

Medlemsbrev april 2025 for
Østerdalen Parkinsonforening

Hei alle sammen, og så var plutselig våren her, tror vi.

Årsmøte ble avviklet med noe som heter Teams . Det vil si at noen var hos Jan Ivar Rekstad på Tynset, og en gruppe satt på Møteplassen i Elverum. Det fine ved dette er at vi ser hverandre hele tiden, og vi sparer oss for mye transport til møtene våre. På Tynset var det 7, Folldal 1 og i Elverum 9 stk.

Det nye styret ble slik :

Leder	: Reidar Nystuen	926 39 112
Nestleder	: Erik Westby	920 47 575
Kasserer	: Jan Ivar Rekstad	959 86 803
Sekretær	: Solveig Bekk	994 61 295
Styremedlem	: Leif Olav Tangen	913 56 272
Styremedlem	: Torstein Bekk	906 10 680
Varamann	: Otto Engebakken	997 38 533
Revisor	: Gunnar Gran	908 54 201

Aktivitetsplan,

Vi har alltid hørt at fysisk aktivitet er den beste medisin. Men det er ikke all aktivitet som passer for alle. Vi håper at våre medlemmer, via sine fastleger har avtaler som vi ikke kjenner til.

For de som sokner til Tynsetområdet har disse aktivitetene :

På tirsdager har en gruppe på ca 10-13 personer fysisk trening med instruktør. Treningen foregår innendørs.

Fredag på formiddagen er det bassengtrening i varmtvannsbasseng på Savalen. Her er det plass til flere.

For de som sokner til Elverum har vi disse tilbudene :

På tirsdag , men enkelte uker på onsdag , er det boksing med Robert Paulsbyen som instruktør. Det er ikke slik som du tror. Det er ingen som blir slått gul eller blå , men varierende øvelser som alle kan klare.

Torsdag er det bowling på Bowling 1 sine lokaler. Etter bowling er det kaffe med noe å bite i.

Har nettopp startet med bassengtrening på Hernes Institutt.

Har fått tilbud om 3 personer på mandag og det samme på tirsdag.

Blir spennende å se om vi kan fylle disse 6 tilbudene.

Arrangement:

Lørdag 14. juni er en dato vi ønsker å benytte til en tur ut i det blå.

Det er ikke endelig bestemt, men vi kommer tilbake med invitasjon.

Ellers blir det grilling med div innslag både i nord og syd,

Vi jobber med forskjellige aktiviteter, men det må vi komme tilbake til.

Ønsker alle en riktig god påske!

Ønskes dere fra oss i styret.

Solveig, Leif Olav, Jan Ivar ,Torstein, Erik og Reidar.