

Parkinsonforeningen Oslo—Akershus

Parkinsonbrevet

Jubileumsbrev til medlemmer i Oslo/Akershus

Nr 3 september 2011



Åpningsord ved fylkesleder

Astrid L. Dalin



Så heldige vi er som kan feire at vår organisasjon har levd i 30 år. Men er en 30 år gammel organisasjon noe å feire? Det er ikke selvsagt. Foreningen kunne ha "gått i frø". Fylkesforeningen kunne ha blitt den ene foreningen. Den kunne ha fulgt de først oppgatte stiene år etter år.

Det har ikke skjedd. Fylkesforeningen har vært i stadig endring, og den har knoppskutt til 7 lokale foreninger. Dette er tegn på en levende organisme. Er det noe vi ønsker videre for våre foreninger, er det at vi skal være åpne for hverandre og tørre å gå nye veier.

Håpet er at vi skal ta vare på de gode fellesskapsbånd som er knyttet og de nye som skal knyttes, at de skal være med å bære vår organisasjon.

La fellesskap og åpenhet innad og utad være det som preger oss i tiden fremover også!

Så en takk til alle som har stått med ansvar for det som er skapt.

Jeg tenker på alle lederne som har tatt mange tunge tak og skapt utvikling i organisasjonen. Men uten et bredt samarbeid med engasjerte styremedlemmer og andre på grunnplanet, ville ikke deres arbeid ført langt avsted. Vi er avhengige av godt teamarbeid og mange villige hender.

Som leder i fylkesforeningen er jeg takknemlig for å arbeide med et innsatsvillig og dyktig styre og det er en glede å se alt det som skjer i lokalforeningene. Sammen går vi mot et felles mål hvor:

- alle pasienter og pårørende får oppleve best mulig livskvalitet og verdighet i hverdagen
- den enkeltes menneskeverd blir respektert som likeverdig med alle andre i samfunnet
- respekten for den enkeltes autonomi og integritet skal være uavhengig av individets fysiske og psykiske situasjon

Vi kan alle gratulere hverandre med en levende 30-åring!



Alene eller sammen om Parkinson?



På Norges Parkinsonforbunds nettside www.parkinson.no finnes informasjon fra alle foreningene, fagstoff, og lenker til annen kunnskap om sykdommen.

Forbundskontoret kan også nås på telefon 22 00 83 00 mandag—torsdag

kl. 1000-1200 og 1300-1500

Innhold

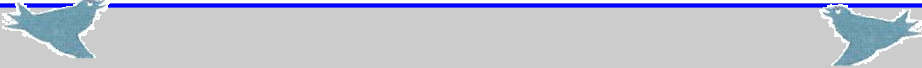
Et historisk tilbakeblikk	s 5
Fylkesledere gjennom 30 år	s 6
Parkinsons sykdom før, nå og i fremtiden	s 7
Norges Parkinsonforbund, fylkes- og lokalforeninger	s 11
Våre 7 lokalforeninger har ordet	s 12
"Et frø blir sådd". Dikt	s 18
Utfordringer og veivalg	s 19
Oversikt over tillitsvalgte i fylkes- og lokalforeningene	s 21
"Trøorgel, traktor og trivselsfaktor". Dikt	s 23



Opplag: ca. 1000

Redaktører: Magne Roland
Britt Larsson





Et historisk tilbakeblikk

v/Ella Akre Forberg

Stiftelsesdagen for Oslo/Akershus Parkinsonforening er 6. mai 1981.

Allerede i juni samme år ble det arrangert en tur rundt Tyrifjorden med middag på Sundvollen Hotell. Den nystiftede foreningen i Drammen ble invitert med på tur. Full buss.

I årene 1981 – 1997 ble det arrangert ikke mindre enn 58 forskjellige aktiviteter for medlemmene. Det var dagsturer, flerdagsturer, sydenturer samt teater- og operabesøk. Alle med stor deltagelse. Det sosiale aspektet kan knapt vurderes høyt nok. Det å møte "likesinnede", både for parkinsonrammet og for pårørende er god opplevelse, det gir trygghet og økt selvfølelse. Alle mestrer noe på sitt vis.

I tillegg til forannevnte aktiviteter var selvfølgelig behovet for å etablere en forening med lover og vedtekter nødvendig. Foreningens første navn ble Parkinsonforeningen Asker/Bærum. Senere ble navnet endret først til Parkinsonforeningen Oslo og Bærum og i 1985 til Parkinsonforeningen Oslo/Akershus. På stiftelsesdagen hadde foreningen 71 medlemmer. På 10-årsdagen var medlemstallet 522, på 20-årsdagen var tallet kommet opp i 895 og i dag har vi i underkant av 1000. At det ble startet flere fylkesforeninger i landet skyldes stor innsats og reisevirksomhet av foreningens første leder sammen med en av landets ledende nevrologer med stor kunnskap om parkinsons sykdom.

I de første årene la man spesielt vekt på opplysningsarbeide. Det fantes nesten ikke informasjon om parkinsons sykdom og det ble derfor etablert et medisinsk råd bestående av leger og terapeuter. Ett år etter stiftelsen av foreningen ble det gitt ut tre hefter om sykdommen. Etter 30 år vet vi hvor mye mer som finnes av litteratur og som Norges Parkinsonforbund har en del av æren for.

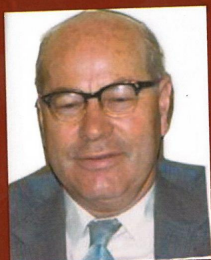
Jevnlig har det blitt holdt spesielle parkinsonseminar, noen ganger over flere dager med våre fremste eksperter på nevrologiske sykdommer som forelesere.

Fylkesforeningen arrangerte i flere år en parkinsondag, som i tillegg til informasjon til medlemmene, også var rettet mot fagpersonell som sykepleiere, hjelpepleiere, fysio- og ergoterapeuter for å bedre forståelsen av hva parkinsons sykdom er. Dette har ført til at flere helsefaglinjer har vært interessert i å bruke parkinsonrammede med pårørende som forelesere for å bedre sin kunnskap.

I det siste tiåret har fylkesforeningen økt sin innsats mot det offentlige helsevesen, spesielt med tanke på opplæring/kunnskap i helseinstitusjoner. Betydningen av en god talefunksjon har også vært et viktig satsingsområde for fylkesforeningen, og vi har hatt et godt samarbeide med Bredtvet Kompetansesenter.

Kanskje den største endringen i foreningens organisasjon kom i 2003. Tanken om lokalforeninger tok form. Ikke bare ville vi kunne jobbe bedre i nærmiljøet, men muligheten til å påvirke det lokale helsevesen økte. I tillegg kunne vi tilrettelegge og få til trening og andre aktiviteter for flere medlemmer. I dag har vi 7 lokalforeninger i Oslo/Akershus. Vi har rundt 50 tillitsvalgte og det arrangeres totalt rundt 50 møter årlig, herunder hører årsmøter og vår- og høstturer samt teater / kulturkvelder.

Fylkeslederne gjennom 30 år



1981-1985:
Arne Rønning



1985-1988:
Knut H. Bakke



1988-1990:
Fride Hem



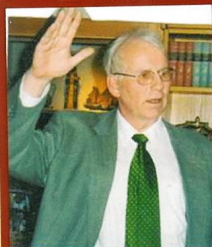
1990-1994:
Arne Baklund



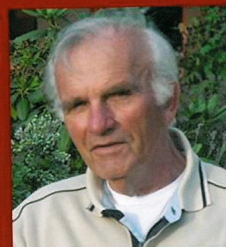
1994-1996:
Inger Helene Muri



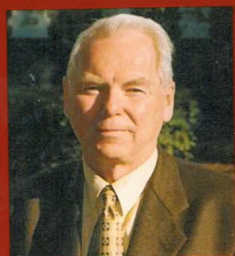
1996-1998:
Viggo Dalan



1998-2003:
Hans Jørgen Forberg



2003-2004:
Arild Johan
Åsdam



2005-2010:
Magne Roland



2010-2011:
Elizabeth Skare



2011- ... :
Astrid Dalin

Parkinsons sykdom før, nå og i fremtiden

v/Magne Roland

Tilbakeblikk og refleksjon

Parkinsonforeningen Oslo/Akershus har eksistert i 30 år. Det kan synes lenge for de som har sykdommen og som er utålmodige etter nye og helbredende resultater. Historisk er imidlertid 30 år en svært kort periode, både når det gjelder forståelse av en sykdoms utvikling og tilrettelegging av reelle behandlingstilbud. Det spørres fra pasienter og pårørende hva foreningen har gjort disse 30 årene. Er situasjonen for en parkinsonist med pårørende bedre og tryggere i dag enn for 30 år siden. Har foreningen medvirket til å stimulere politikere og forskere til å sette parkinsonisme som sykdom og livssituasjon på dagsorden. Hva er de reelle resultatene av foreningens virke.

Innledningsvis kan det kanskje se ut til at det har skjedd lite- og det er vel riktig. Dette kan neppe Parkinsonforeningen Oslo/Akershus klandres for. Vi har å gjøre med en svært vanskelig sykdom. Når utgangspunktet er prosesser i menneskets hjerne vil forskerens virkemidler være langt færre enn om sykdommen har sitt utgangspunkt i andre organer. Man kan ikke ta ut vevsprøver fra hjernen slik som er mulig og vanlig fra andre organer. Det er også vanskeligere å koble hjerneaktivitet og funksjonssprøver for derigjennom å høste basale kunnskaper om sykdommenes bakgrunn og utvikling.

Disse 30 år representerer bare et lite glimt av historien og virkeligheten. I mer enn 3000 år har sykdommen vært et mysterium. Allerede fra Hipokrates tid eksisterer nedtegnede skrifter som beskriver tilstander, som vi i ettertid kan tolke som parkinsonisme. Opp gjennom disse tusener av år har vitebegjærlige personer fundert på bakgrunnen for disse merkværdige symptomene. Den engelske legen James Parkinson ga kanskje den første systematiske beskrivelse av sykdomsbildet i 1817. Muligens er den viktigste konsekvens av hans innsats at han fikk gitt sykdommen et navn.

Da Parkinsonforeningen Oslo/Akershus ble opprettet i 1981, hadde levodopa eksistert noen år som virkningsfullt legemiddel mot parkinsonisme. I tiden fra 1817 og frem til 1960-årene var det ingen behandling som hadde nevneverdig effekt. Preparatene som inneholdt levodopa, representerte et gjennombrudd i behandlingen, men årsaken til sykdommen var og er fortsatt mye av et mysterium. Det er stadig kommet nye legemidler til, men et reelt gjennombrudd lar vente på seg. Både kirurgisk behandling og farmakologisk behandling er rettet mot symptomer. Den virkelige og bakenforliggende årsak til endringer i hjernen med påfølgende sykdomsutvikling er fortsatt ukjent.

Den senere tid har det kommet frem at plasebo, behandling med innbilt effekt, kan være effektiv hos enkelte parkinsonister. Dette er mystisk og stiller både denne sykdom og andre sykdommer i et litt endret lys. Det viser seg også at forholdet mellom genetikk og miljø er langt mer komplisert enn hva vi trodde for få år siden. Det forteller at medisinske sannheter og forskning er vanskelig.

En sannhet som foreløpig har overlevd er at pasientens egeninnsats i form av fysisk trening og mental aktivitet er av stor betydning for å forsinke sykdommens utvikling. Videre at sykdommen lar seg påvirke positivt av en optimistisk, trygg og harmonisk livssituasjon og livsinnstilling. Kanskje dette er svaret på den mystiske plaseboeffekten som er nevnt ovenfor.

I det mylder av kunnskap, men også den manglende viten, som er nevnt ovenfor skal Parkinsonforeningen Oslo/Akershus forsøke å gjøre livet lettere for medlemmene. Om foreningen har lyktes må hver enkelt bedømme. I det følgende gir vi et lite tilbakeblikk på hva som har opptatt foreningen disse årene, hva som er situasjonen i dag og hva som er visjoner og mål for tiden som kommer.

Situasjonen i dag

I dag har ca. 2 pr. 1000 personer i Norge diagnosen parkinsonisme, det vil si ca. 8000 personer. Hyppigheten og kjønnsfordelingen har ikke endret seg beviselig de siste 30 årene. Selv om det kan være noen variasjoner kan det se ut til at hyppigheten i verden som helhet er omtrent som hos oss.

Det er sagt at norsk helsevesen ville bryte sammen hvis den frivillige innsatsen forsvant. Dette er helt riktig. Parkinsonforeningen Oslo/Akershus ble grunnlagt av noen få ildsjeler. I løpet av de 30 år som er gått er det kommet stadig nye entusiaster til. All aktivitet av tillitsvalgte er bygget på frivillig og ulønnet innsats. Som beskrevet ovenfor fremstår foreningen i dag som ressurssterk og mangfoldig. Nærmere 1000 medlemmer og mer enn 50 tillitsvalgte driver en allsidig aktivitet som forhåpentligvis er til stor hjelp og støtte for de mer enn 1800 parkinsonrammede personer innenfor våre to fylker. Sammen med de nærmeste pårørende er mer enn 4000 personer direkte og daglig berørt av sykdommen.

Det er ingen tvil om at Parkinsonforeningen Oslo/Akershusen har hatt betydning for å synliggjøre denne sykdommen både i samfunnsbildet generelt og overfor våre politikere. Vi kan hevde at sykdommen var omfattet av mye skam og hemmeligholdelse for 30 år siden. Sammen med andre pasientorganisasjoner er det gjort et stort arbeide for å fjerne slike forestillinger. I dag er det helt naturlig å ferdes ute i samfunnet med en synbar kronisk sykdom. Rullestoler og andre tekniske hjelpemidler er et vanlig syn i det offentlige bildet. En parkinsonist som snubler i trappa vekker ikke lenger oppsikt. Men det er enda en lang vei å gå før personer med kroniske fysiske eller psykiske sykdommer kan sies å ha fått alle de nødvendige rettigheter som såkalte friske personer har.

For 40 år siden var det ca. 4000 autoriserte leger i Norge. I dag er tallet ca. 25 000. Antallet yrkesutøvere innenfor andre helsefaglige profesjoner er også mangedoblet i den samme perioden. Norsk helsevesen fremstår i dag som noe av det mest ressurssterke og kompetente i verden. Vi skal derfor være stolte av hva nasjonen som helhet har fått til.

Vi vil hevde at parkinsonistene som gruppe ikke har fått sin del av veksten i helsevesenet. Mange av våre medlemmer får mangelfull oppfølging av fastlege og neurolog. Videre er ikke kommunene villige til å koordinere nødvendige tjenestetilbud på en formålstjenlig måte. I våre sykehjem blir parkinsonisten behandlet som en geriatrisk pasient uten at de ansatte ser og forstår den sykes spesielle behov og lengsler. I Tyskland og mange andre land er det opprettet egne diagnose- og behandlingssenter for parkinsonister. I Norge har vi enda ikke fått faglig eller politisk gjennomslag for dette selv om behovet er stort.

I dag vet vi litt mer om bakgrunnen for parkinsonisme enn hva som var tilfelle for 30 år siden. Likevel er fortsatt den egentlige bakgrunnen for sykdommen ukjent. Disse 30 år har farmakologien utviklet medisiner som kan lindre symptomene men ikke stoppe sykdommen. I motsetning til situasjonen for 30 år siden forskes det i dag mye på årsaksfaktorer og nye behandlingsformer. Det satses enorme summer for å løse de egentlige gåter som ligger bak sykdommen. Mange pasienter og pårørende spør likevel om parkinsonismen får nok oppmerksomhet i forskningsmiljøene. Det er like naturlig at dette spørsmålet stilles i dag som for 30 år siden. Som kronisk syk har man dårlig tid. Det er helt naturlig at man vil påskynde utviklingen.

Det er utvilsomt enklere og mindre strevsomt å være en parkinsonist i Norge i dag enn for 30 år siden. Mye av utviklingen har gått i riktig retning. Likevel er det fortsatt mange utfordringer som ligger foran oss. Parkinsonforeningen Oslo/Akershus har en like viktig rolle i dag som da den ble startet, kanskje enda viktigere.

Visjoner og mål

Når fremtidige oppgaver og mål skal beskrives og gjennomføres innenfor helsevesenet, vil frivillige organisasjoner sannsynligvis få enda større betydning enn i dag. Derfor er det viktig at Parkinsonforeningen Oslo / Akershus utvikler seg i takt med de oppgaver og utfordringer som ligger foran. Det vil den greie. Foreningen har et velfungerende fylkesstyre og syv lokalforeninger som arbeider effektivt og målrettet. I de styrende organer er det et godt samspill mellom pasienter og pårørende. Sammen utgjør de et stort kollegium som er en viktig og sentral ressurs for vårt samfunn. Dagens tillitsvalgte har rikelig med ressurser og kompetanse. Videre har et grundig arbeide gjennom 30 år gitt foreningen en solid plattform som gir dagens dyktige ledere og øvrige tillitsvalgte et utmerket utgangspunkt for det videre arbeide.

Både Norges parkinsonforbund, fylkesforeningen og lokalforeningene har utarbeidet handlingsplaner som bygger på hverandre i et samspill. Ut fra disse planer kan vi se hvordan visjoner og mål er prioritert.

Viktige oppgaver for årene som kommer er å utvikle videre sosiale møteplasser og nettverk som gir medlemmene forutsetning for å mestre sin situasjon ut fra personlige ressurser. Dette ser organisasjonen som helhet som en av de viktigste oppgavene. Gjennom dette arbeidet vil den enkelte bringes ut av isolasjon og komme inn i et miljø som stimulerer til bedre å se sin egenverdi og derigjennom utvikle større selvinnsikt. De fleste parkinsonpasienter har større ressurser enn de i det daglige oppfatter eller opplever. Dette fordi det er lett for den enkelte å frykte fremtiden med nye funksjonstap i stedet for å leve fullt og helt i dagen. I disse prosesser er en viktig oppgave for Parkinsonforeningen Oslo / Akershus å hjelpe sine medlemmer til å akseptere sin sykdom uten samtidig å bli invadert av sykdommen. Man er et fullverdig menneske som har en sykdom - man er ikke en sykdom. Sykdommen utgjør kun en del av det hele menneske.

I tråd med det som er nevnt ovenfor er det en viktig oppgave i årene som kommer å videreføre arbeidet med å synliggjøre pasientgruppen i det offentlige rom og overfor politikere. Det snakkes i dag mye om integrering og tilrettelegging. I enda større grad skal samfunnet i tiden fremover legge forholdene til rette slik at personer med funksjonsnedsettelse får maksimale muligheter til å delta ut fra egne forutsetninger og ønsker. Innenfor dette området er det viktig at parkinsonforeningen samarbeider med andre pasientforeninger.

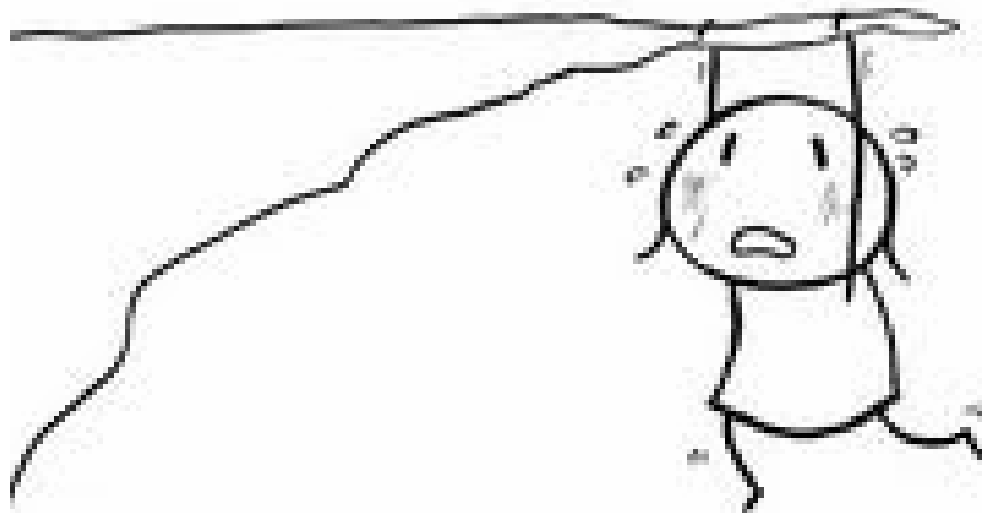
Det er en kjennsgjerning at parkinsonister får mindre del av helseressursene enn de har krav på. Det er også riktig at fastleger og annet helsepersonell vet for lite om denne sykdomsgruppen. Dette gjør at riktig diagnose ofte stilles for sent og at behandlingen ikke følger korrekte retningslinjer. Videre betyr det også at mange av de parkinsonister som er brukere av sykehjem får dårlig oppfølging, både medisinsk, fysisk og mentalt.

I tiden fremover er det viktig å ta grundig tak i de forhold som er nevnt ovenfor. Det må arbeides målrettet for at fastlegene skal tilføres kompetanse, og de bør få ansvar for at et sammensatt helsetilbud blir utviklet og koordinert riktig i forhold til pasientens behov. Videre må parkinsonpasientene i fremtiden få en langt bedre oppfølging av neurologene enn hva som er tilfelle i dag. Pasientene skal ikke la seg avspise med at det er for få neurologer tilgjengelig. Her må parkinsonforeningen aktivt påpeke svikten i behandlingstilbudene og medvirke til at disse pasientene blir plassert mer i sentrum for oppmerksomheten.

Foreningen må i tiden som kommer arbeide enda mer aktivt for å synliggjøre hvilke situasjon disse kroniske syke pasienter har i våre sykehjem. Det er nedverdiggende at parkinsonpasientene med sine forskjellige sykdomsrelaterte behov blir oppfattet som en geriatrik pasient og blir behandlet deretter. Foreningens mål må være at det skal utvikles øremerkede enheter ved våre sykehjem der både lokaler og personells kompetanse er tilpasset parkinsonistens ulike symptomer og behov. Her kan man med rette si at det i dag forekommer direkte diskriminering av mange parkinsonpasienter. Det må være et mål i tiden som kommer at disse uverdige forhold opphører.

Utvikling av egne diagnose- og behandlingssentra for parkinsonpasienter må også være en prioritert oppgave i årene som kommer. Oppbygging og finansiering av slike senter er en offentlig oppgave. Foreningens oppgave er å arbeide kontinuerlig for å synliggjøre behovet ut fra pasientenes og de pårørendes behov og erfaringer. Mange andre kroniske sykdomsgrupper har tilsvarende tilbud. Dette må i løpet av noen år også bli en realitet for parkinsonpasientene.

Vi må kanskje si oss fornøyd med den forskning som i dag foregår både internasjonalt og nasjonalt. På den annen side er det lov å være utålmodig. Vi har lov å påpeke at vi på det sterkeste ønsker det gjennombruddet som vi alle venter på. En parkinsonist er et vanlig menneske som har en sykdom, og dermed har man lov til å håpe. Vi er helt sikker på at gåten en dag finner sin løsning. Men vi vil så inderlig at det skal skje nå, slik at de som er berørt av sykdommen i dag kan oppleve underet. Parkinsonforeningen Oslo / Akershus kan nok ikke medvirke så mye til at gåten virkelig blir løst. Men foreningen har en viktig oppgave i å opprettholde optimismen og la håpet få leve. Samtidig er det viktig at foreningen synliggjør at livet faktisk leves i dag og at den enkelte får tro på at egne ressurser ofte er tilstekkelige til å leve et meningsfullt liv.



Gi ikke opp—tenk positivt

Norges Parkinsonforbund, fylkes- og lokalforeninger

v/Astrid L Dalin

Hvordan fordeles oppgavene mellom nivåene for å nå målene?

Gjennom et samarbeide blir det vedtatt handlingsplaner for Norges Parkinsonforbund sentralt, for den enkelte fylkesforening og for hver lokalforening innen den enkelte fylkesforening. I sin aktivitet tar de forskjellige nivåene i organisasjonen utgangspunkt i vedtatte handlingsplaner. Dermed vil det utvikles et samarbeide innenfor organisasjonen som gjenspeiler overordnede planer og mål samt samarbeide på tvers av nivåene.

Lokalforeningene har sin viktigste oppgave i å tilrettelegge det praktiske arbeide i medlemmenes nærmiljø. Dette betyr at det skal legges tilrette for sosiale arenaer der erfaringer og kunnskaper kan utveksles. Dette skjer i stor utstrekning gjennom medlemsmøter og samtalegrupper. Videre legges det til rette for aktiviteter som trimgrupper, svømmetrening, golf, bodsja etc. Dette er det viktigste nivå for å utvikle mestringsteknikker og kunnskaper som gjør at den enkelte får bedre evne til mestre livet sitt og oppnå best mulig livskvalitet.

Fylkesforeningen er et bindeledd mellom lokalforeningene og det landsdekkende forbundet. Dette betyr ikke at lokalforeningene ikke kan ta direkte kontakt med forbundet sentralt. En hovedoppgave for fylkesforeningen er å påse at informasjon, kunnskaper og ideer kommer ut til lokalforeningene og medlemmene. Videre å hjelpe lokalforeningene med ressurser når det er nødvendig. Fylkesforeningen skal dessuten skape en arena der tillitsvalgte innen hele fylket møtes og utveksler erfaring og ideer. Dermed vil fylkesforeningen og lokalforeningene fremstå som en samlet enhet. Videre skal fylkesforeningen ha et sterkere ansvar i forhold til å opprette kontakt med kommunenes/bydelenes politikere for derigjennom å gi nødvendig påvirkning og informasjon. Gjennom dette arbeide påse at nødvendig behov blir imøtekommet gjennom det serviceapparat som kommunene/bydelene har tilgjengelig.

Norges Parkinsonforbund sentralt er helt avhengig av fungerende fylkesforeninger og lokalforeninger. Forbundet skal være inspirator og stimulator for å aktivisere og vedlikeholde interesse og aktivitet utover i hele organisasjonen. Forbundet har en særlig oppgave i å fremme parkinsonpasientene og de pårørendes interesser overfor landets politikere og administratorer samt være en aktiv høringsinstans i utforming av lover og fordeling av ressurser.



Våre 7 lokalforeninger har ordet

Tanker om dagens og fremtidens utfordringer

Parkinsonforeningen Oslo Nord

Karsten Haugskott

v/

Parkinsonforeningen Oslo Nord ble formelt etablert i 2004. Opprinnelsen går imidlertid tilbake til 1985 da det ble etablert en erfaringsgruppe. Denne gruppen fikk etter hvert fått navnet Grefsengruppa.

Foreningen omfatter pr. i dag bydelene Nordre Aker, Bjerke, Grorud, Alna, Stovner, Sagene, Grünerløkka og Gamle Oslo. Foreningen har i dag ca 200 medlemmer hvorav ca. 120 har Parkinson sykdom. Resten av medlemmene er nære pårørende eller støttemedlemmer.

I de senere år er det blitt gjennomført en rekke forskjellige aktiviteter. Sentralt i denne sammenheng har vært de faste medlemsmøtene. Møtene er blitt holdt på fast sted og faste dager stort sett i alle måneder unntatt 3 sommermåneder. 2 av disse møtene har omfattet årsmøte og julebord. Foruten sosialt samvær over en kopp kaffe, har en i et flertall av møtene hatt faglige innslag med forskjellige temaer (nevrologer, fysioterapeuter, representanter fra skatteetaten, trygdeetaten, hjelpemiddel-sentralen og bydeler m.m.).

Av aktiviteter av mere varierende karakter kan nevnes:

- Organisering av fysiske aktiviteter, bowling
- Likemannsarbeide
- Organisering av helsereiser til utlandet
- Diverse trivsels-/velferdstiltak, teaterbesøk, bussturer, hagetreff hos hverandre m.m.

Selv om det er mange positive sider ved situasjonen i dag, er det uten tvil en rekke ting å ta tak i med tanke på hvordan foreningsarbeide bør legges opp i tiden fremover. Medlemsmøtene ser en på som verdifulle og vil sikkert fortsatt være grunnsteinen i foreningens aktiviteter fremover. En stor utfordring kan være å nå frem til langt flere av den forholdsvis store medlemsmassen samt også parkinsonister som enda ikke har sluttet seg til foreningen. Det gjelder både å få til større

Follo Parkinsonforening

vOtto Terland

Foreningen vår er i år 23 år. Våren 1988 var en meget hektisk tid før Follo Parkinsonforening ble stiftet. En sentral ildsjel i området tok et initiativ. Den 19. januar ble en del interesserte samlet til et husmøte. Dette ble starten på en spennende prosess. Den 13. april ble det holdt et informasjonsmøte hvor hele 53 personer deltok.

Den 1. juni 1988 hadde foreningen sitt konstituerende møte, og i 2008 hadde vi en jubileumsfest på Oscarsborg Festning.

I alle år har foreningen holdt 3 – 4 medlemsmøter i året. I de siste årene har vi i tillegg hatt en sommertur hvert år, og i år hadde vi et meget vellykket sommertreff. I november planlegger vi en julebordstur til Danmark.

Medlemstallet har hele tiden steget jevnt. I november 2008 hadde vi 99 medlemmer. På grunn av stor innsats i rekrutteringsarbeidet i fjor høst, har vi nå 143 medlemmer.

Vi lå lenge på 2. – og 3. plass blant lokallagene på landsbasis, men i innspurten var det en del som gikk forbi oss. Vi i Follo Parkinsonforening gratulerer så meget med jubileet og ønsker til lykke med arbeidet i fremtiden!

I vår startet vi likemannsarbeidet, og dette arbeidet vil vi fortsette med i høst. Vi ser på dette arbeidet som engasjerende og viktig. Bowlinggruppen vil vi fortsette med. Det samme vil vi med trimgruppen på Ski Sykehus.

Et par ting som engasjerer oss er

- dårlig tilgjengelighet til nevrologer
- lettere tilgang til møtene for medlemmer

I disse tingene håper vi at Forbundets arbeidsprogram kan være til hjelp.

Oslo og Akershus Fylkesforening er med sine mange lokallag et meget viktig koordinerende ledd for forskjellige aktiviteter og utfordringer. Ikke minst gjelder dette informasjon om nyheter og ideer.

Vi har nå en god forbindelse med Fylkesforeningen, og vi håper dette vil fortsette.

Vi i Follo Parkinsonforening gratulerer så meget med jubileet og ønsker til lykke med arbeidet i fremtiden

Skedsmo og omegn Parkinsonforening

v/John Bakken

Parkinsonforeningen Oslo/Akershus er vår nærmeste "overordnede". Det hender man har et anstrengt forhold til sin foresatte. Det har ikke vi, derfor er det hyggelig å sende hilsen til noen vi liker, og som vi har glede og nytte av å kjenne.

Skedsmo parkinsongruppe ble etablert 8. oktober 2003 og var ment å være en interessegruppe uten de formelle regler og rutiner som Norges Parkinsonforbund krever. Den 5. oktober 2005 var det slutt på uavhengigheten. På konstituerende møte ble det besluttet at Skedsmo og omegn parkinsonlag skulle være et lokallag for Oslo og Akershus Parkinsonforening på Nedre Romerike og være tilsluttet Norges Parkinsonforbund. I dag er vi Skedsmo og omegn Parkinsonforening som dekker kommunene Skedsmo, Gjerdrum, Sørums, Fet og Ullensaker og har rundt 130 medlemmer.

Vi har som hovedmål å hjelpe den enkelte med Parkinsons sykdom, og å spre kunnskap om sykdommen. Vi vil skape et forum hvor våre medlemmer trives og kan koble av fra daglige plager og bekymringer. Dette gjør vi gjennom å holde månedlige medlemsmøter, arrangere ukentlig trim, pluss trening i oppvarmet basseng som styrker helse og bevegelse. Vi har også julebord, sommertur, sommeraktiviteter med kulturelt og opplysende innhold, og ikke forglemme innslag som bærer preg av mestringsoppgaver på programmet. Vi gir et seriøst tilbud for diskusjon av sykdomsrelaterte problemer, og vi kan være til hjelp ved vanskelige og lite givende legekonsultasjoner.

Vi er glad for at det ikke ble to-delning av fylkesforeningen. Vi synes den fungerer veldig bra og den har fra vi startet gitt oss støtte og mulighet til å delta på interessante møter og seminarer. Fylkesforeningen har tatt initiativ til sin hittil viktigste oppgave, nemlig å arbeide for opprettelse av behandlingssenter for parkinsonrammede. Vi har hatt, og har fortsatt, mange gode og hyggelige bekjentskaper i Parkinsonforeningen Oslo/Akershus. Ingen nevnt, ingen glemt, er et gammelt ordtak. Vi sender de

Hjerteligste gratulasjoner i anledning 30-årsjubileumet til fylkesforeningen representert ved det nåværende styret!

Parkinsonforeningen Oslo Syd

v/Ingar Aabyholm

Parkinsonforeningen Oslo Syd er en av de yngste lokalforeningene i Norges Parkinsonforbund. Den ble offisielt stiftet 06.02.2008 etter å ha vært i virksomhet i ett år med Arild Sørli som leder av et interimstyre.

Oslo Syd er lokalforening for medlemmer av Norges Parkinsonsforbund for bydelene Østensjø, Nordstrand og Søndre Nordstrand. Per 08.07.2011 har Oslo Syd 98 medlemmer med 62 pasientmedlemmer, 13 nærmeste pårørende og 23 støttemedlemmer.

Møtevirksomhet.

Det arrangeres 4 temamøter i året. Vi legger vekt på å finne temaer som kan være av interesse og nytte for medlemmene. Inn lederne har både vært kunnskapsrike fagpersoner og noen ganger hentet fra egne rekker. Vi tilstreber også å ha et underholdningsinnslag på møtene.

Høstens temaer er;

- Dyp hjernestimulering ved Parkinsons sykdom
- Angst ved Parkinsons sykdom

I år ble det arrangert en Sommertur med deltakelse også fra lokalforeningene Oslo Vest og Oslo Nord. Turen gikk til Rustadsaga og deretter til Sarabråten der vi fikk høre historiske foredrag av en kunnskapsrik lokalhistoriker om Østmarkas historie og spesielt om Sarabråten.

Likemannsvirksomhet

Selv om det er flere av medlemmene som har gått på likemannskurs, er det kun 1 likemann som har sagt seg villig til å fungere. Ved behov for å snakke med en likemann eller ved ønske om å etablere/delta i en likemannsgruppe, kan leder kontaktes.

For tiden er det 1 likemannsgruppe.

Det er en **turorienteringsgruppe** som leter etter, og finner, Ola Diltposter i Østmarka. Dette er en aktivitet som gir naturopplevelser, spenning og trening av kondisjon, styrke og balanse. Vi var 3 som fullførte fjoråret. I år er vi bare 2 deltakere igjen etter at tredjemann fikk sykdomsforfall. Per 07.08.2011 har vi tatt 66 poster.

Hjemmeside. Oslo Syd har hjemmeside som er i funksjon. Der kan man finne både informasjon om kommende temamøter og om foreningen. Der finner en også et arkiv over alle temamøtene vi har hatt i Oslo Syd med navn på innleder. På noen temaer kan man gå videre og finne referat om dagens tema. Besøk gjerne vår hjemmeside.



Lørenskog Parkinsonforening

v/Ella Akre Forberg

De første steg på veien til Lørenskog Parkinsonforening ble tatt høsten 2003 med stiftelsesmøte 20. januar 2005. Det møtte 24 stemmeberettigede.

Etableringen av Rolvsrudhjemmet på Skårer i Lørenskog skjedde i denne perioden og vi meddelte kommunen våre behov og ønsker og vi ble hørt og tatt med på råd. Av denne grunn foregår mesteparten av vår virksomhet på Rolvsrudhjemmet i Margarethas vei 11. Her har vi:

- Medlemsmøter hver måned, unntatt sommermånedene. Alltid med interessante foredragsholdere
- Svømmetrening hver tirsdag
- Trening med fysioterapeut hver tirsdag
- Sosialt samvær med kaffe/kjeks mellom treningsøktene
- Pårørendegruppe første tirsdag hver måned (likemannsgruppe)
- Stav- og stokkegang er under oppstart igjen
- Trening med logoped en gang per måned
- Vår- og høsttur

Det er tøft å få diagnosen parkinsons sykdom og det tar for de fleste tid å venne seg til tanken om en kronisk sykdom. Enda lenger tid tar det for mange å akseptere, både for seg selv, familien, kolleger og venner, at parkinsons sykdom er et faktum. Min erfaring er at livet blir enklere når vi har fått fortalt at sykdommen er et faktum. Nettopp av denne grunn mener vi at Lørenskog Parkinsonforening er et godt tilbud til parkinsonrammede. Vi treffer medmennesker med felles problemer som kan diskuteres med andre i samme situasjon. Det er fint. Det er ikke like lett å være sosialt aktiv med en kronisk sykdom.

Romerike er stort, og innenfor det området er det to foreninger i dag, en i Skedsmo og en i Lørenskog. Alle kommuner har ikke egen forening og medlemmer fra Nittedal, Enebakk, Aurskog og Rælingen blir inviterte til alle våre arrangementer. Vi vil forsøke å være hjelpelige med transport.

Vi har 90 hyggelige medlemmer i vår forening og vi ønsker mange flere velkommen!

Vår nærmeste "overordnede" er Oslo/Akershus Fylkesforening som fyller 30 år i 2011. Gratulerer med dagen!



Stav/stokkegang hver tirsdag

Parkinsonforeningen Asker og Bærum

v/ styret

Parkinsonforeningen Asker og Bærum har røtter helt tilbake til 1981 da ildsjeler opprettet en interessegruppe for pasienter med pårørende i lokalmiljøet. Denne gruppen hadde stor aktivitet og ble senere opprinnelsen til vår fylkesforening. Dette er beskrevet grundig andre steder i dette festskrift. Noen år senere tilbød Henni Onstad Seniorsenter svømmetrening og fysisk aktivitet for kronisk syke. En gruppe parkinsonpasienter sluttet seg til dette tilbudet, og det oppsto et lite miljø som betydde mye for deltakerne. Der ble det snakket mye om hvordan man kunne opprette en formell lokalforening som hadde som mål å skape et miljø for flere i området med samme sykdom.

For 8 år siden ble dagens lokalforening stiftet og den har stort sett hatt sine møter i kommunale lokaler Sandvika. Den har samlet deltakere fra begge kommunene. Aktiviteten har konsentrert seg om to områder:

Medlemsmøter og andre samlinger som har hatt som mål å gi faglig innsikt og et sosialt nettverk.

Likemannsgrupper som har hatt mestring og selvinnsikt som hovedmål.

Likemannsarbeidet er drevet av lokale krefter som har utviklet stor innsikt, og dette arbeidet er til en viss grad blitt mønster for andre lokalforeninger.

Asker og Bærum er to folkerike kommune med mange parkinsonrammede. Det er utfordrende å utvikle en pasientforening som skal ha som mål å gi støtte og hjelp til så mange enkeltpersoner og familier. Det er utfordrende å skulle være en sterk stemme inn mot de kommunale myndigheter. Denne stemmen er helt nødvendig for å få kommunene til å utvikle de tiltak som parkinsonistene med pårørende er helt avhengig av.

I arbeidet fremover vil foreningen satse videre på medlemsmøter og samlinger som skal fungere som sosiale møteplasser der den enkelte kan tilegne seg økt kunnskap og større forståelse for egen situasjon. Videre er det ønskelig å utvikle videre likemannsarbeidet slik at det kan favne stadig flere av våre medlemmer både for parkinsonister og pårørende.

Hvis kreftene strekker til bør vi også forsterke den stemmen som synliggjøre parkinsonistens utfordringer og behov inn i de kommunale korridorer.

Så en liten utfordring til lokalforeningens medlemmer, meld dere til tjeneste. Foreningen er så viktig. Vi trenger flere hender, hoder og hjerter som kan medvirke til å drive dette viktige arbeidet videre. Dette gjelder ikke minst pårørende som er helt sentrale for at foreningen vår skal fungere.

Hjertelige gratulasjoner til fylkesforeningen i anledning 30-års jubileet. Vi ser frem til et engasjerende og godt samarbeide i årene som kommer



Parkinsonforeningen Oslo Vest

v/Jan Thaulow

I 2006 tok Fylkesforeningen initiativ til å starte en lokal forening i Oslos 4 vestre bydeler, St Hanshaugen, Frogner, Ullern og Vestre Aker. Så vi i Oslo Vest har feiret 5-årsjubileum i år og er svært takknemlig for det initiativ Fylkesforeningen i sin tok.

Vi har ca 130 medlemmer. Vindern eldresenter har hyggelige lokaler og der har vi alle møtene våre.

I løpet av året har vi 4 – 5 temamøter. Eksempler på tema er:

Hva betyr fysisk aktivitet og fysioterapi når du har parkinsonisme

Kosthold og parkinsonisme. Hva er viktig?

Medisinering. Muligheter og bivikninger.

Logoped. Hvordan kan vi forbedre taleevnen vår?

Sykehjemsplasser, er noen egnet for parkinsonister?

Hvordan berører parkinsonisme hele familien?

Operasjon og parkinsonisme.

Etter innlegg inviterer vi alltid til en åpen samtale knyttet opp mot tema der alle kan delta med egne spørsmål og erfaringer. Vi opplever at det blir mange gode samtaler selv om vi kan være mange på møtene våre. Terskelen er lav for å delta i dialogene, så møtene våre blir en arena hvor vi deler gode og vanskelige erfaringer og mange gode ideer.

Vi har en lang pause med noe god mat og tid til samtaler.

En spørreundersøkelse blant medlemmene foretatt av styret i vinter, avdekket et unisont behov for ønske om kunnskap om sykdommen på møtene våre. Vi prøver å fange opp tema som deltakerne er opptatt av og kan ha nytte av.

Tre grupper har felles trening med fysioterapeut.

Vår/sommertur har vi hatt i hyggelig samarbeid med Oslo Syd i to år. I år ble Oslo Nord invitert i tillegg. Det ble en vellykket tur i Østmarka med både god mat, kultur og tur.

Utfordringer vi ser i vår lokale forening, er: hvordan kan vi få mer kontakt med de unge med parkinsonisme og likedan de som ikke kan delta på møtene våre på grunn av sykdommen



Et frø blir sådd

Ingrid Grevstad, æresmedlem

Det var i 1974, jeg var femti – min mann var femtisyv,
Da herr Parkinson kom snikende som en tyv.
3 år senere fikk Rolf diagnosen Parkinson av sin lege.
Hva er det? Jo en progressiv sykdom som gjør folk mer trege.
”Jeg har dessverre ikke mer tid – du får ny time om et halvt års tid.”
”Finnes det ingen forening for folk som meg?” Svaret var NEI!
Rolf fikk da en ide- vi setter en annonse i avisen – så får vi se.
De første som meldte seg, var Rønning og Mår med fruer.
Vi møttes på Jongskollen i våre stuer,
Rønning fortalte at dr. Presthus, hans lege, var av den mening
at parkinsonpasienter absolutt trengte en forening.

I september 1980 leide vi Stabekk Eldresenter og innbød til møte.
Kjøpte inn 10 wienerbrød, 10 boller, 1 pose kaffe og fløte.
Over 100 møtte frem – Wenche Foss m/mann var blant dem.
Det var kun en mening – vi ønsker oss en forening.
6. mai 1981 var Asker & Bærum Parkinsonforening en realitet,
Navn og formenn har skiftet, medlemsmassen har økt, som vi vet.
Med utgangspunkt og støtte fra vår forening,
stiftet dr. Presthus forening etter forening.
Etter 5 år hadde vi vårt eget landsforbund.
Utviklingen har gått sakte og sikkert og vært veldig sund.

Frem til 2003 var det Oslo/Akershus Parkinsonforening som var ansvarlig for møtevirksomheten
Oslo/Akershus Parkinsonforening har i dag mer enn 1000 på sin medlemsliste.

Da frøet ble sådd i 1980 – var det ingen av oss som visste
at en genial ide – skulle vokse til et stort og vakkert tre.
Jeg har vært heldig som har fått lov å være med,
fått oppleve å se – den iver og entusiasme som er lagt ned
for å skape hygge og glede og en god atmosfære.
Jeg tror Piet Hein har skrevet noe som er verdt å lære:
”Folk har det for travelt med for mange ting, og det er en skam.
Et liv er en elv, som skal renne i ro, for å avsette fruktbart slam.
Det er mye for lite av ingenting, på alt for manges program”

Utfordringer og veivalg

v/ dagens fylkesstyre

Styret i Fylkesforeningen er et "ungt" styre. Flere er helt nye, andre har vært med noen år, men uten å ha med seg de "lange linjene", og fylkesleder er fersk dette året som leder. Men vi prøver både å arbeide i tråd med hva tidligere styrever har gjort og samtidig finne vår egen vei. De overordnede målsettinger er jo de samme, og de er våre retningslinjer.

Hva gjør vi så, hva er våre satsningsområder?

I store trekk er vårt arbeid todelt, dels rettet mot lokalforeningene for å gi støtte og inspirasjon og dels mot helsetilbudet i bydeler og kommuner for å synliggjøre parkinsonistenes behov.

Satsningsområder

Oppgaver innad i foreningen



Parkinsonbrevet

Spesielt når det gjelder satsing på kontakten med alle medlemmene våre og lokalforeningene er Parkinsonbrevet noe av det viktigste vi arbeider med. Med Brevet når vi fram også til de som ikke har anledning til å komme på møtene våre. Vi får mange gode tilbakemeldinger på Brevets betydning.

Felles møter for alle medlemmer og interesserte og for lokallagsledere

Det har vært felles temamøter og seminar for hele fylkesforeningen i mange år. Siden lokalforeningen nå har en stor aktivitet på samme arena, spør vi oss om behovet for de store samlingene. Tilbakemeldinger med ønske om fellesmøter gjør at vi har det fortsatt på planen. Men form og innhold må hele tiden vurderes.

Samlingene med lokallagsledere er en nødvendig satsning slik styret ser det. Skal vi kunne samhandle, må vi også kjenne hverandre. Vi ønsker også at både vi i styret og deltakere i lokallagsforeningene skal besøke hverandre på møter, turer oa. Fellestur for 3 lokalforeninger dette året har vært et morsomt samarbeidsprosjekt.

Spesiell støtte til lokalforeninger i vanskelige tider

Å drive lokalforening er noen ganger lett, noen ganger tyngre. Årsakene kan være mange. I den grad vi har kompetanse og kapasitet gir vi støtte til lokalforeningene når det er behov. Her har styret prioritert å bruke mye av sin tid og erfaring.

Tilbakemeldinger fra våre medlemmer er helt nødvendig for å gjøre vår forening bedre og mer målrettet. Vi oppfordrer deg til å ta kontakt med en av de tillitsvalgte, enten i fylkesstyret eller din lokalforening, for å drøfte dine tanker og ideer.

Nye oppgaver

Starte en ny lokallagsforening i Oslo?

En oppgave som ligger foran oss er vurdering og eventuell etablering av en ny lokalavdeling for bydelene i Groruddalen. Lokalforeningen Oslo Nord strekker seg over et stort geografisk område med mange bydeler. Ved en lokalforening i Groruddalen vil vi kanskje nå flere i den delen av byen og ikke minst fler innvandrere. De som bor i Sentrumsbydelene vil kunne velge tilhørighet til den lokalforening der de føler det ligger best tilrette for dem.

Oppgaver utad

I tråd med Fylkestyrets handlingsplan retter vi vår innsats utad mot de ansvarlige for åbedre helsetilbudet til parkinsonister. Det handler om påvirkning både i den lokale og sentrale helsetjenesten og overfor politikere. Dette skjer i samarbeid med Norges Parkinsonforbund.

De tre viktigste sakene er

- **Spesialenheter ved sykehjem**
- **Koordinator i hver bydel for kronisk syke**
- **Diagnose og behandlingssenter**

Vi trenger deg – parkinsonist eller pårørende!

Vi vet alle at det kan være vanskelig å få folk til å påta seg frivillig arbeid som det å sitte i et styre med ansvar for en hel rekke aktiviteter. Men de fleste som har tatt på seg slike verv, finner at det er både interessant, lærerikt og ikke minst godt å oppleve at det vi gjør er meningsfylt for mange mennesker og fellesskapet oss alle imellom.

En skal ikke skjule at det til tider kan være mye å gjøre, men da handler det om å ikke stille for store krav hverken til seg selv eller andre.

Vi vil oppfordre alle til å ta et tak der de kan og har kapasitet og lyst, for vi er avhengig av arbeidende hoder, hender og gode hjerter.

En spesiell oppfordring vil vi rette til pårørende. Foreningene våre er så smertelig avhengig av aktive pårørende i styrene våre. Parkinsonister vil ha store problemer med å arbeide alene for sin sak. Når pårørende engasjerer seg, tjener de både deres egen sak og deres nærmestes sak. Det kan syntes umulig, så mange hindringer. Vår erfaring er at et engasjement oftest gir mer enn det kostet. Å sitte i et styre gir både påvirkningsmuligheter og en god nærkontakt med mange.

Pårørende, si ja til verv der du er – du også!



Lokallagene

Asker og Bærum

Thor Bjørn Viken

66 78 12 20 / 952 78 847

tbviken@online.no

Follo

Rolf Linneberg

64 86 65 45 / 95 77 50 32

linneber@online.no

Lørenskog

Ella Akre Forberg

92 83 88 48

ellafor@online.no

Oslo Vest

Jan Thaulow

91 39 47 04

jthaulow@online.no

Oslo Nord

Karsten Haugskott

22 29 15 34

karsten.haugskott@gmail.com

Oslo Syd

Ingar Aabyholm

22 74 53 40 / 95 14 89 26

ingarabyholm@hotmail.com

Skedsmo og omegn

John Bakken

63 84 32 57/92 66 08 20

john.bakken@getmail.no

Dagens fylkesstyre

Astrid L. Dalin

Tlf. 22 14 29 06 / 952 09 315

astrid@dalino

Svein B. Stuge

Tlf. 63 84 21 03 / 958 30 527

svein.stuge@getmail.no

Britt Larsson

Tlf. 911 08 326

britt.larsson@redcross.no

Erik Wikene

Tlf. 22 74 78 28 / 906 46 944

erik.wikene@gmail.com

Geir Magne Balsnes

Tlf. 22 61 21 40 / 93 067 082

gbalsnes@hotmail.com

Siri Natvig

Mob. 95 77 20 51

sirinativig@hotmail.com

Reidar Saunes

Tlf. 22 44 13 15 / 905 32 820

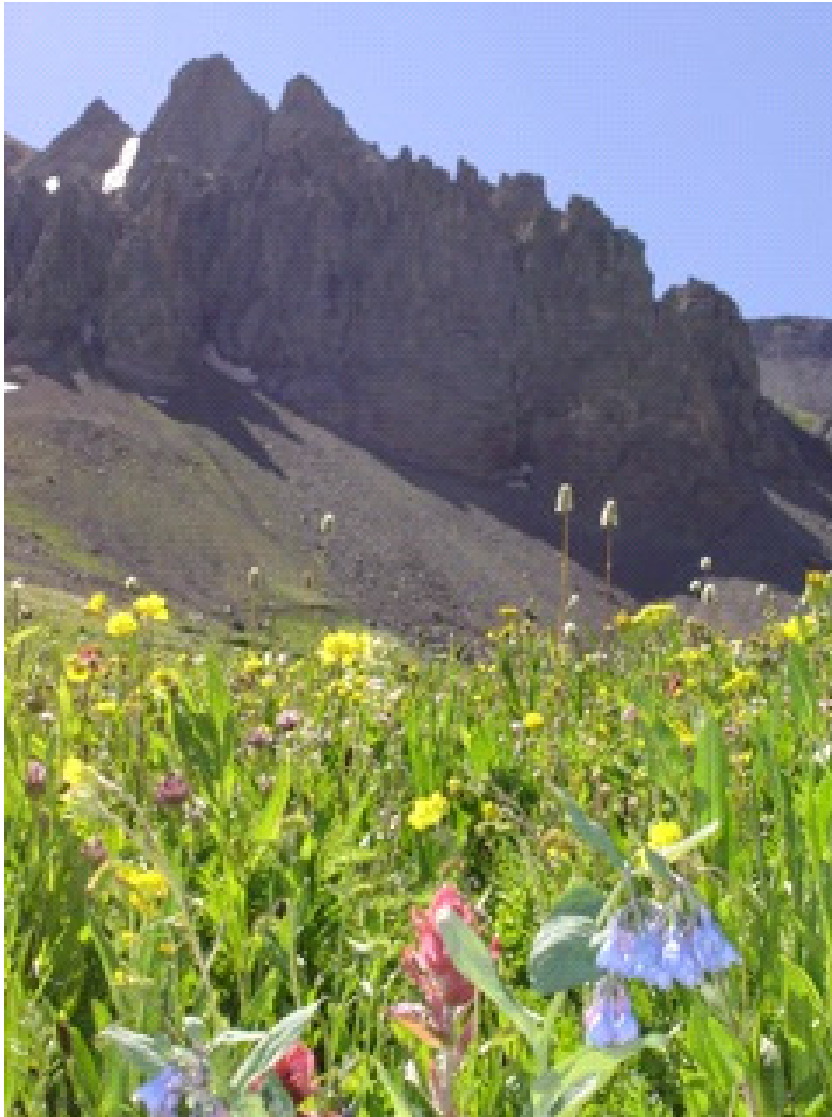
reidarsaunes@hotmail.com

Finn G. Lund

905 51 167

f.g.lund@online.no





**Livet er fullt av
kontraster**

Trøorgel, traktor og trivselsfaktor

v/ Reidar Saunes

Nede i fjæra, et sted på møre
ligger et naust med hems og balkong.
Det har både sjarm og atmosfære
satt opp av en snekker med sans for fasong

Det er et slags loft i andre etasje,
et luftig sted med rom for mangt,
en velegnet plass for lange tanker,
der freden råder og det sjelden blir trangt.

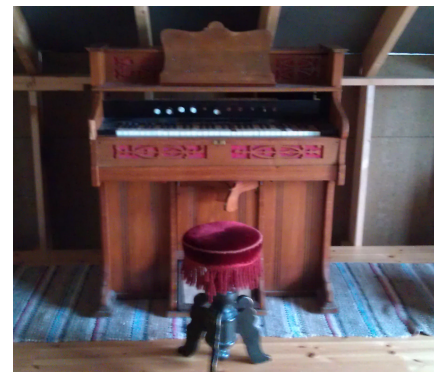


Der har jeg en samling av ulike ting;

blant annet et bilde av Richard Wagner,
det er et portrett i silhuett,
et par gode pledd, noen LP-plater
og to fine rødvingsglass med stett,

Som et vakkert ikon, står det litt for seg selv;

et slitent, men likevel brukbart orgel
et sånt som man trækker og trør i gang,
det virker både til morgentrim
og på slutten av dagen til salmesang.



Min gamle sykkel, av kombitypen
fikk plass i en litt tilfeldig krok
fra barndom og oppvekst i hovedstaden,
til elde og rustangrep overtok.



Det jeg fortsatt mangler blant alt jeg samler,
et litt barnslig ønske, men viktig punkt;
Jeg ønsker meg en liten traktor,
som tross størrelsen sin kan løfte tungt,

Og med den kan jeg grave fine grøfter
og flytte på steiner og bane vei,
og så smiler jeg litt der, mens jeg kjører
og møter jeg folk så hilser jeg.

Til sist, men slett ikke mindre viktig
et tanke som stadig kommer igjen
jeg ønsker meg en gjeterhund,
en trofast vokter og følgesvenn.



Returadresse:

Parkinsonforeningen Oslo/Akershus
v/Astrid L. Dalin
Sørkedalen
0758 Oslo



Fylkestyrets handlingsplan 2011

- Fortsette arbeidet for at kommuner og bydeler utvikler spesialenheter for parkinsonrammede som trenger dag og/-eller døgnplasser i institusjon.
- Stimulere til opprettelse av likemannsgrupper i lokalforeningene.
- Arbeide for å påvirke myndighetene til å utvikle og etablere et systematisk helhetlig helsetilbud for parkinsonister og pårørende
- 2 ledersamlinger, 2 temamøter, markering av 30 årsjubileum og årsmøte 2012.