



## Inntrøndelag Parkinsonforening

Inntrøndelag Parkinsonforening er en lokalforening under Trøndelag Parkinsonforening.

Vi skal ivareta parkinsonrammedes interesser og arbeide for at alle som er rammet av Parkinson sykdom, samt deres familier, kan oppnå best mulig livskvalitet.

Vi har ca. 200 medlemmer i Meråker, Stjørdal, Frosta, Levanger, Verdal, Inderøy, Steinkjer og Snåsa.

### Styrets sammensetning 2024

Leder: Karstein Kjølstad Tlf 9020 6767

Kasserer: Heidi Wang Tlf 4014 7311

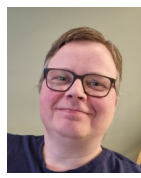
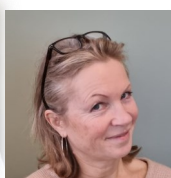
Styremedlem: Hans Petter Nissen Tlf 9754 4278

Styremedlem: Anne Marie Kalseth Tlf 4137 1260

Styremedlem: Aage Thomas Smith Tlf 9136 6148

Varamedlem: Odd Harald Bjørnøy Tlf 4191 6084

Varamedlem: Oddgeir Austad Tlf 9007 2642



# Likepersoner

Trenger du noen å snakke med som vet hva det vil si å leve med Parkinson?

Ta kontakt med en av våre likepersoner.

De har taushetsplikt!

Distrikt	Navn	Mobil	Status
Levanger	Leif Klokkehaug	952 07 104	Støtte
Inderøy	Heidi Bye	473 16 848	Pårørende
Inderøy	Alf Magne Bye	930 16 911	Pasient
Inderøy	Jan Anders Austad	901 03 738	Pårørende
Inderøy	Magnus Bye	904 08 812	Pårørende
Inderøy	Martin Bye	906 37 449	Pårørende
Steinkjer	Oddbjørn Buås	918 09 780	Pasient
Steinkjer	Tone Musum	466 24 446	Pasient

Velkommen som medlem i Parkinsonforeningen.

Årskontingent 2024:

Har selv parkinson 500,-  
Nærmeste pårørende 350,-  
Støttemedlem 350,-



**Det er viktig å komme i gang med fysisk trening.**

**Ta kontakt med det stedet som passer best for deg.**

Kommune	Ansvarlig	Kontakt	Tidspunkt	Henvisning	Annet
Levanger	Åshild Gravdal	74 09 54 47 915 22 861	Mandag kl. 10-11	Nei	Trappetrening og individuell oppfølging
Levanger	Logoped Astrid Granhus	936 32 977	Torsdag kl. 17-19	Ja	Annenhver torsdag Gruppe 1 kl. 17:00 Kaffe kl. 18:00
Verdal	Lene Antonsen Verdal kommune	47 79 30 83	Onsdag kl. 12-13	Ja	Gruppetrening i Stekket aktivitetshus
Inderøy	Fresk fysioterapi Halvor Stavrum	91 33 72 31	Onsdag kl. 14-15	Ja	Sammen med andre diagnosegrupper
Steinkjer	Høvdinggården akupunktur og fysioterapi	92 42 74 43	Torsdag 11:15	Ja	Kristin Waadal Hansen
Steinkjer	Steinkjer Logopedi Anne Kjeldset	Randi Hallan 930 27 419	Mandag kl. 11-12	Ja	Gruppetrening i 1 gruppe hver mandag
Steinkjer	Varme basseng Tone Musum	466 24 446	Mandag kl. 12:30-14	Nei	Egge sykeheim
Inderøy	Kastvollen	Randi Hallan 930 27 419	Tirsdag kl. 15-16	Nei	Instruktør fra Kastvollen
Steinkjer	Bakern Kafe Oddbjørn Buås	91 80 97 80	Torsdag kl. 13	Nei	Kaffetreff første torsdag hver måned
Verdal	Verdal Bo- og behandlingssenter Anne Marie Kalseth	41 37 12 60	Onsdag kl. 11	Nei	Kaffetreff tredje onsdag hver måned
Stjørdal	Stjørdal Helsehus Lise Wenæs Viken	48 99 73 28	Tirsdag kl. 10:30	Nei	Gruppetrening tirsdager

## Nevrologisk poliklinikk ved Sykehuset Namsos

### Spesialsykepleiere:

**Nina Nynes** ninasandver.nynes@hnt.no

**May Sissel Utvik** maysissel.utvik@hnt.no

**Jan Ove Heggdal** janove.heggdal@hnt.no

**Telefonnr.: 742 15400 eller 742 15535**

**kl. 08:00 – 11:30, 13:30-14:30**

Vi som spesialsykepleiere vil besvare på det vi har kompetanse på, og undersøker med nevrolog vedrørende spørsmål utenom vår kompetanse.



## Nevrologisk Sykepleier ved Sykehuset Levanger

**Tlf. 740 98061**

**Nevrologisk sykepleier Beata Jørstad**

**Telefontid mandag—fredag kl. 08 –15**

**E-post: beata.jorstad@hnt.no**

Nevrologisk sykepleier: , besvarer spørsmål hun har kompetanse på, og undersøker med nevrolog når det er noe utenfor hennes fagområde.

**Norges Parkinsonforbund Tlf. 220 08280**

**Parkinsontelefonen: Alle hverdager fra kl. 10:00 – 16:00**

Her kan du treffe skolerte og hyggelige likepersoner med taushetsplikt.

**Hjemmeside IPF:** <https://www.parkinson.no/inntrondelag>

**e-post:** inntrondelag@parkinson.no

**Facebook:** Åpen: [www.facebook.com/Parkinsonforening/](http://www.facebook.com/Parkinsonforening/)

**Bankgiro:** 4212.31.96893

**Org.nr.:** 985 442 266

**Vipps nr.:** 82216

**Mobil Karstein:** 902 06767