk kjøreprøve ved trafikkstasjonen være avgjørende. Dersom tilstanden må antas å være progressiv, bør førerkortet eventuelt ha kort gyldighet. Søknad om dispensasjon sender du til Fylkesmannen. Det er viktig å legge med en legeerklæring som støtter søknaden."Hør på meg" viser også til **forbundets nyeste brosjyre: "Førerkort"** som kan bestilles på forbundets nettside www.parkinson.no eller bestilles på **tlf 22008300**.

Kilde: NPF

NYHET: www.parkinson.no/handbok



Norges Parkinsonforbund har lansert egen nettbasert håndbok for sine tillitsvalgte!!! Vi sakser Forordet til boka:

Velkommen som tillitsvalgt i Norges Parkinsonforbund.

Denne håndboka skal være et oppslagsverk i organisasjonsdrift og en støtte til virksomheten som drives i lokal- og fylkesforeningene. Den gir

en innføring i sentrale temaer som vil gjøre det enklere å opprette og drive en lokal- eller fylkesforening på en god måte.

Det er mange måter å drive en lokal parkinsonforening på, og håndboka presenterer forslag til løsninger på områder de fleste foreninger vil komme borti.

Vi håper også at denne håndboka medvirker til at flere får lyst og mot til å være med å drive lokal- eller fylkesforeningen.

Det anbefales også at din forening utarbeider en side som gjelder de prosedyrer som kun gjelder din forening, som et tillegg til denne generelle håndboka.

Håndboka blir løpende oppdatert, og vi oppfordrer tillitsvalgte til å komme med innspill dersom det er noe dere savner av informasjon. Dette kan rettes til forbundskontoret via epost til kathrine.veland@parkinson.no.

NPFs utvalg for organisasjonshåndbok har bestått av:

Eilif Nordseth (leder), Leif Klokkehaug, Håkon Røsaker, Inger Tømte og Ingar Åbyholm

Organisasjonskonsulent Kathrine Veland fra NPF har vært utvalgets meget dyktige sekretær. Forbundsstyret vedtok utvalgets forslag til håndbok i FS 39/12, og ble publisert for foreningene i brev fra NPF datert 13.12. 2012.

Så gå inn på www.parkinson.no/handbok, og ta en titt på de ulike menyvalgene!

Fra julemøtet i Nordmøre Parkinsonforening 08.12.12

28 medlemmer av Nordmøre PF møttes til julegilde på Quality Grand Hotel Kristiansund lørdag 8. desember. Helt fra Veiholmen på Smøla, fra Halsanaustan, Gjemnes og Averøy kom det medlemmer for å delta på julemøtet vårt.

Jeg spurte Vidar om han kunne bidra med underholdning? Joda, han ville få med seg et par til og danne en liten trio. To dager før festen begynte de å øve, og sannelig ble det flott musikk av det! Vidar hadde i prinsippet lagt saxofonen på hylla grunnet parkinson etter mange år i Kristiansund Storband, men sammen med Åge på trompet og Anita (vokal) lagde de en flott minikonsert for oss i lettere jazzformat. Og sannelig ble det ikke en liten svingom også! Tusen takk til "The Vidar Kvambe Trio" som de fikk til delt som arbeidstittel på gruppa si. Og de er hjertelig velkomne tilbake en annen gang!

Og Magne fra Veiholmen spilte opp både konsertnummer og julesanger på piano, til stor sangglede for oss alle, både før, under og etter all julematen. Og sannelig slo ikke dikteren fra Veiholmen til med et hyldningsdikt til underdegnede til melodien

"Land of Hope and Glory". Men det er jeg altfor beskjeden til å gjengi her, men takk allikevel, Magne! Og takk til Aase som leste parkinsondikt for oss! Og kasserer Elin takker for netto 4000 kr innkommet på årsalget!



Arkivbilder av Vidar (over) og Magne (til venstre) tatt på helgesamlinga på Thonhotellet våren 2011.

(Jeg har greid å ødelegge kameraet mitt, derfor ingen bilder fra julegildet vårt.)

Leif

Rett skal være rett, sier Elin, som påpeker to feil jeg begikk i nr 4/2012:

På side to i forrige nummer av bladet kom jeg i skade for å tillegge Aase Nielsen æren eller ansvaret for bladets tittel "Hør på meg". Dette er feil, for det var jo min tidligere medredaktør Steinar Furnes som kom med dette forslaget.

*På samme side kom jeg også i skade for å skrive at fylkeslagets aller første helsereise var turen til Romania i oktober sist høst. Feil igjen.... I det aller første nummeret av bladet vårt—"Hør på meg" nr 1-2007, hadde jeg selv en flere siders reportasje om Latviaturen høsten 2007 i regi av Møre og Romsdal PF og Jorunn og Bjørn Overvåg, dette også en svært vellykket tur/helsereise. **Jeg beklager fadesene! Red.***



To gode kompiser - en spesiell opplevelse på Romaniaturen, av Aud Synnøve Gjøstøl Vik

Så hyggelig var denne opplevelsen som Aase og jeg hadde på Romaniaturen som Møre og Romsdal Parkinsonforening arrangerte at jeg fikk lyst til å dele den med alle dere som leser "Hør på meg".

Vi hadde blitt kjørt med buss fra Hotel President i Baile Felix til storbyen Oradea for å gå på byen og handle i gågata der, og så skulle vi bli henta og kjørt tilbake til hotellet igjen. Men plutselig *måtte* jeg på do! Og butikkene hadde ikke toalett å låne ut til kundene. Men det hadde restaurantene. Like ved der vi sto var det en svær restaurant, og vi ble enige om å gå inn der, men tenkte at vi sikkert måtte kjøpe noe for å få gå på do. I full fart så vi på menyen og bestemte oss for en forrett til 11 Lei hver, eller ca 18 NOK. Vi spurte om de ville pakke maten så vi kunne ta den med oss, og det var greit.

Det luktet veldig godt av den varme maten, som var godt innpakket. Da vi kom ut på gata, så vi på klokka at det var på høy tid å finne bussen som skulle kjøre oss tilbake til hotellet i Baile Felix. Og der ventet det middag, så vi hadde egentlig ikke bruk for den maten vi stod der med. Derfor bestemte vi oss for å gi den bort til noen som trengte den....

Dagen før hadde Aase sett to slitte menn, en litt eldre herre - alvorlig og mager - med en vinterfrakk som hadde sett sine beste dager, og en litt yngre, med slitt treningstøy, også han mager og alvorlig. Og mens vi stod der og funderte litt, så var de to mennene plutselig der i gata. Vi bestemte oss for å gi maten vår til dem, gikk bort til dem, rakte fram maten og sa vær så god - på norsk selvfølgelig. Du skulle sett de ansiktsuttrykkene, - er dette til meg? Vi la matpakkene i hendene deres og sa: "Ja, dette skal dere få!" Nølede tok de i mot maten, og vi gikk videre.

Men jeg ville gjerne se hva som skjedde så. Slukte de den med det samme, eller? Like ved der vi var stod et lite lekestativ, og der satt de to, side om side, tett i tett, og spiste med langsomme bevegelser. Det var et syn! Det var tydelig at de spiste med andakt, som vi sier. Det var nok ikke hver dag de spiste varm og god mat! Like etter kom bussen vår, og tilbake på hotellet ventet det oss en deilig middag, med nok av alt vi kunne ønske oss. Derfor gjorde denne opplevelsen et sterkt inntrykk på meg. Det var tydelig at de to karene var gode venner, og derfor ville nyte dette uventede gode gratismåltidet sammen. Det var virkelig et koselig syn.

Hilsen Synnøve

SUNNMØRE PARKINSONFORENINGES JULEGILDE 2012

gikk av stabelen 1. desember. Til sammen 74 personer deltok.



Nytt av året var en kombinasjon av julemesse og julegilde. Julemessen var en presentasjon av produkter produsert av medlemmene i foreningen. De største bidragsyterne var kanskje Else Leite (applikasjoner) og Terje Sæter (produkter av bearbeidet stein). Produktene som var lagt fram var av høy kvalitet og interessen var stor og omsetningen absolutt over forventning og opptellingen viste kr. 5500,-. Overskuddet av omsatte varer går til foreningen. Konklusjonen er at dette var et suksessfylt forsøk på å prøve noe nytt. Uten tvil er julemessen, som er en ide fra Else, kommet for å bli. Premissene messen er gjort på bør kanskje gjennomgås på nytt, men det er ingen tvil om at, riktig lagt opp, er dette et tiltak som er positivt for

både forening og den enkelte bidragsyter. I tillegg er det faktisk slik at Nevroplan 2015 legger stor vekt på aktiviteter av den enkelte parkinsonrammet som et tiltak for å forsinke sykdomsutviklingen. Dette vil i sum kunne inspirere flere til å ta opp en hobby som gir produksjon av produkter som passer i en slik messe. Med andre ord, det kan forventes at flere finner en hobby som igjen kan føre til salgsmesser i regi foreningen også i andre tider av året. Flott initiativ, Else!!



Julegildet for øvrig hadde et innhold til tråd med tidligere år. Hyggen og stemningen var den samme som tidligere år og alle hygget seg. Julematen var god som forventet og den tradisjonelle taffelmusikken var som forventet. Dette er en fest som alle hvert år ser fram til og det er ingen tvil om at tradisjonen vil fortsette i kommende år.

Dagens høydepunkt ble utnevningen av Terje Sæter som æresmedlem i foreningen. En vel fortjent utnevnelse. Det vises for øvrig til eget oppslag om dette.

I samsvar med tradisjonen ble årets loddsalg avviklet med stor kjøpelyst og entusiasme. To-tre av medlemmene hadde en imponerende vinnerlykke i år og det satte en ekstra spiss på årets loddsalg. Omsetningen var rekordhøy og foreningens kasserer, Borgar Mattland, smilte bredt da opptellingen først stoppet på kr. 5 930,-

Hyggeleg
selskap
og
nydeleg
mat!



Steinar
Furnes,
referent



TERJE SÆTER UTNEVNT SOM ÆRESMEDLEM I SUNNMØRE PARKINSONFORENING.

Terje Sæter ble på årets tradisjonelle julegilde 1. desember 2012 utnevnt til æresmedlem av Sunnmøre Parkinsonforening.

Terje har hatt diagnosen Parkinson sykdom i ca 20 år, men er likevel fortsatt aktiv med hobbyer som hage, steinsliping, knivmakerarbeid for å nevne noe. I denne perioden har han også vært i fullt arbeid i eget regnskapsbyrå. Likevel har han hatt tid til å ta på seg vervet som kasserer og regnskapsfører for Sunnmøre Parkinsonforening, et verv han har hatt de siste 15 år. Dette arbeidet har han skjøttet meget godt og da han ved siste valg ba seg fritatt for dette vervet er foreningen kjernesunn med en meget solid økonomi.

Snill er et ord som svært ofte blir brukt når Terje sin person skal beskrives. Han er meget tjenestevillig og han har meget tungtveiende grunner hvis han en sjelden gang må si dessverre til en forespørsel om å gjøre noen en tjeneste. Det er helst slik at Terje har alltid noe å bidra med når en utfordring dukker opp eller et behov for en dugnadsinnsats dukker opp. Ved de tradisjonelle loddsalgene på de årlige julegildene har han alltid bidratt med en av hovedgevinstene, et vakkert veggur utført med en håndslippt steinflate. Terje blir oppriktig glad når han får gjøre noen en tjeneste. Dette har alltid preget Terje i hans arbeid for foreningen.

Da han for et par år siden gikk ut av aktivt arbeid og ble pensjonist fikk han et dikt og siste verset er slik:



*Slik ser vi Terje, en vennekjær kropp
Ofte med sin Torill på tur
med smilende øyne og gråkvit topp
har alltid en hobby på lur
Nå kan han hedres som
rett pensjonist
Vil skifte til lavere gir
Og dette tror vi for sikkert og visst
Årene går og noe har vi nok mist
men Terje Sæter han blir.*

Bildet viser en stolt og rørt Terje ved overrekkelsen av diplommet.

Terjes æresmedlemskap i Sunnmøre Parkinsonforening er meget vel fortjent.

Steinar Furnes

Tiltredes! Møre og Romsdal PF gratulerer også Terje med æresmedlemskapet! Leif



"Hør på meg"
kunne feire 5- årsjubileum med nr. 4-2012.

Det er ikke tvil om at dette bladet er kommet for å bli. Alle prosjekter av noe format og som krever mye tid i det daglige har en ildsjel som tar ansvar for prosjektet. Så også "Hør på meg". Bladet vårt hadde aldri blitt den suksess det er uten det engasjement som Leif Klokkehaug har vist i disse fem årene. Foreningen er Leif stor takk skyldig.

Bladet ble unnfanget under en medlemstur til Latvia høsten 2007. Samtalene om dette gikk mellom styret i foreningen, Leif Klokkehaug, undertegnede og flere andre. Hovedargumentene gikk på at vi manglet et forum for opplysning og informasjon til medlemmene både om det som skal skje og det som har skjedd. Ganske fort trådte Leif fram som meget engasjert i prosjektet og etter hvert som en ildsjel for å få det realisert. Han hadde to nærmest ufravikelige mål med et slikt medlemsblad. Det skal gi reportasjer om det som har skjedd og informasjon om det som skal skje. Informasjon pr. rundskriv bør bli overflødig. Leif satte også som nærmest et krav at bladet skulle produseres i fire farger. Slik ble det, og Leif forhandlet fram meget gode avtaler om distribusjon og tidsfrister.

Det ble fort klart at disse kravene innebar et medlemsblad som ville koste ganske mye. Løsningen ble salg av annonseplass. Det innebar i praksis at bladet ble nærmest selvfinansierende. Det negative med denne løsningen var at det i praksis viste seg at mye arbeid ble liggende på redaktørene selv om det skal sies at der var flere medlemmer som viste et sterkt engasjement i salg av annonsene. Så hendte det gledelige at foreningen fikk betydelige inntekter som gjorde at salg av annonser ikke ble så viktig. Det innebar igjen at redaksjonen kunne mer konsentrere seg mer om bladets kvalitative innhold og at bladet fikk større kapasitet til aktuelt stoff. Alle som leser bladet regelmessig vil sikkert være enig i at bladet i hele perioden er blitt kvalitetsmessig bedre og bedre.

At et blads kvalitet er avhengig av en kunnskapsrik og engasjert redaktør er det liten tvil om. Så også for vårt blad. Vi håper at Leif står på også de kommende fem år.

Det kan jeg dessverre ikke love på strak arm, Steinar, men tusen takk likevel for hyggelige og oppmuntrende ord. Og glem nå ikke at du selv har en stor del av æren og ansvaret for bladet vårt de første 4 - 5 årene! Så takk igjen! Leif.

Steinar Furnes

Protokoll fra Nordmøre Parkinsonforenings årsmøte 2013 den 9. feb. kl 15.00 på Kafe "Stuepikene" i Kristiansund

Leder ønsket velkommen og årsmøtet ble satt med 12 medlemmer til stede.

Årsmøtesaker:

1. Godkjenning av innkalling og sakliste:
Vedtak: Innkalling og sakliste ble enstemmig godkjent
2. Valg av møteleder og referent
Vedtak: Leif Klokkehaug ble valgt til møteleder og referent
3. Årsmelding for driftsåret 2012
Vedtak: Styrets årsmelding ble enstemmig godkjent.
4. Regnskap for året 2012
Vedtak: Styrets regnskap for året 2012 ble enstemmig godkjent.
5. Budsjett for driftsåret 2013
Vedtak: Styrets forslag til budsjett 2013 ble enstemmig godkjent.
6. Arbeidsprogram 2013-2014
Vedtak: Styrets forslag til arbeidsprogram 2013-2014 ble enstemmig godkjent.
7. Valg:
Leder Leif Klokkehaug og styremedlem Synnøve Gjøstøl Vik var på valg
Varamedlem Edith Flatval var ikke på valg, men hadde bedt seg fritatt.



Valgkomiteen v/leder Kristoffer Flatval foreslo gjenvalg på leder, som nytt styremedlem Alf Inge Jenssen, som nytt varamedlem Kolbjørn M. Stokke, og som revisor gjenvalg av Ottar Olsen Alle fire hadde sagt seg villig, men leder tok forbehold om bare ett år i første omgang. Alle valg ble avgjort med akklamasjon.

Valgkomiteens leder hadde bedt seg fritatt fra sitt verv. Styret foreslo gjenvalg på de to andre, og Haldis Haltbakk som nytt medlem. Alle tre valgt med akklamasjon.

Det nye styret består nå av:

Leif Klokkehaug, leder/sekretær	På valg i 2014
Aase Nielsen, nestleder	På valg i 2014
Elin Klokkehaug, kasserer:	På valg i 2014
Alf Inge Jenssen, styremedlem:	På valg i 2015
Reidar Haltbakk, styremedlem:	På valg i 2014
Varamedlemmer:	
Gerd Halaas:	På valg i 2014
Kolbjørn M. Stokke	På valg i 2015
Revisor: Ottar Olsen:	På valg i 2014
Valgkomite: Haldis Haltbakk, Randi Flatval og Kari Hestnes.	Alle på valg i 2014

Nordmøre PF takker tidligere leder, styremedlem og varamedlem Edith Flatval for lang og tro tjeneste for foreninga!

Likeens takker vi Synnøve Gjøstøl Vik for det arbeidet hun har lagt ned som styremedlem i Nordmøre PF!

Årsmøtet ble avsluttet med Stuepikenes "Sorte gryte", som smakte fortreffelig. Aase hadde bakt to gode kaker til kaffen, Jens spilte keyboard, og årsalget tok helt av: 1400 kr netto.

6524 Frei, den 10. februar
Leif Klokkehaug, (sign)
møteleder/referent



Nordmøre Parkinsonforening: Årsmelding 2012

Nordmøre PF holdt sitt årsmøte 2012 den 11. februar på Barmannhaugen Eldresenter i KSU.

Etter årsmøtets valg og styrets konstituering har styret i 2012 bestått av:

Leder/sekretær	Leif Klokkehaug	Kasserer:	Elin Klokkehaug
Nestleder:	Aase Nielsen	Styremedlem:	Synnøve Gjøstøl Vik
Styremedlem:	Reidar Haltbakk		

OVERSIKT MØTER, MEDLEMSTALL OG ØKONOMI:

Styret har holdt **3 styremøter** dette driftsåret, behandlet **23 saker** og arrangert **4 medlemsmøter** inkl. julemøtet. Året 2012 startet vi med en egenkapital på **kr 135.224**.

Egenkapitalen ved utgangen av året er på **kr 121.252**, altså et negativt årsresultat på ca **kr 13.972**. Foreningen har ved årsskiftet totalt **92** medlemmer, mot 94 medlemmer forrige år.

MEDLEMSMØTER:

21. mars på Grand Hotel, Kristiansund: Parkinsonsykepleier Randi Skaget Hjellset om PS og Kristiansund kommune om hjelpemidler og lignende. Ca.15 fremmøtte.

12. sept. på Barmannhaugen Eldresenter: Ragnhild Støkket fra NPF om ikkemotoriske symptomer ved Parkinson. Ca 15 fremmøtte.

25. okt. på Håndverker'n i Kristiansund. Åpent møte med foredrag av psykologidoktor Andreas Engvig om betydningen av hjernetrening for eldre og parkinsonister. Samarbeid med Nordmøre MS-forening og LHL Kristiansund. Ca. 35 fremmøtte.

8. des. julemøte på Grand Hotel, Kristiansund: 28 deltakere. Julemat og underholdning.

AKTIVITETER:

Kaldkaukgjengen og Parkinsontrimmen (nå 4-9 deltagere, snitt oppmøte 6 deltagere)

Denne gjengen trimmer på Optima og har stemmeøvelser og erfaringsutveksling som likemannsarbeid etterpå på mandager. Parkinsontrim også på torsdager fra medio mars.

Parkinsonbowling på SunPark Futura Kristiansund: Gjennomført 4 torsdager 2012.

Besøksrunde til våre pasientmedlemmer: De aller fleste har fått besøk eller telefonkontakt.

LEDERMØTER OG KURS:

Miniseminar på parkinsondagen 11. april i samarbeid med LMS HF Nordmøre og Romsdal.

Fagdag for helsepersonell i Nordmøre og Romsdal 12. sept.: Samarbeid med LMS og MRPF.

Kurser for parkinsongruppe på Aure Rehabiliteringssenter:

Ledermøte 28.29. januar på Gardermoen: Aase og Elin deltok for NMPF, (Leif for MRPF.)

Regionalt ledermøte for Midt-Norge i Trondheim 4. des.: Aase og Elin, (Leif for MRPF.)

MÅLOPPNÅELSE:

NMPF har etter styrets oppfatning gjennomført vedtatt arbeidsprogram for 2012-2013 med godt resultat. Besøksrunden og parkinsonbowlingen er nye tiltak som bør videreføres.

Frei, den 17.01.2013
Leif Klokkehaug, leder

Enstemmig godkjent på årsmøtet den 9. feb. 2013

Årsmelding for Romsdal Parkinsonforening 2012

Årsmøtet fant stad i Eldres kultursenter lørdag 11. februar 2012. Det møtte 17 medlemmer derav tre nye. Årsmelding og regnskap vart godkjent. Valget vart slik:

Leder: Edvard Langset valgt for 1 år.
Nestleder: Ingen
Sekretær: Ingrid Vik - ikke på valg
Kasserer: Anne Vigger, ikkje på valg
Styremedlem: Mads Aure valgt for 2 år.
Varamedl.: Einar Nerland og Arnfinn Dyrkorn, valgt for 2 år
Revisor: Sigurd Skarsbø: valgt for 1 år
Valkomite: Jonn Nordbø og Aud Hauso: Valgt for 1 år

Pr. i dag har vi 64 pasientmedlemmer, 23 nærmeste pårørende og 17 støtte-medlemmer.

Vi har hatt 7 styremøter der 29 saker er behandlet. 1 medlemsmøte/ekstraordinert årsmøte og 1 medlemsmøte/julemøte.

Vi har og hatt 1 opent møte, dato 13. sept. Der hadde vi besøk av Ragnhild Støkket, helsefagleg rådgiver i N.P.F.. Her møtte det 15 personer. Vi som var der fikk mykje god informasjon. I forkant av dette møtet var det eit interju med Einar og Vigdis Nerland i Romsdal Budstikke.

Samme dag 13 sept. var det og kurs for parkinsonpasienter og pårørende i festsalen på Molde sjukehus. Det var eit samarbeid mellom M. og R. Parkinsonforening, nevrologisk avd., sjukehusapoteket i Molde, Aure rehab. Senter, logoped og lærings og mestrings-senteret.

Mads Aure deltok på Webkurs i Ålesund 16. april. Edvard Langset og Einar Nerland deltok på kurs med Audun Myskja som var arrangert på Ski 15. og 29. mai.

I Trondheim var det kurs for dei som satt på parkinsontelefonen 6. og 7. sept., her deltok Edvard Langset.

Regonalt ledermøte i Trondheim 4. des. Der skulle to representanter fra kvart lokallag møte, der møtte Einar Nerland. Vår andre repres. måtte melde avbud p.g.a. av sjukdom. Einar deltok og same dag på opent møte om avansert behandling.

Så må vi nemne den flotte turen vi hadde til Eikesdalen den 16. juni. Dei 28 som var med fikk ein flott dag.

Julemøtet vart også i år på Lubbenes. Dato 1. desember kl. 18. 00. Her møtte 34 festkleddede personer som kosa seg med god mat og fin underholdning. Styret har elles i haust vore på utkikk etter eit nytt møtelokal p. g.a. at det er vanskeleg å parkere bil og komme dit til fots.

For styret: leder Edvard Langset.

Sekret. Ingrid Vik.

Referat fra årsmøtet i Romsdal Parkinsonforening 09.02.13

Sted: Molde Sanitetsforening sitt lokal i Bjørnstjerne Bjørnsonsv. 12. Det møtte 14 stykker.

Sak 1 : Møteinnkalling og saksliste godkjent.

Sak 2 : Til møteleder vart Edvard valgt og Ingrid vart valgt til referent.

Sak 3 : **Årsmelding for 2012** vart lest opp og godkjent.

Sak 4 : **Regnskap** med revisorberetning vart godkjent.

Sak 5 : **Valg** : leder: Einar Nerland valgt for 2 år.

nestleder: Edvard Langset ----- 1år.

kasserer: Anne Vigger -----2 nye år.

sekretær: Steinar Settem -----2 år.

styremedl: Mads Aure -----1 år.

Arnfinn Dyrkorn er varamedl/regnskapsfører 1 år.

Varamedlem er og Odd Steinar Vågen valgt for 2 år og Kari Vestre valgt for 2 år.

Revisor : Sigurd Skarsbø valgt for 1 nytt år.

Valgkomiteen: Aud Hauso og Ingrid Vik valgt for 1år.

Sak 6 : Eventuelt: Ingen saker var innkomet. Årsmøte vart dermed heva. Etter møtet vart det servert grøt og spekemat og så kaffi. Vi hadde og åresalg og det kom inn kr. 850. Sondre Rekdal underholdt med fin pianomusikk.
Ingrid Vik, sekretær

Romsdal PF memorerer fra i fjor, v/Einar Nerland



I fjor vår var Vigdis og Einar Nerland ute og besøkte noen av de videregående skolene i fylket og holdt skoletimer om Parkinson. Tilbakemeldingene har vært meget bra, spesielt for de elevene som fikk om Parkinson til eksamen. Det har kommet forespørsler om å gjøre det samme nå i vår



Den 1. desember hadde vi **ju-lemøte** på Lubbenes. Til tross for tosifrede blå tall på gradstokken, var det hele 34 feststemte medlemmer som møtte opp. Det ble servert god mat og drikke, samt at det var musikkunderholdning og utlodninger.

Sunnmøre Parkinsonforening: Årsmelding 2012

Sunnmøre Parkinsonforening har hatt et aktivt driftsår i 2012. Foreningen har kommet godt i gang med arbeidet for å nå de mål som er vedtatt i arbeidsprogrammet for 2012 – 2013, og som er spesifisert i foreningens handlingsplan for 2012.

Medlemmer

Ved årsskiftet hadde foreningen 84 pasientmedlemmer og totalt 164 med pårørende- og støttemedlemmer.

Årsmøte

Årsmøtet ble avholdt 12. februar på Waterfront Hotell kl 1300. 23 medlemmer møtte.

Styret

Styret i perioden har bestått av:

Leder: Arne Thorsnes	Varamedlemmer: Kåre Steinsvik, Jorunn Overvåg.
Nestleder: Else Leite	Revisor: Harald Tronstad.
Kasserer: Borgar Mattland	Valgkomite: Terje Sæter (leder), Svein Arne Velle, Inger Folland
Sekretær: Steinar Furnes	
Styremedlem: Erik Aarseth	

I perioden er det avholdt 6 styremøter og behandlet en rekke saker. I en lengre periode, på grunn av leders sykehusopphold, fungerte nestleder som leder.

MÅLOPPNÅELSE I HENHOLD TIL VEDTATT HANDLINGSPLAN.

Arbeidsprogram 2012-2013

Arbeidsprogrammet ble vedtatt på årsmøtet i 2012. Det er basert på NPF sitt opplegg og danner grunnlag for styrets arbeid med en handlingsplan som konkretiserer arbeidsoppgavene og fordeler arbeidet. Planen blir justert fortløpende avhengig av behov og økonomi.

Medlemsservice

- * Foreningen har arrangert én helgesamling i 2012. Samlingen ble avholdt i Ulsteinvik 1. til 3. juni. Nesten 30 medlemmer deltok.
- * Besøksrunde til parkinsonpasienter er gjennomført. Tiltaket ble svært godt mottatt av våre pasientmedlemmer, og bør videreføres også i kommende år.
- * Det ble fulgt opp med medlemsmøte den 22. mars med Ragnhild Støkket som foredragsholder. 21 medlemmer møtte.
- * Det ble arrangert golfweekend to gg. på Moa Golfsenter i juni og september.
- * Det har vært et fast tilbud til bowling siste torsdag i hver måned.
- * Til turen til Romania i oktober, arrangert av fylkesforeningen sponset Sunnmøre Parkinsonforening sine medlemmer med kr. 2000,- pr medlem.
- * På det tradisjonelle julegildet ble arrangementet utvidet med en messe der deltagere med produkter produsert på hobbybasis silte ut sine produkter for salg. Foreningen fikk en andel av fortjenesten for oppnådd salg.

Opplysnings- og informasjonsarbeid

- * På Parkinsondagen i april hadde foreningen stand på Moa Vest
- * Dagsseminar for helsepersonell ble gjennomført 23. mars. Ragnhild Støkket deltok.

Organisasjonsutvikling

- * Foreningen deltok på NPFs ledermøte 28.-29. jan med Erik, Else og Steinar
- * På NPFs regionsmøte for Midt-Norge 4. desember i Trondheim var foreningen representert ved leder og nestleder.

Økonomi.

Foreningen har god økonomi. Regnskapet viser et underskudd på driften på **kr 6987,-** og en egenkapital pr 31. 12. på **kr 370559,-**

Ålesund, 7. jan. 2013, Sunnmøre Parkinsonforening
Styret, v/Arne Thorsnes, leder,

Steinar Furnes, sekretær.

Sunnmøre PF: Referat fra årsmøtet 2012 den 09.02.2013

Møtet ble holdt på Baronen Hotell kl 1300.

1. Arne ønsket velkommen til møtet. Antall stemmeberettigede deltagere var 19.
2. Godkjenning av innkalling. Innkallingen ble enstemmig godkjent.
3. Valg av møteleder. Som møteleder ble valgt Arne Thorsnes.
4. Valg av referent. Som referent ble valgt Steinar Furnes.
5. **Årsberetning 2012.** Beretningen ble lest opp punkt for punkt. Godkjent med følgende tillegg: Det ble arrangert golfsamling også i juni og dermed to ganger. Parkinsontrimmen ble utvidet til to ganger pr uke i januar 2012.
6. **Regnskap 2012.** Regnskapet ble enstemmig godkjent.
7. **Budsjett 2011.** Budsjettet ble enstemmig godkjent.
8. **Arbeidsprogram 2013 – 2014.** Godkjent med presisering om at "Rehabsaken" har største prioritet. Årsmøtet er bekymret for konsekvensene av forslaget fra Helse Midt-Norge om at all rehabilitering skal skje innenfor sykehusene og at avtalene med Aure og Mork dermed skal avvikles.
9. **Valg:**

Forslaget fra valgkomité ble enstemmig godkjent og styret har dermed denne sammensetning:

Tittel	Navn	Funksjonstid	Tlf.
Leder	Arne Thorsnes	2 år	94842274
Kasserer	Borgar Mattland	Ikke på valg	91787055
Sekretær	Steinar Furnes	Ikke på valg	95255100
Styremedlem	Else Leite	Ikke på valg	97954486
Styremedlem	Erik Aarset	2 år	70143379
1. varamedlem	Kåre Steinsvik	Ikke på valg	97468345
2. varamedlem	Jorunn Overvåg	Ikke på valg	91640440
Revisor	Terje Sæter	1 år	

Flere saker forelå ikke til behandling og årsmøtet ble avsluttet. Årsmøtet ble avsluttet med middag og etter middag ble følgende poster avvirket: Det tradisjonelle loddsalget som innbrakte kr. 2400,-. Det ble litt spesielt denne gangen ved at Arne overlot til foreningen en billett for to på et weekend cruise til Kiel.

- Det ble en hovedgevinst utenom det vanlige. Den heldige vinner ble for øvrig Bjørn Overvåg.

SUNNMØRE PARKINSONFORENING, styret

Steinar Furnes, ref.

Parkinsonforeningen Sunnmøre inviterer til busstur med nye opplevelser.

Start fra Moa Bussterminal kl.10.00 søndag 26.mai 2013.Ferje fra Sulesund til Hareid – stans for å plukke opp medlemmer ved ferjeleiet på Hareid.Videre via Eiksundsambandet til Ørsta. Stopp i Ørsta sentrum for opplukking medlemmer. Fra Ørsta – Volda til Kvivsvegen for å skaffe oss et inntrykk av denne nye vegen. Retur mot Sæbø og omvisning på Rekkedal Gård. Her blir det servert varm lunch med dessert. Etter lunch og litt sight-seeing på Sæbø retur til Moa (motsatt vei) via Sulesund.Tilbake på Moa ca 15.30.Vi har en grense på 53 deltakere og de første påmeldte vil ha førsterett. Egenandel kr 200,- per person betales på bussen. Påmelding innen 10.mai til Erik Aarset tel. 70143379 – 92609962 – eaarset@online.no

OPPLEV SØRE SUNNMØRE EN SOMMERDAG!





Møre og Romsdal Parkinsonforening

**Innkalling og sakliste for
årsmøtet lørdag 2. mars kl 12.30
på Fjellstova, Ørskogfjellet**

1. Godkjenning av innkalling og sakliste
2. Valg av møteleder og referent
3. Årsmeldinger og regnskap 2012 fra de tre lokalforeningene (Se side 12 -18)
4. Fylkesstyrets årsmelding for driftsåret 2012 (Se side 20-21)
5. Fylkesstyrets regnskap for driftsåret 2012 (Se neste side)
6. Fylkesstyrets arbeidsprogram for 2013 – 2014 (Se side 22)
7. Fylkesstyrets budsjett for 2013 (Se side 23)
8. Saker fra styret eller fra lokalforeningene
 - a. Forslag til uttale om rehabiliteringa i fylket (Se side 24)
9. Valg. **Valgkomiteens forslag:**

Leder:	Leif Klokkehaug	ikke på valg
Nestleder:	Svein Arne Velle,	ikke på valg
Kasserer:	Steinar Furnes, Ålesund	gjenvalg
Sekretær:	Kåre Steinsvik, Ålesund	ikke på valg
Styremedlem:	Einar Nerland, Molde	ikke på valg
Varamedl.:	Elin Klokkehaug, Aase Nielsen og Edvard Langset,	ingen på valg.
Revisor:	Terje Sæter	ny

10. Valg av delegater, varadelegater og evt. observatører fra MRPF til landsmøte 2013: **Styrets forslag:**

Delegater fra MRPF:	Leif Klokkehaug, Svein Arne Velle og Arne Thorsnes
Varadelegater:	Aase Nielsen, Edvard Langset og Else Leite.

11. Valg av ny valgkomite: **Styrets forslag:**

Nestlederne for lokalforeningene. Nestleder Sunnmøre PF er leder for valgkomiteen.
--

Umiddelbart før årsmøtet settes i 2. etasje, får vi litt underholdning ved elever fra Vestnes Kulturskole, mens vi koser oss med en kopp kaffe og et kakestykke.

I løpet av årsmøtet får vi også servert middag i 1. etasje.

Når årsmøtet formelt er slutt, tar vi en runde med åresalg ledet av Terje. Så håper vi at dere tar med gevinster til åresalget, og kjøper masse årer! **Vel møtt!**

NB. Konstituerende styremøte etter årsmøtets slutt!!!!



Oversikten viser reviderte regnskapstall (hovedtall)

For mer detaljerte regnskapstall, se høyre kolonne i budsjettforslaget for MRPF 2013, side 23.

BALANSE	
Aktiva:	
Fordringer	65000
Bankinnskudd, kontanter	266204
Sum eiendeler	331204
Passiva	
Årets underskudd	28899
Påløpne kostnader	5594
Sum egenkapital	325610
Sum egenkapital og gjeld	331204
RESULTATREGNSKAP	
Inntekter	643207
Kostnader relatert til inntektene	544507
Driftskostnader	128775
Driftsresultat (underskudd)	30075
Netto finansinntekter	1176
Årsresultat (underskudd)	28899

Regnskapet er satt opp av kasserer Steinar Furnes og revidert av vår valgte revisor Harald Tronstad.

Hovedtallene speiler først og fremst et svært aktivt år for Møre og Romsdal PF, med helsereisa til Romania og helgesamlinga i Ulsteinvik som to av de mest krevende tilbudene vi har gitt våre medlemmer.

At resultatet viser underskudd, skyldes i hovedsak at budsjetterte inntekter ikke slo inn helt som forventet.

Men vi står oss bra, lell!!!

Humorspalten

Fire smågutter var sure på læreren sin, og tenkte de skulle spille han et lite puss. Den første ringte til læreren og spurte:

- Kan jeg få snakke med Ola?
- Det bor ingen her som heter Ola, svarte læreren og la på.

Så ringte den andre gutten og sa:

- Kan jeg få snakke med Ola?
- Du har kommet feil, svarte læreren, det bor ingen som heter Ola her, og la på.

Så ringte den tredje gutten og sa:

- Kan jeg få snakke med Ola?
- Hva skal dette bety? Her ringer den ene etter den andre og spør etter Ola! Det bor ingen her som heter Ola, sa læreren og slang på røret. Etter en liten stund ringer den siste gutten til læreren og sier:

- Hei det er Ola som ringer! Er det noen som har ringt og spurt etter meg?





ÅRSMELDING 2012

Møre og Romsdal Parkinsonforening har hatt et aktivt driftsår i 2012. Foreningen har kommet godt i gang med arbeidet for å nå de mål som er vedtatt i arbeidsprogrammet for 2012 – 2013, og som er spesifisert i foreningens handlingsplan for 2012.

Medlemmer

Ved årsskiftet hadde foreningen 206 pasientmedlemmer og totalt 355 med pårørende - og støtte-medlemmer. Dette er en økning på 11 medlemmer i løpet av 2012.

Årsmøte

Årsmøtet ble avholdt 17. mars på Fjellstova på Ørskogfjellet. Det møtte 20 medlemmer.

Styret

Styret i perioden har bestått av:

Leder:	Leif Klokkehaug
Nestleder:	Svein Arne Velle
Kasserer:	Steinar Furnes
Sekretær:	Kåre Steinsvik
Styremedlem:	Einar Nerland
Varamedlemmer:	Elin Klokkehaug, Aase Nielsen og Edvard Langset.
Revisor:	Harald Tronstad.
Valgkomiteen:	Bjørn Overvåg (leder), Edvard Langset og Reidar Haltbakk.

I perioden er det avholdt 6 styremøter og behandlet en rekke saker. Det ble gjort formelt vedtak i 43 saker. Lederne i lokalforeningene har vært innkalt med tale- og forslagsrett.

MÅLOPPNÅELSE I HENHOLD TIL VEDTATT HANDLINGSPLAN.

Arbeidsprogram 2012-2013

Arbeidsprogrammet ble vedtatt på årsmøtet i 2012. Det er basert på NPF sitt opplegg og danner grunnlag for styrets arbeid med en handlingsplan som konkretiserer arbeidsoppgavene og fordeler arbeidet. Planen blir justert fortløpende avhengig av behov og økonomi.

Medlemsservice

- * Medlemsbladet "Hør på meg" har kommet ut regelmessig med til sammen 4 nummer i 2012.

- * Fylkesforeninga har arrangert én helgesamling i 2012. Samlingen ble avholdt i Ulsteinvik 1. til 3. juni. Sunnmøre PF var medarrangør. Nesten 30 medlemmer deltok.
- * Besøksrunde til parkinsonpasienter er i hovedsak gjennomført i hele fylket. 114 medlemmer har svart på spørreskjemaet vårt. Tiltaket ble svært godt mottatt av våre pasientmedlemmer, og bør videreføres også i kommende år.
- * Fylkesforeninga stod som arrangør for en helsereise til Romania 1. til 15. oktober. Turen var subsidiert og samlet 35 deltakere. De aller fleste var så fornøyde at tiltaket anbefales videreført hvert år hvis økonomien tillater det.
- * Fylkesforeninga har tatt initiativet til og mye av kostnadene med å utdanne og sertifisere logoped og ergo- og fysioterapeuter i LSVT-metoden. Aure Rehabiliteringssenter har etter dette gjennomført 3 gruppesamlinger i 2012. Det deltok 5-6 parkinsonpasienter på hver samling som gikk over 4 uker. Prøveopplegg er også satt i gang i Ålesund.
- * I 2012 bidro Fylkesforeninga 4 ganger med 3-timers informasjon til parkinsongrupper på Aure Rehabiliteringssenter, de tre siste gangene til LSVT Big-gruppene.

*

Opplysnings- og informasjonsarbeid

- * Medlemsbladet "Hør på meg" er foreningens viktigste redskap for å informere medlemmene. Siste nummer satte rekord med hele 48 sider.
- * Fylkesforeninga arrangerte kurs for alle 4 webredaktørene våre i fylket 18. april.
- * I samarbeid med Lærings- og mestringssenteret for Møre og Romsdal HF var fylkesforeninga medarrangør for følgende kurs:
 - Fagdag om parkinson ved Kristiansund sykehus 12. sept.
 - Pasient- og pårørendekurs ved Molde sjukehus 13. sept.

Organisasjonsutvikling

- * MRPF deltok på NPFs ledermøte 28.-29. jan med leder, nestleder og sekretær.
- * På NPFs regionsmøte for Midt-Norge 4. desember i Trondheim var fylkesforeningen representert ved leder og kasserer.

Økonomi.

Resultatregnskapet for 2012 viser et samlet driftsunderskudd på **kr 28 899**. Hovedårsaken til dette er noe lavere inntekter enn budsjettet. Foreningen har likevel en god økonomi, med en egenkapital på **kr 325 610**

MØRE OG ROMSDAL PARKINSONFORENING, 7. januar 2013.

For styret
Leif Klokkehaug
Leder

Kåre Steinsvik
Sekretær



Møre og Romsdal Parkinsonforening

Arbeidsprogram

2013 – 2014

MEDLEMSSERVICE

- Gi ut medlemsbladet vårt "Hør på meg" minst 4 ganger årlig.
- Vedlikeholde hjemmesida www.parkinson.no/moreogromsdal
- Tilby årlige helgesamlinger i samarbeid med lokalforeningene
- Videreføre besøksrunden til pasientmedlemmene våre
- Tilby sponset to ukers helsereise til Syden for våre medlemmer.
- Bidra til at medlemmer får tilbud om LSVT Big og Loud lokalt.
- Støtte lokalforeningenes likemannsarbeid, aktiviteter og tilbud.

OPPLYSNINGS- OG INFORMASJONSARBEID

- Bruke "Hør på meg" som viktigste informasjons/kommunikasjonskanal.
- Legge ut info på hjemmesida www.parkinson.no/moreogromsdal
- Informere fysio-, logo- og ergoterapeuter i fylket om LSVT Big og LSVT Loud som gode treningsteknikker for parkinsonrammede.
- Samarbeide med LMS både om undervisning av helsepersonell for å forebygge feilmedisinering og –behandling av parkinsonrammede, og om undervisning av parkinsonrammede og pårørende om sykdommen.
- Informere parkinsongruppene på rehab-tilbud ved ARS (Aure rehab)

HELSEPOLITISK INTERESSEARBEID

- Synliggjøre behovet for spesialavdelinger på syke- og pleiehjem
- Arbeide for at kommuner og helseforetak oppfordres til å gjøre parkinsonforeningenes tjenester og tilbud kjent for sine parkinsonpasienter, og til å samarbeide om lærings- og mestringstiltak
- Samhandling/tverrfaglig tilbud med parkinsonsykepleier som koordinator
- Følge opp rehabiliteringstilbudet "Parkinsonskolen" på Aure Rehab

ORGANISASJONSUTVIKLING

- Delta på kurs, ledersamlinger og landsmøter i regi av NPF
- Stimulere til vekst i lokalforeningene gjennom koordinert innsats og samarbeid om mål, tiltak, gjennomføring, sponsing og evaluering
- Bidra til at tillitsvalgte og webredaktører får den opplæring og kompetanse de trenger i sine verv og funksjoner.
- Finne noen som vil være lokale kontaktpersoner rundt om i bygdene.
- Bidra til at NPFs formål, prinsipp- og arbeidsprogram gjennomføres, evalueres og fornyes.



Møre og Romsdal Parkinsonforening

Styrets forslag til Budsjett 2013

Arbeidsprogrammet på forrige side er utledet fra Norges Parkinsonforbund sitt gjeldende arbeidsprogram, og viser samtidig hva styret for vårt fylkeslag ønsker å få til i kommende toårsperiode.

Styrets budsjettforslag viser hvilke midler som må skaffes og brukes for å gjennomføre de aktiviteter og nå de mål som arbeidsprogrammet vårt beskriver.

BUDSJETT 2013								
Prosjekter 2013	Helgesaml. mai	Helsereise sept.	Besøk medl.	info møter helsepersonell	Medl. blad	Drift	SUM	Regn. 2012 revidert
Kostn.								
Kostnader							-	
Møter, kurs	2 500	5 000				30 000	37 500	34 011
Reisekostn.	5 000	5 000	15 000			15 000	40 000	30 597
Hotellkostn., billetter golfkostn./bowling,etc	60 000	400 000					460 000	473 813
Ulstein hotell								27 230
honorarer	15 000					5 000	20 000	16 445
Kontorrekv.						8 000	8 000	1 617
EDB/Data							-	
Trykksaker						4 000	4 000	3 810
Trykking "Hør på meg"					35 000		35 000	41 160
Porto					8 000	2 000	10 000	7 330
Annen kontorkostn					5 000	3 000	8 000	9 250
Kont. FFO						1 000	1 000	1 000
Andre kostnader				17 500		5 000	22 500	
kostn lswt							-	17 363
Stemmeforsterkere						9 500	9 500	9 657
SUM KOSTNADER	82 500	410 000	15 000	17 500	48 000	82 500	655 500	673 282
							-	
Inntekter								
							-	
Inn fra medlemmer	-35 000	-360 000					-395 000	-393 415
Bingoinntekter						-150 000	-150 000	-168 963
Kontingenter netto						-13 000	-13 000	-13 080
Annonseinntekter						-8 000	-8 000	
Grasrotandeler, loddsalg						-2 500	-2 500	-3 119
Tilskudd NPF	-10 000	-7 500	-7 500				-25 000	-25 000
Helse Midt	-20 000	-10 000	-7 500	-15 000			-52 500	-30 000
M&R Fylke							-	-2 115
Tekn. hjelpemidler						-3 000	-3 000	-3 000
Off.tilskudd,refusjon. Annet						-8 000	-8 000	-4 514
Netto ffinansinntekter						-1 500	-1 500	-1 176
Sum inntekter	-65 000	-377 500	-15 000	-15 000	-	-186 000	-658 500	-644 383
Resultat	17 500	32 500	-	2 500	48 000	-103 500	-3 000	28 899
							-	

Forslag til uttale fra Møre og Romsdal PFs årsmøte 2013 til styret for Helse Møre og Romsdal v/adm. dir. Astrid Eidsvik

Møre og Romsdal Parkinsonforening (MRPF) organiserer i dag 206 av et sannsynlig antall på mellom 400 og 500 parkinsonpasienter i fylket. I tillegg til pasientmedlemmene våre organiserer vi også ca 150 nære omsorgspersoner og støttemedlemmer.

Parkinsons sykdom er som kjent en kronisk, progredierende nevrologisk sykdom. Våre medlemmer og andre parkinsonpasienter fra hele Helse Midt kan i dag nyte godt av et godt tilbud ved Aure Rehabiliteringssenter (ARS). ARS har et engasjert og tverrfaglig dyktig personale, et godt kjøkken og flotte naturomgivelser. Dessuten har ARS eget varmtvanns-basseng, noe som parkinsonpasienter har stor glede og nytte av. Men aller viktigst for vår pasientgruppe er at ARS fra juni 2012 har gitt tilbud om et 4 ukers programopphold med innlæring av den nye treningsmetoden LSVT Big som en viktig ingrediens i oppholdet, pluss en ukes oppfølging ca. 1/2 år senere. ARS har tre terapeuter (to fysio- og en ergoterapeut) med kompetanse og sertifisering for denne treningsmetoden. Siden terapeutene ble sertifisert i mars 2012 har ARS gitt 4 programopphold a 4 uker til 4 grupper a 6 parkinson-pasienter, - dvs. bortimot 700 liggedøgn på ¾ år bare for pasienter med diagnosen parkinson.

Gjennom MRPFs medlemsblad "Hør på meg" har informasjon om dette tilbudet og pasientenes erfaringer med det ført til at ARS nå har stor søkning og ventelister for parkinsonrehabilitering. Vi ser at dette tilbudet både er viktig og riktig for rehabilitering av vår pasientgruppe. Både internasjonal forskning og vår erfaring viser at metoden virker positivt for parkinsonpasienter. Et døgnbasert sammenhengende programtilbud over flere uker med trening nær sagt døgnet rundt gir sterk motivasjon for oppfølging hjemme etter oppholdet.

Derfor er vi svært bekymret over at helseforetaket har mulig nedlegging av Aure og Mork rehabiliteringssentra på dagsorden. Vi har oppfattet at dette forslaget begrunnes både økonomisk og faglig. Faglig fordi man antar at spesialisert rehabilitering best kan utføres innenfor sykehusenes egne vegger med bred faglig ekspertise lett tilgjengelig. Men hvordan travle spesialister i sykehusene skal få tid og plass til å ta seg av slik rehabilitering er for oss en gåte. Helse MR vil spare henholdsvis ca. 5 og 18 mill. kr ved nedlegging av ARS og Mork, men hvis disse tjenestene skal flyttes inn i sykehusene antar vi at økte kostnader ved dette mer enn spiser opp denne innsparingen, med mindre spesialisert rehabilitering i stor grad omdefineres til vanlig rehabilitering, og ansvaret skyves ned til den enkelte kommune. Så vidt MRPF er kjent med er ingen av fylkets kommuner i overskuelig framtid verken i stand til eller villige til å ta dette ansvaret. *Vi er redde for at kronikerne blir taperne i en slik prosess.* Våre flotte rehabiliteringssentra lar seg vanskelig erstatte!

Riksrevisjonen har rettet skarp kritikk mot regjeringens manglende satsing og innsats på rehabiliteringsområdet til tross for at dette har vært et område som skulle styrkes vesentlig. Helse MR ligger i dag langt bak begge de to trøndelagsfylkene i antall tilgjengelige rehabiliteringsplasser i forhold til folketallet i fylkene. Legges ARS og Mork ned, vil denne skjevfordelingen bli enda større. Vårt ønske og forslag blir derfor:

Snu heller dette problemet fra noe negativt til å bli en positiv utfordring, og sats på å styrke og videreutvikle det gode tilbudet som gis ved våre rehabiliteringssentra. Slik vil befolkningen i fylket kunne få gode tilbud som holder dem friskere lenger, slik at de i større grad klarer seg selv uten dyrere plasser i omsorgsboliger, sykehjem og sykehus. La heller Helse MR bli et mønsterforetak!

Kanskje ARS kan videreutvikles til et slags nasjonalt kompetansesenter for parkinsonrehabilitering? En logoped med LSVT Loud og en nevrolog i delstillinger er kanskje alt som trengs i tillegg til allerede eksisterende kompetanse og kapasitet. Lykke til!

MRPF med tilbud om ny sponset helsereise til Baile Felix i Romania sept. 2013

Vi tilbyr tur til våre medlemmer til Baile Felix hvor vi var i fjor. *Se referat i Hør på meg nr 4/2012.* Vi har undersøkt nøye andre reisemål men ingen kan matche prisen, og når vårt opphold i fjor var så vellykket var saken klar. Vi går ikke inn på detaljer om tilbudet siden det er så godt referert i "Hør på meg" nr 4/12. Vi nevner bare at bedre tilbud om behandlinger får du ikke.

Spesifikasjoner om turen:

1. Avreise Årø og Vigra 16. sept. kl 0700, ankomst hotellet kl 1700
2. Retur 29. sept. kl 0500, ankomst Vigra kl 1530 og Årø kl 1645
3. Pris 8 995,- pr. person som inkluderer reise Årø/Vigra til Baile Felix med retur og alle måltider. Tillegg for enkeltrom kr. 2700,-. Tilbudet inkluderer også tre typer behandlinger pr dag pr person fra en spesifisering på 38 prosedyrer.
4. Hotellet har også et av de mest moderne badeland i Europa der alle fasiliteter tilbys for ca kr. 60,- pr besøk (gjernede hele dagen).
5. **Bestilling senest 1. juni**, men siden det er reservert "bare" 16 plasser fra Molde og 20 fra Ålesund ber vi om at bestilling gjøres før i tilfelle overbooking (**først til mølla, osv...**)
6. Send /ring bestilling til Steinar (95255100 – steinar@furnes.org) eller til Arne (94842274 – arne.thorsnes@gmail.com)

Nye terapeuter med **LSVT Big** eller **LSVT Loud** i Møre og Romsdal:

LSVT BIG:

Mona Amri, Ålesund, fysioamri@hotmail.com

Hildegunn Eikrem, frisksenteret, Ålesund, hildegunn.eikrem@tele2.no

Siv Lindheim, Sentrum Fysioterapi Molde, sivleik@frisurf.no

LSVT LOUD:

Randi Skjevling, tlf 71575950, randi.skjevling@kristiansund.kommune.no

Ingrid Widme, tlf 71575950, ingrid.widme@kristiansund.kommune.no

Eli Barman, 6416 Molde, post@logopedhjelp.com

Åslaug Gjermundrød - aagj@giske.kommune.no

Evy Janne Nedrevold - Korsnesvegen 32, 6035 Fiskarstrand, evyjanne@gmail.com

Aase M. Reite, Doktervegen 8, 6100 Volda, 95177348, 70077634



Min Parkinson, av Terje Dalsøren

Eg heiter Terje Dalsøren, er fødd i 1949. Gift med Sif, har 4 barn og 6 barnebarn. Bur på Hareid.

I dag er klokka vorten nesten 10 før eg får noko ned på papiret, slik er det somme dagar – handa som held blyanten/trykker på tastaturet går sine eigne vegar. Når det vert for gale legg eg meg ned på golvet medan eg ventar på at tablettane skal slå betre inn. Eg ligg stadig i kamp med mr. Parkinson han er ein uberegnelig kar!

Det er over 10 år sidan eg ante at noko ikkje lenger var som før. Riktig ille vart det ein gong eg kom att frå ein lengre skitur og skulle ta meg eit stort glass med vatn – og hadde ikkje sjanse til å treffa munnen – handa skalv resten av kvelden.

På arbeidsplassen sleit eg av tegningane, når vi skulle studera desse ute på byggeplassane. Eg er utdanna ingeniør, og hadde jobb som prosjektleiar. Byggemøta med mange aktørar vart etter kvart ei stor belastning sjølv om eg møtte stor velvilje ifrå kollegar og aktørar. Eg fekk mykje støtte ifrå mange i denne perioden, ikkje minst ifrå arbeidsgivaren min. Men stadig oftare måtte eg attende til arbeidsplassen utanom vanleg arbeidstid for å nytta dei "rolege stundene" for å få unna papirarbeidet som følgde jobben.

I samråd med arbeidsgivar såg vi på muligheiter til å endra arbeidsoppgåver, men sjølvom begge partar la all godvilje og kreativitet til grunn – fann vi ikkje noko som vi kunne føra vidare, dessverre!

Ellers gjekk dagane og åra med gjeremål som før, har alltid hatt nok å gjera i fritida også – har alltid vore i sving med eit eller anna.

Det er no 5 år sidan eg første gong vart sjukmeld for Parkinson – det gjekk med andre ord 5 år ifrå eg fekk konstantert sjukdomen til eg kom til dette stadiet. Eg roa meg ned med å ta ei sjukmelding ,og prøvde igjen, men måtte tilslutt erkjenne at mi tid i arbeidslivet var forbi, og for ca 2 år sidan vart eg uføretrygda.

Sjølvom eg hadde vore klar over det, så var det nærmast eit nederlag å bli uføretrygda. Du saknar arbeidskammeratar og miljøet, som er langt viktigare enn ein trur. Men alt vert ein vane, og no er eg tilbake på arbeidsplassen dann og vann – er koseleg å slå av ein prat.

Ein fantastisk familie og gode venar gjer at eg likevel har det så bra som det går an, alt tatt i betraktning. Eg har ei kone, som ikkje har gjeve opp å masa meg ut på ein trimtur, det er ikkje alltid like populert, men det er godt meint-og det veit eg! Eg har fram gjennom livet alltid vore i god form – og dette trur eg framleis hjelper meg meir enn eg trur. No er det ikkje å leggja sjul på at eg ”duppar” høgrefoten når eg er ute og går, eg prøver bevisst å stiga litt høgrefoten, men det er der.

Liker godt å gå på ski og sykle, sage og høgge ved er topp gjeremål, sjølv om reaksjonen kjem etterpå.. Fiskar om lag all fisken vi og andre et. Eg hjelper alle med det dei spør om, men Parkinson bestemmer omfanget, arbeidstid og finish på arbeidet. Dette var aldri noko problem før. Eg er også så heldig at eg/vi reiser mellom Bjorli (vinter og høst) Hallebygda vår/sommar og høst samt til OBA (Tyrkia) vår og høst. Eg/vi har med andre ord fullt program! Så viss ikkje misstotet tek meg, det har det ikkje gjort endå, så er dagane framleis gode å leva!

Lukke til kameratar – det treng oss!

Nytt kurs for pasienter og pårørende

Møre og Romsdal Parkinsonforening arrangerer i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret Helse Møre og Romsdal nytt kurs for pasienter og pårørende. Kurset legges til **Auditoriet i Ålesund sjukehus onsdag 10. april kl 09.00 - 16.00.**

PROGRAM: (med forbehold om endringer)

09:00	Velkommen og presentasjon
09:10	Erfaringer fra brukerrepresentanter, med ulike behandlingsmetoder
10:00	Utredning, behandling og oppfølging v/nevrolog Bernd Muller
11:15	Parallellsesjon: <ul style="list-style-type: none"> • Spørretime for pasienter v/Bernd Muller • Spørretime for pårørende v/ Randi Skaget Hjellset
12:00	Lunch
12:45	Legemidler, bruk og praktisk informasjon v/ farmasøyt
13:45	Rehabiliteringsopphold, fysisk aktivitet og trening v/ ergoterapeut Aud Bente Skar, Aure Rehabiliteringssenter.
14:45	Logopedtilbud med LSVT Loud til personer med Parkinson
15:15	Rettigheter v/sosionom
15:45	Oppsummering av dagen og evaluering av kurset

Det blir lagt inn gode pauser mellom programposene.

Påmelding innen tirsdag 26. mars til Nevrologisk ekspedisjon

tlf 71120480 eller mobil 94157360 ma-fre kl 10-15.

Som pasient trenger du **henvisning fra lege** for å delta. Denne kan du få ved å henvende deg per telefon til ditt fastlegekontor. **Egenandel kr 307** påføres egenandelskortet. Påmeldingen er bindende. Uten fremmøte blir egenandelskortet likevel belastet med kr 307. **Pårørende trenger ikke henvisning. Lunsj koster kr 120.**

VELKOMMEN TIL NY HELGESAMLING

fredag 12.- søndag 14. april

Møre og Romsdal PF inviterer til helgesamling på Thon Hotel Kristiansund i Fiskergata 12 denne helga. Nordmøre PF står som teknisk arrangør, og som vanlig vil fylkeslaget dekke halvparten av pensjonsprisen for sine medlemmer.

Program for helga blir med forbehold om justeringer omtrent slik:

Fredag

Kl 14.-17: Frammøte, registrering. (Rommene er klare fra kl 14)

Kl 18: **Likemannsdel: Parkeringstillatelse, Ledsagerbevis, Fri tannlege osv.** Nye brosjyrer v/Leif. Vi markerer også den internasjonale Parkinsondagen 11. april.

Kl 20: Dagens middag, med underholdning og hyggelig samvær utover kvelden.

Lørdag:

Kl 09: **Rehabilitering i kommunal regi**, v/enhetsleder Bente Åsbø, Kristiansund

Kl 10: **Spesialisert rehabilitering** ved Aure Rehabiliteringssenter (ARS) v/ seksjonsleder Ingalill Råket, og en av ARS sine terapeuter med LSVT Big.

Kl 12: **Hvilke pasientrettigheter har vi som parkinsonrammede egentlig?** v/Runar Finvåg og Reidun Helgheim Swan fra Pasient- og brukerombudet Møre og Romsdal.

Kl 13: Lunsj

Kl 14: **Pasientrettigheter forts.** (Runar og Reidun forts.)

Kl 16: Kaffe

Kl 16.30: **Likemannsdel:** Samtaler med utgangspunkt i dagens ulike tema, ledes av våre likemenn.

Kl 19: Middag

Kl 21: Dans til "Nordmørstrekken"- uten høytalere (!), se bildet nedenfor:

Søndag:

Kl 10: **Likemannsdel:** Utveksling av erfaringer med ulike ordninger og treningsopplegg

Kl 12: Utsjekking, lunsj og avreise

Priser for medlemmer av Møre og Romsdal PF:

Ikke-medlemmer:

Per person 2 døgn i enkeltrom, full pensjon: **kr 1400** *kr 2790*

2 personer 2 døgn i dobbeltrom, full pensjon: **kr 2250** *kr 4472*

Ikkeboende: 2 dager med lunsj/middag: **kr 850** *kr 1686*

Påmelding til

Leif Klokkerhaug, epost
leklukk@online.no eller
mobil 95207104 eller

Aase Nielsen, tlf. 71583109
eller mobil 98064993

senest tirsdag 26. mars.





Her finner du oppdatert statistikk for antall spillere og opptjent grasrotandel i år, samt opptjent totalbeløp for årene 2009-2011:

Spillere:

Møre og Romsdal P.forening:
Organisasjonsnr. 992 985 836

11

Opptjent så langt i år: kr 63
Opptjent 2009-2012 kr 4198

Nordmøre Parkinsonforening:
Organisasjonsnr. 992 617 969

33

Opptjent så langt i år: kr 1015
Opptjent 2009-2012: kr 40758

Romsdal Parkinsonforening:
Organisasjonsnr. 986 224 025.

???

Opptjent så langt i år: kr 0 (?)
Opptjent 2009-2012: kr 24106

Sunnmøre Parkinsonforening:
Organisasjonsnr. 983 493 831

23

Opptjent så langt i år: kr 1402
Opptjent 2009-2012: kr 31099

Vi takker de spillere som på denne måten har valgt selv å styre 5% av sin spillerinnsats direkte til en av våre parkinsonforeninger i Møre og Romsdal. Bruk muligheten du også! Husk at hvis du ikke velger grasrotmottaker selv, forsvinner 5% av innsatsen din rett inn i det store sluket!

Bare oppgi foreningens navn til kommisjonæren! I følge Norsk Tipping er det fortsatt svært mange som ikke har valgt grasrotmottaker!

Opptjent pr. spiller så langt i år: (Opptjent beløp/antall spillere)

MRPF: kr 6 NMPF: kr 31 RPF: kr 0 SPF: kr 61

Vil du snakke med en av våre 11 likemenn?

Bjørn Overvåg - tlf 70012930 (pasientlikemann)
 Jorunn Overvåg - tlf 70012930 (pårørendelikem.)
 Arne Thorsnes - tlf 70146258 (pasientlikemann)
 Else Leite - tlf 70154567 (pasientlikemann)
 Edvard Langset - tlf 97649063 (pasientlikemann)
 Aase Nielsen - tlf 71583109 (pasientlikemann)
 Elin Klokkehaug - tlf 71528081 (pasientlikemann)
 Leif Klokkehaug - tlf 71528081 (pårørendelikem.)
 Eli K. Langset - tlf 22566413 (pårørendelikem.)
 Reidar Haltbakk - tlf 97586911 (pasientlikemann)
 Synnøve G. Vik- tlf 22008280 (bare parkinsontelefon)

Hva er en likemann?

Likemannsarbeid handler om å være i samme båt, og utveksle erfaringer om sykdommen. Likemennene er skolert i Norges Parkinsonforbund, og de har avlagt taushetsløfte, så vær trygg!

Adresse- og telefonliste

Norges Parkinsonforbund

Karl Johans gt. 7

0154 Oslo

Tlf. 22008300

Epost post@parkinson.nowww.parkinson.no

Generalsekretær Magne Fredriksen

Parkinsontelefonen: Alle hverdager

22008280 fra 10 - 16

Her kan du treffe skolerte og hyggelige likemenn fra NPF



Rådgivningslinjen:

22008308 mandager 10-15

Her treffer du sykepleier og helsefaglig rådgiver i NPF, Ragnhild Støkket (bildet)



Møre og Romsdal Parkinsonforening

Leif Klokkehaug

Iverplassen 13

6524 Frei

Tlf. 71528081/mob 95207104

Epost: leklokk@online.nowww.parkinson.no/moreogromsdal

Sunnmøre Parkinsonforening

Arne Thorsnes

Lerstadtoppen 30

6014 Ålesund

Tlf. 70146258/mob. 94842274

Epost: arne.thorsnes@gmail.comwww.parkinson.no/sunnmore

Romsdal Parkinsonforening

Einar Nerland (Ny)

Bjørsetbovegen 11,

6410 Molde

Mob. 91145333

Epost: einar.nerland@hotmail.comwww.parkinson.no/romsdal

Nordmøre Parkinsonforening

Leif Klokkehaug

Iverplassen 13

6524 Frei

Tlf. 71528081/mob 95207104

Epost: leklokk@online.nowww.parkinson.no/nordmore

Du kan be din fastlege eller nevrolog om å søke deg inn på et 4-ukers programopphold med LSVT Big på Aure Rehabiliteringssenter. Det er rift om plassene, så vær snar!



Se her!

Her finner du kanskje noe du har lyst til å være med på av aktiviteter og tilbud! Og du finner informasjon om medlemsmøter, årsmøter, helgesamlinger, turer, likemenn osv.

FASTE TILBUD OG AKTIVITETER:

Noter gjerne alle aktuelle datoer i kalenderen med det samme!

Sunnmøre Parkinsonforening:

Onsdager og fredager 13.30 –14.30. Parkinson gruppetrim på Frisksenteret på Moa i Ålesund. Må ha rekvisisjon fra lege.

Siste torsdag i september, oktober og november kl.18.00: Bowling i bowlinghallen i Spjelkavik. Foreningen spanderer pizza etterpå.

Nordmøre Parkinsonforening:

Mandager og torsdager kl 11: Parkinson gruppetrim på Optima, Frei.

Mandager kl 12: Parkinson stemmetrening og sosialt samvær i "Kaldkavgjengen" etter parkinsontrimmen, med kaffe, kaker og likemannssamtaler etterpå.

Andre torsdag hver måned fra kl 12.30: Subsidiert **parkinsonbowling** med muligheter for pizza på Sun-Park, Futura i Kristiansund. Medlemmer er velkommen!

ANDRE TILBUD OG AKTIVITETER:

Møre og Romsdal Parkinsonforening:

Lørdag 2. mars kl 12.30: Årsmøte på Fjellstova Ørskogfjellet. Middag/kaffe.

Onsdag 10. april kl 09 - 16: Pasient- og pårørendekurs i auditoriet på sykehuset i Ålesund i samarbeid med LMS, Helse Møre og Romsdal.

Påmeldingsfrist tirsdag 26. mars. Se mer på [side 27](#).

Fredag 12. - søndag 14. april: Helgesamling på Thon Hotel, Kristiansund.

Påmeldingsfrist tirsdag 26. mars. Se mer på [side 28](#).

Sunnmøre Parkinsonforening:

Søndag 26. mai: Busstur til Søre Sunnmøre. Se mer nederst på side 17!

Romsdal Parkinsonforening:

Nordmøre Parkinsonforening:

Onsdag 24. april kl 17: Medlemsmøte på Stuepikene Kafe, "Håndverker'n" i Hollendergata 1 i Kristiansund. Tema: *Rettigheter, fysisk aktivitet og trening.*

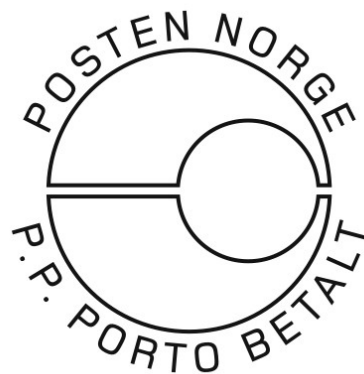
Aure Rehabiliteringssenter: Nye Parkinsongrupper med **LSVT Big** i periodene:

Fra **1. april til 25. april**, fra **2. juni til 28. juni**, og etter sommerferien:

Fra **18. aug. til 13. sept.**, fra **15. sept. til 11. okt.** og fra **10. nov. til 6. des.**

I tillegg: Oppfølgingsuker for tidligere grupper: Uke 33, uke 42 og uke 50.

Avsenderadresse:
 Møre og Romsdal PF
 Leif Klokkerhaug
 Iverplassen 13
 6524 Frei



Til

Husk: **Meld fra** til forbundet eller lokallaget om adresseforandring!!

Vil du verve nye medlemmer? På kupongen nedenfor finner du de opplysningene som trengs ved innmeldelse av nye medlemmer:

Jeg/vi ønsker å bli hovedmedlem / pårørende / støttemedlem i Norges Parkinsonforbund (stryk det som ikke passer)

Navn:

Adresse:

Postnr og sted:

Telefon: Mobil:

E-post:

Fødselsår: 19.....

Signatur:

*Send kupongen til: Norges Parkinsonforbund,
 Karl Johansgt 7, 0154 Oslo.*

Eller du kan melde deg inn på hjemmesida: www.parkinson.no

Kontingent: Hovedmedlem kr 350,- pr. år
 Støttemedlem: kr 300,- pr år.

Hvis du ringer lederen i den lokalforeninga du vil tilhøre, vil du også få hjelp til å melde deg inn.