

Parkinson-sykepleierne

Stine Lund Tørresvold og Merete Korsmo er parkinson-sykepleiere ved nevrologisk avdeling på SSHF Kristiansand.

De kan hjelpe med å kartlegge dine behov som parkinsonrammet, og du trenger ingen henvisning fra lege for å ta kontakt.

De kan veilede deg som pasient og som pårørende, eller henvise videre til andre i helsetjenesten. Både Stine og Merete kan nås på telefon 38 07 38 90 eller mail: stine.lund.torresvold@sshf.no merkor@sshf.no



Godt besøkt årsmøte

Det møtte 34 medlemmer og 6 observatører - og Erik Larsson ble tradisjonen tro valgt til effektiv møteleder.

Etter årsmøtet var det orienteringsaker, og deretter sosialt samvær med kaffe og pizza.

Treningsgruppe Kristiansand

Fysioterapeut Lise Gjerde, Quart-klinikken, har to treningsgrupper for Parkinsonpasienter i lokalene til Kristiansand Sportsenter - en for damer og en for menn. Begge på torsdager. Tilbudet er veldig populært, så det kan hende en må vente på ledig plass. Ta kontakt på mobil eller mail. Hun tar ellers inn til individuelle time for veiledning, informasjon og gode treningstips.

Lise Gjerde er med i det faglige nettverket ParkinsonNet, og har lang erfaring med parkinson-pasienter.

Lise kan nås på mobil: 984 26691 eller mail: lise-gje@online.no.



Treningsgruppe Søgne

Fysioterapeut Elisabeth Angel har parkinson-trening mandager kl. 14-15 i gymsalen på Family Sports Club på Tangvall. Ønsker du mer informasjon, ta kontakt på tlf. 95870776. Hun er også med i det faglige nettverket ParkinsonNet.



Aktivitetsplan våren 2025

Måned	Medlemsmøte	Bowling for alle	Bordtennis for alle	Boksing for alle
Mars	11. Medlemsmøte kl 18.00 i Oddernes menighetshus.	Hver tirsdag kl. 11.30 på Lucky Bowl på Lund. Spørsmål: Berit Andersen Tlf. 97746528	Hver mandag kl. 17.00 på Vågsbyggtunet. Spørsmål: Margit Lidi Tlf. 47662224	Hver onsdag kl. 16.30 i Oddernes-hallen. Spørsmål: Berit Andersen Tlf. 97746528
April	8. Medlemsmøte kl 18.00 i Oddernes menighetshus.	<i>Fast dag for medlemsmøtene våre er andre tirsdagen i måneden fra kl. 18.00 til kl. 20.00 - vanligvis i Oddernes menighetshus. Der er det gode lokaler, greit kjøkken og heis. Oddernes Menighetshus har adresse Jegersbergveien 6, 4630 Kristiansand. Det ligger ved Oddernes kirkegård, sentralt i forhold til kollektivbussene. Alle metrobussene, M1, M2, M3, M4 (og mange flere) stopper på Spicheren like ved kirken. Ellers er det en stor parkeringsplass like ved Menighetshuset.</i>		
Mai	13. Medlemsmøte kl 18.00 i Oddernes menighetshus.			
Juni	10. Sommerfest kl 17.00 i Oddernes menighetshus.			
September	9. Medlemsmøte kl 18.00 i Oddernes menighetshus.			



I stedet for å ta inngangpenger, avslutter vi heller medlemsmøtene med et lotteri. Vi håper alle tar mange lodd - for det er alltid mange gevinster!