

Parkinson

bladet

Nr 3 2015 årgang 15



***GOD JUL
GODT NYTT ÅR***



**MEDLEMSBLAD FOR
Namdal – og
Nord-Trøndelag Parkinsonforeninger**

www.parkinson.no

Innhold

Redaktørens hjørne.....	Side 3
Leder i Nord-Trøndelag Parkinsonforening har ordet.....	Side 4
Leder i Namdal Parkinsonforening har ordet.....	Side 5
Aktivitetsskalender for Nord-Trøndelag Parkinsonforening	Side 6
Aktivitetsskalender for Namdal Parkinsonforening	Side 7
Likepersonarbeid i Norges Parkinsonforbund.....	Side 8-9-10
Trivelig møte på Terråk	Side 10-11
Oversikt over sponsorer.....	Side 11
Grill og aktivitetsdag på Volhaugen.....	Side 12-13
Fine dager på Finsås	Side 14-17
Med fokus på parkinson.....	Side 18
Trøndersk parkinsonseminar.....	Side 19-24
Parkinsonsykepleiere ved Sykehuset Namsos.....	Side 25

Forside Foto: Bjørn Karstein Myrvang

Parkinsonbladet

Redaktører for Parkinsonbladet

Bjørn Karstein Myrvang
Gruslina32
7620 Skogn tlf 41235401
E-post;
myrvangb@gmail.com

Egil Bredesen
7976 Kongsmoen
Tlf 90668965
E-post: eg-bred@online.no

Medlemsbladet sendes gratis til medlemmer i Namdal og Nord-Trøndelag parkinsonforeninger. Utgivelse er i mars, juli og desember. Bladet har et opplag på ca. 300 hefter.

Firma eller privatpersoner som ønsker annonsering eller støtteannonser i bladet, bes ta kontakt med redaktørene



Redaktørenes hjørne

Bjørn Karstein Myrvang NTPF og Egil Bredesen NPF

Kjære dere!

Først vil jeg beklage feil i forrige blad. Styret for NTPF på side 31 var det gamle styret og derfor feil. Se det nye styret på samme side i dette bladet. Ellers er det vanlig at styret i etterkant av årsmøtet velger nestleder, sekretær og kasserer.

Vi etterlyste innlegg fra dere og håper at noen kan skrive en side eller 2 til neste blad.

Det trenger ikke være så avansert men heller det daglige som for deg betyr noe, eller rett og slett en erfaring du vil dele med oss. Ellers vil vi prøve å ha ei side med

fagstoff. Hva med ei side; Dette er min parkinson! Nå går tiden fort mot jul og jeg vil ønske alle ei god julefeiring og godt nytt år!

Vennlig hilsen Bjørn Karstein Myrvang

Hei alle sammen

Så ble det min tur til og skrive noen ord. Jeg håper dette bladet blir lest fra perm til perm. Jeg har fått noen henvendelser hvor det blir bedt om at jeg ikke må slutte med redigering av bladet. Jeg har holdt på med dette i 15 år nå. Jeg kan love at jeg fortsetter til han mr. Parkinson sier stopp.

Vi hadde et møte på Terråk i høst som var meget bra med bra oppmøte. Det er lange avstander i Namdal og da er det lurt at foreninga reiser dit medlemmene er.

På møtet på Terråk var det et medlem som sa det så treffende: Hun følte at hun ble tatt imot med åpne armer fra første stund. Alle pratet med alle og ingen ble satt til side.

Til slutt vil jeg ønske dere alle en riktig god jul og et godt nyttår

*Vennlig hilsen
Egil Bredesen*

Lederen har ordet



*Bjørn Karstein Myrvang
Leder for Nord-Trøndelag
Parkinsonforening*

Hei!

Takket være en varm og fin august og høst har vi fått ny energi for å starte på en ny vinter. Jeg synes tiden går fort og en må undres over hvor blir det av dagene?

Det er kanskje et tegn på at en trives og har mye å gjøre.

Det jeg ser på som viktig for meg er at jeg må bruke de gode stundene til det som krever mest. Så kan en heller ta det med ro når smertene er som størst. Dette er selvfølgelig forskjellig ut fra hvor rammet en er.

Dette året har foreningen satset på få men nyttige arrangementer med nyttige elementer. Semesteret på Finsås og Trøndersk Parkinsonseminar på Scandic Hell Hotel var begge populære prosjekter.

Jeg har hatt planer om å besøke Leksvika og Meråker men jeg må skylde på MR Parkinson som har vært håpløs.

Jeg har fått ønsker som går på turer til utlandet, særlig syden.

Ha ei rolig og
god jul
og godt nytt år!

Mvh Bjørn.

Foto; Heimsjøen



*Lederen
har ordet*



*Ole Harald Røthe,
leder, Namdal
Parkinsonforening*

KJÆRE MEDLEMMER

Det er lenge siden forrige nummer av vårt medlemsblad. Det er en del av vår kontakt med dere medlemmer, så det er viktig at det er noenlunde regelmessig. Håper alle har hatt en god sommer, og kanskje fått lada "batteriene" noe. Vi går med raske skritt inn vintertida – og jula er ikke langt unna.

Her i Namdalen hadde vi en meget fin dag sammen med medlemmer i Terråk på tidlighøsten. Der ble det diskutert muligheten for en dag for alle medlemmene til sommeren. Det ble til at medlemmene i Terråk tok på seg dette, og vi er spente på hva de kommer fram til av opplegg for en slik dag. Det er meget bra at vi kommer rundt i vårt distrikt.

Ellers er treningsdagene i godt gjenge på Kolvereid, og medlemstreffene en dag i måneden likeså. Logopedtreninga er det og noen som benytter seg av. I Namsos er det ingen treningsdag så langt. Men det er muligheter for oppstart på nyåret. Mens derimot logopedtreninga med Laila Elverum er godt i gang.

Julebordet på Lundstua er nok avvikla når dette leses, det bruker det å være god oppslutning om.

Vi har siste året fått en del nye medlemmer. Jeg håper at de finner seg til rette i foreninga, og vil trives i fellesskapet.

De beste ønsker til dere alle! Det er stund til jul, men vi sier God Jul og Et Godt Nytt år til Alle.

Beste hilsen Ole Harald

Gruppeopplæring Parkinson Namsos

Helse Nord-Trøndelag ønsket å ha med 2 brukerrepresentanter i gruppeopplæringa for pasienter med Parkinson og deres pårørende ved sykehuset Namsos. Styret i Namdal Parkinsonforening foreslo Idun Wannebo og Bjørg Klingen, og disse ble også valgt av brukerutvalget ved Helse N-Trøndelag. De er valgt for perioden fram til sept. 2017

Aktivitetskalender

Nord-Trøndelag Parkinsonforening

Kafetreff

Kafetreff: Kafe Mei & Dei på Amfi kjøpesenter kl 12.00
hver første mandag i måneden

Coop kafe på Amfisenteret i Steinkjer, kl 13.00
hver første torsdag i måneden.

Kafetreff på Stjørdal Helsesenter
Breidablikkveien 3
første torsdag kl 16.00 med oppstart i oktober

Innherredsbakeriet i COOP Extra , Levanger kl 11.00
Hver torsdag etter treninga som starter kl 10,00
Åpent for alle!

Arrangement

Møte for ny diagnostiserte

På Arken , Sykehuset Levanger

10.12-15

Program:

- Velkommen

- Hver enkelt presenterer seg og sin sykdom 0,45
- Orientering om foreningen 0,15
- Kastvollen orienterer om sitt opplegg 0,30
- Berit Nonseth orienterer om parkinson sykdom 0,30
- Servering 1
- Kastvollen viser LSVT 0,20 (møtedeltagerne deltar)
- Avslutning 0,,05

Aktivitetskalender for Namdal Parkinsonforening

Treningsgruppe i Namsos

Trening annen hver tirsdag kl. 12.00 på Kulturhuset, Namsos.
Logoped Laila Elverum er med oss på partalls -uker.
Etter endt økt tar vi en kaffestund sammen.
Vi har plass til deg også som enda ikke har begynt!

Treningsgruppa på Kolvereid

Trening hver torsdag kl. 13.00. Det foregår hos "Fysioterapi
og Trening" på Kolvereid. Her får medlemmene kyndig veiledning
under treninga.

Medlemstreff på Kolvereid

Medlemstreffene er på Frivilligsentralen
3. torsdag i hver måned kl. 11.00.
Kaffe og noe attåt til en rimelig pris.
Her er det fint å møtes i rolige omgivelser.

Årsmøtet

Lundstua 13 februar kl 12.00 - 16.00

Møte med pasient-og brukerinteresse i Namsos.

Ellers har leder vært på møte med pasient-og brukerinteresser i Namsos.
Møtet var kommet i stand på initiativ fra Pasient og brukerombud i
Nord.Trøndelag, Kjell J. Vang. Møtet var godt besøkt, og det kom fram
mange ønsker og meninger

Likepersonsarbeid i Norges Parkinsonforbund.

Åse Hallfrid Kvaal

Ja, for nå skal det hete likepersonsarbeid det som før ble kalt likemannsarbeid. Men, oppgavene er de samme, og forankringen er den samme som før. Definisjonen på likepersonsarbeid er altså det samme som for det tidligere likemannsarbeidet, og lyder som følger:

Likepersonsarbeid er en organisert samhandling mellom personer som opplever å være i samme båt, det vil si i samme livssituasjon. Selve samhandlingen har som mål å være en hjelp, støtte eller veiledning partene imellom.

Likepersonsarbeid skal være frivillig og ulønna, og kan foregå mellom enkeltpersoner, og i grupper.

Likepersoner kalles de som har gått likepersonskurs, og blitt såkalt sertifisert som likeperson.

Alt som blir sagt i forbindelse med likepersonsarbeid er taushetsbelagt!

Norges Parkinsonforbund har drevet med likemanns-, nå altså kalt likepersonsarbeid, siden 2005. Dette arbeidet er en integrert del av forbundets virksomhet, og forankret i forbundsstyret. Midler til denne virksomheten tilkommer forbundet fra ulike eksterne kilder som t.eks. Extrastiftelsen og Buf.direktoratet, hvor de blir gitt i varierende beløp fordelt etter søknader. Norges Parkinsonforbund foretar så prioriteringer og fordelingen av disse midlene, i tråd med de mål og rammer de er gitt etter. I år vil ca halyparten av midlene bli øremerket tiltak for fysisk gruppeaktivitet, etter følgende mål som det er gitt tilskudd til fra Extrastiftelsen: « Bidra til økt livskvalitet og mestringssevne ved å tilby treningsaktiviteter i fellesskap, veiledet av kyndig helsepersonell. Motivere og engasjere inaktive parkinsonrammede gjennom tilbud i nærområdet i regi av den lokale parkinsonforeningen og helsearbeidere fra lokalmiljøet.. «

Utover dette vil rene likepersonsaktiviteter bli støttet økonomisk, samt temamøter, besøkstjenester og tiltak for å få flere til å delta på møtene lokalt; erfaringsutveksling er et stikkord i denne sammenhengen.

Det er blitt holdt kurser både sentralt og regionalt for å «utdanne» likepersoner, og da likepersoner både for de med parkinson, og for deres pårørende. De likepersonene som finnes i Nord-Trøndelag står opplistet i Parkinsonbladet, med geografisk tilhørighet og telefonnummer; det er bare å ta kontakt om en vil snakke med noen. På parkinson.no finnes det en komplett oversikt over alle de likepersonene som er såkalt sertifiserte, og som har sagt seg villig til å ta imot henvendelser pr telefon. Totalt er det nå 97 likepersoner som har gjennomgått kurs, og har blitt godkjent av forbundet gjennom egen kontrakt.

Ellers har Norges Parkinsonforbund også et velfungerende telefonvaktapparat der alle interesserte kan ringe. Parkinsontelefonen 22008280 har mange likepersoner med kompetanse på mange forskjellige felt som betjener telefonen alle hverdager mellom kl. 10 til 16. De har «delt « dagene med ulike interessegruppene, som for eksempel pårørende, parkinson, duodopa, DBS- opererte osv.

Nettkyndige kan også delta på Norges Parkinsons diskusjonsforum på internett, der likepersoner har vært med å skape gode diskusjoner og samtaler. En del har flyttet disse samtalene over i en egen gruppe på Facebook, startet av medlemmer på eget initiativ.

Tidligere har det også blitt utarbeidet et studiehefte for pårørende ektefeller eller samboere til de med parkinson, og ettersom dette ble så populært blir det nå supplert med et nytt studieopplegg for de som har parkinson. Det er bare å melde seg interessert til likepersonskontakten i fylket om en vil bli med i en studiering, og der vil en også få hjelp til å søke om studiestøtte.

*Seminarer er også arrangert i forbundets regi, for blant annet **ynge-, enslige og familie - grupper. Arbeidslivsseminarer** er arrangert jevnlig siden 2006; disse kursene er ment til hjelp, støtte og opplysning for de med Parkinson sykdom som fortsatt var i arbeid men som kunne trenge litt «opp- backing.»*

Alt i alt er det mange muligheter for de som vil delta i en eller annen form; det er bare å velge! Kurs og seminarer blir offentliggjorte gjennom foreningene lokalt på parkinson.no, gjennom Parkinsonbladet og/ eller Parkinsonposten.

Og i bunnen av alt dette arbeidet som omfattes av likepersonsarbeidet ligger det faktisk at nettopp likesinnede kan i trygge omgivelser få kjenne på betydningen av:» Hjelp til selvhjelp!» Noen lokallag i Norges Parkinsonforbund har valgt å gå ut med parolen: «Alene, eller sammen om Parkinson?» Gjennom kontakt med andre kan relasjoner skapes, og gjennom likeverdig kontakt kan en se at:» Enhver smerte taper sin kraft lettere når den deles, sorgen den kan halveres, MENS GLEDEN derimot, DEN DOBLES!

Trivelig møte på Terråk

Tekst / foto: Ole Harald Røthe



Fra venstre: Ruth Laugen Brevik, Bjørg Klingen, Else Hansvik Storsul, Terje Storsul, og Åse Rørmark i tillegg var Ola Pettersen, Irene Johansen, Gunvor og Egil Bredesen

Ettersom medlemmene på Terråk har noe avstand til det meste som foregår i foreninga, besluttet styret at vi skulle ha et felles treff for pasientmedlemmene og deres nærmeste pårørende på Terråk. Det må straks sies at det er flere som bor med noe avstand til det meste av arrangementer, men du er avhengig av å kunne kjøre bil. Gode krefter ble satt i sving, og det ble til båtforeninga på Terråk stilte sitt flotte lokale til disposisjon. Siden et av våre medlemmer var medlem i båtforeninga, ble dette ok.

Vi støtter Parkinsonforeningen

**Hjertelig takk til firmaer som støtter oss med annonser.
Følgende firma har annonser i bladet denne gangen:**

Mosand: Overhalla.....	Side 24
Toyota Hell Bil.....	Side 26
Kiro 1 Levanger.....	Side 26
Kiwi.....	Side 26
Byggmakker Gråmyra.....	Side 27
Boli Namsos og Steinkjer	Side 28

*En rose til
alle våre
Annonserer!*

**Annonse
inntekter
Kr 2250.-**



**Ønsker du støtteannonse i Parkinsonbladet
så ta kontakt med:
Egil Bredesen på tlf 74321813, eller epost:
eg-bred@online.no**



*Arne Morten Kjølstad, Fritz Solvang, Arild Rørmark, Roald Buch kaffekoker og vaffelsteker,
og Ole Harald Røthe med på møtet.*

Og Roald Busch fra båtforeninga stilte opp og var vert for oss, så da vi kom var det klart med kaffe og vafler. Kaker ble det også fra styrets medlemmer. Praten gikk lett og det var en svært god tone. Medlemmene her var svært tilfredse med at dette treffet kom i stand. Terråk er et svært fint sted med flotte omgivelser, så før vi skilte lag hadde medlemmene her tatt i mot utfordringa med å prøve å få til sommerutflukt for foreninga neste år. Det tror vi kan bli noe som er å se fram til. Vi har jo turen til blant annet Vikna friskt i minne.

Grill- og aktivitetsdag på Volhaugen 30-9 15

Tekst/foto; Bjørn K. Myrvang



Viktor Iversen og Svein Snekkvik var de som sto for opplegget denne dagen noe de klarte meget bra. 22 medlemmer var etter hvert på plass, noe som er bra.

Første post på programmet var grilling av pølser og hamburgere og da var kaffen klar på bålet.





Viktor Iversen hadde forberedt ei postløype som ble satt ut i nærområdet av hytta. Temaet var dyr og vanskegraden var middels vanskelig slik at de fleste fikk poeng. Ivar Dalheim vant 1. premie. Etter nok en kopp kaffe var det tid for neste konkurranse, orientering. Gunnar Kvaal ledet denne aktiviteten og laget ei løype for de som ville prøve. Turen med postløypen og orientering gikk i flotte omgivelser. Her en fin plass å fiske! En slik fin dag er ypperlig rekreasjon.

Fine dager på Finsås



Tekst foto: Egil Bredeesen

Nord-Trøndelag Parkinsonforening og Namdal Parkinsonforening arrangerte to dagers seminar på Finsås i Snåsa den 15 og 16 august med 32 deltagere som møtte.

Det var mange gjensyn når vi møttes igjen på Finsås. Mange kjente hverandre fra før. Etter noen års opphold var det fint å møtes på Finsås igjen.

Lørdagen startet med at en logoped fra Namsos med navnet Laila Elve- rum som har vært med i treningsgruppa i Namsos ei stund hadde et fore- drag om opptrening av stemmen. Hun sier hun har blitt glad i parkinsonfor- eninga og synes det er trivelig å trene parkinsonpasientene og det har gitt henne mye igjen.

For og løse litt opp i stemningen blant deltagerne fikk vi i oppgave å gå rundt og hilse på hverandre.

Hun demonstrerte forskjellige øvelser, blant annet viste hun en øvelse med blås luft i ei flaske med vann for å trene lungekapasiteten.

Ellers gikk det på forskjellige øvelser med trene opp muskler i skuldre og ansiktet. Vi avsluttet med allsang, flerstemt. Og til slutt litt avspenning.

Fra Funksjonshemmedes fellesorganisasjon som også Norges Parkinsonforbund er medlem i fikk vi besøk av to representanter. Det var Fylkesleder Siv Rigmor Roel fra MS forbundet og Åge Vågø fra Diabetes foreninga.

De fortalte om hva FFO jobber med



Logoped: *Laila Elverum fikk overrakt blomster av Bjørn Karstein Myrvang*

Med sine 77 medlemsorganisasjoner, som til sammen har mer enn 335.000 medlemmer, er FFO Norges største paraplyorganisasjon for organisasjoner av funksjonshemmede og kronisk syke.

FFO ble stiftet 21. september 1950. Foruten å bestå av 77 medlemsorganisasjoner er FFO organisert i landets 19 fylker, samt aktiv i rundt 100 kommuner.

FFOs overordnede mål er samfunnsmessig likestilling og deltakelse for funksjonshemmede. Vi ønsker å gjøre hverdagen til funksjonshemmede og kronisk syke bedre.

Målet med FFO-samarbeidet er å fremme felles politisk opptreden slik at vi sammen står sterkere i våre ønsker og krav i møte med de som fatter beslutninger, det være seg forvaltningen, politiske organer eller i styrer og råd der FFO er representert. i tillegg til det politiske arbeidet tilrettelegger FFO en rekke møteplasser og arenaer der våre organisasjoner kan samtale og samarbeide om felles interesseområder. *Kilde: fra FFOs webside*



Fylkesleder Siv Rigmor Roel og Åge Vågø fra FFO: Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon.

Nevrolog Jens Horn hadde et foredrag om Parkinsons sykdom og behandling av sykdommen.

Han fortalte om forskning som foregår.

Han orienterte om medisinering og mere avanserte behandlinger som Duo dopa pumpe. Apomorfin pumpe og hjernestimulering ved bruk av strøm. Han sier det er viktig å ha et nettverk og noen å snakke med.



Nevrolog Jens Horn fra Levanger får her ei rose av vår leder Bjørn Myrvang for innsatsen.



Fin musikk: Fra venstre: Andreas Haugen, gitar og sang, Reidar Aksnes: trekkspill og Svein Berg bass.

Det var også anledning til og spørre nevrologen til slutt og det var en del som benyttet anledningen til det.

Det var også et innslag hvor Bjørn Myrvang, Ole Harald Røthe og Alf Magne Bye orienterte om nytt fra foreningene

Senere på kvelden etter en bedre middag samlet vi oss i stuene til sosialt samvær. Mens orkesteret spilte opp til dans.



Danseløver Åse og Arild Rørmark benyttet anledningen til og få seg en svingom og flere ble det etter hvert utover kvelden mens andre hygget seg i selskap med hverandre.





Trivelige deltagere: *Fra venstre: Gunnar Kvaal, Johan Austeen, Inger Stene og Einar Stene hygget seg i hverandres selskap.*

Søndag var det uteaktiviteter som sto på programmet. Etter en bedre frokost så fikk deltagerne prøve forskjellige treningsformer. De fleste var med i gruppen til Saskia som viste oss yoga som var nytt for de fleste. Og de fleste var med i treningen. Ute ble en gruppe trent i LSVT BIG. Mens noen deltok i stoltrening. De aller sprekeste gikk tur til Snåsavatnet. Slik at treninga ble lagt opp til forskjellige funksjonsnivåer så de fleste kunne delta.

Etter lunsj hadde Åse Kvaal og Alf Magne Bye et innslag hvor de fortalte om likepersonarbeidet og lokale kontaktpersoner i foreninga



Saskia Heringa Tønne *demonstrerte yoga som treningsform.*

Med fokus på parkinson

Tekst / foto: Marianne Sævik Åsnes



Undertegnede fikk spørsmål om rigging av utstillingen til Anders Leines som skulle være på Værnes flyplass. Tok med mannen i huset og dro ned for å hjelpe til. Der var det to stk fra Sør-Trøndelag parkinsonforening allerede så det var bare å brette opp ermene og sette i gang. Veldig spennende arena for en utstilling da det passerer mange mennesker i løpet av dagene den skulle stå. Anders fant ut hvilken plassering var best, de største installasjonene var hele 5.5 meter lange.

Historiene til disse unge menneskene er veldig sterke, nære og rørende og ikke nok med det, undertegnede ble intervjuet av NRK midtnytt slik at litt av min historie også kom fram. Det er så viktig å sette fokus på denne sykdommen som rammer ca. 8000. Samtidig har jeg et sterkt ønske om at flere "unge" mennesker kunne kommet til kaffetreff rundt omkring, særlig Stjørdal hvor jeg selv bor.

Det har også blitt gjennomført trøndersk parkinsonseminar på Scandic Hell, kjempebra. Vil benytte anledningen til å takke alle sammen som har vært med på gjennomføringen

Trøndersk Parkinsonseminar

Tekst/foto; Bjørn Karsten Myrvang

Seminaret, som også blir kalt Stjørdalsseminaret, ble avviklet

24.10. –15. Det var Nord-Trøndelag som hadde ansvaret i år og ei gruppe, som besto av Fritz Pettersen, Astri Brevik Marianne Sævik fra Nord-Trøndelag og Astrid Skauge og Thor Hjelmeland fra Sør-Trøndelag hadde 2 møter for å planlegge dette seminaret. Det ble holdt på Scandic Hell Hotel, Stjørdal. 75 medlemmer var med på dette seminaret i år..

Undertegnede åpnet seminaret med denne betraktningen av Parkinson.

Velkommen

Kjære kvinner ! Kjære menn!

Vi som er samlet her har en felles venn..

Vi kunne skrive flere hundre sider ned

Om PARKINSON og det som følger med!

Jeg kalte deg venn, men du er heller min fiende

For samme hva jeg gjør er du med og saboterer og ødelegger alt du får te.

Som da jeg spilte bowling sammen med gutta i klassen fra Grong. Jeg fikk problemer for første gong.

I stedet for fire skritt ble det to.. Da var det noen som lo mens jeg satt og ikke forsto... (at Mr. Parkinson på gamet var med..)

For at du skal få fred med Mr Parkinson

må dette skje...

Vær nøye med tider for piller og måltider. Tren stort som i LSVT big, men ikke for fort!

Med den rette rytmen i kroppen
Når du kanskje helt til toppen!

Tenk om vi en dag en pille kan få
Som gjør det slutt på vår parkinsonisme..
Da skal vår venn alene få gå
med en enkel billett
hvor det vil stå, go to Hell.



*Magne Vang
Fredriksen og
Svein Snekkvik
kvelden før semi-
naret*

Foto; Bjørn K Myrvang

Uten Parkinson vil livet bli flott
og vi kan se tilbake på tiden som har gått.
Turer, trening og treff slik som nå
mye bra å se tilbake på!
*Her er vi samlet fra nord og fra sør, mange har vært her før
Viggo Valle kunne ikke komme,, jeg sier lell
VELKOMMEN TIL ALLE!*

Trøndersk Parkinsonseminar er blitt kjent som et ettertraktet seminar med nyttig informasjon, gode foredrag og trivelig atmosfære.



Krisztina Johansen hadde et populært innlegg på seminaret

Årets utgave var intet unntak takket være gode forelesere og en utmerket konferansier, Frode Hallem som med sang og gode historier sørget for god stemning. Første innlegg var ved Krisztina Johansen. Temaet var «Nytt fra forskningen» og alle hadde ønsket seg mer tid med henne. For meg var det interessant med ei innføring i YOGA . Noe Ina Leraand gjorde på en glimrende måte., først teori og deretter øvelser.

Lars Sommervold og Thor Hjelmeland fortalte om sitt liv med Parkinson. Fengende framført.

Leiv Ramfjord underholdt forsamlingen med historier, spill og sang Noe de fleste satte pris på.

Lars Sommervoll

Under; Lederskifte i STPF



Magne Wang Fredriksen la fram nytt fra forbundet. Under; Audhild Mork



Leiv Ramfjord trakterte fela på en utmerket måte



Dagens høydare var spart til slutten. Audhild Mork fikk god respons på sitt foredrag om motivasjon.

Mye kunnskap å øse av!

En dag var over og flere hevdet at neste gang burde en satse på et 2-dagers seminar.



Mosand AS

Optiker Lars Mosand og Ståle Viken
Overhalla. Tlf. 74 28 11 42

**Nevrologisk poliklinikk ved Sykehuset Namsos****Spesial sykepleier: Nina Nynes (til høyre)****E-post: NinaSandver.Nynes@hnt.no****Spesial sykepleier: May Sissel Utvik (til venstre) på bildet****E-post: MaySissel.Utvik@hnt.no****Telefontid daglig fra kl. 08.00 15.30 tel nr: 74215267****Vi som spesialsykepleiere vil besvare på det vi har kompetanse på, og undersøker med nevrolog vedrørende spørsmål utenom vår kompetanse.**

Håper det blir mulighet til endring fra nåværende informasjon fra nevrologisk poliklinikk til det nye, og vi ønsker å sette inn et bilde. se vedlegg.

Mvh

Nina S Nynes
Nevrologisk poliklinikk
Sykehuset Namsos

Toyota Hell Bil

Fornuft & følelser



Tverrfaglig senter for behandling

Hiropraktikk
Fysioterapi
Massasje

Treningsstudio

kiro1
for din helse

Helga den Fagres gt. 8B,
7600 Levanger
Tlf. 74 01 98 90
www.kiro1.no

www.vestvikreklame.no

KIWI mini pris

Kvittering				
Innbetalt til konto	Beløp	Betalerens kontonummer	Blankettnummer	
			6260625003	
Betalingsinformasjon		GIRO	Betalingsfrist	
Støtte til Parkinsonbladet		Underskrift ved girering		
Fra ??????????????????				
Betalt av		Betalt til	Nord-Trøndelag Parkinsonforening	
Belast konto		Kvittering tilbake		
Kundeidentifikasjon (KID)	Kroner	Øre	Til konto	Blankettnummer
H			< > 1204.16.69576	<6260625003>

*Frivillig støtte til bladet kan overføres til kontoen ovenfor. Husk å angi at det gjelder støtte til Parkinsonbladet ved innbetaling. Hjertelig takk for støtten. Oversikt over innbetalt støtte til bladet kommer senere.
Hilsen redaktørene Bjørn og Egil*



GRÅMYRA
 Gråmyra
 7600 Levanger
 Tlf: 74 01 91 60
 Åpent:
 7-16.30 (9-14)



VI HAR FLYTTET



Her finner du oss:

STEINKJER:
Dampsagasenteret
Grong Sparebank

NAMSOS:
Namdalsshagen
Grong Sparebank

VI GJØR DIN BOLIG SYNLIG

www.boli.no

Tlf 47 47 99 90

boli

Adresse- og telefonliste

Norges Parkinsonforbund

Karl Johans gt. 7
0154 Oslo
Tlf. 22008300
Epost: post@parkinson.no
Kontortid: mandag-torsdag kl. 10.00– 15.00

*Generalsekretær:
Magne Wang Fredriksen*



Parkinsontelefonen: 22 00 82 80
Alle hverdager fra kl 10 – 16
Norges Parkinsonforbund

Her kan du treffe skolerte og hyggelige
likemenn med taushetsplikt.



Rådgivningslinjen: 22 00 83 08
Mandager fra kl 10.00–15.00
Norges Parkinsonforbund

Her treffer du sykepleier
og helsefaglig rådgiver i NPF.

*Helsefaglig rådgiver:
Ragnhild Støkket*



**Nevrologisk poliklinikk ved Sykehuset
Namsos**

Spesial sykepleier: Nina Nynes
E-post: NinaSandver.Nynes@hnt.no

Spesial sykepleier: May Sissel Utvik
E-post: MaySissel.Utvik@hnt.no



Telefontid daglig fra kl. 08.00 15.30 tel nr: 74215267 Vi som spesialsykepleiere vil
besvare på det vi har kompetanse på, og undersøker med nevrolog vedrørende spørsmål
utenom vår kompetanse.

Nevrologisk Sykepleier på Sykehuset Levanger
Berit Nonset. Tlf. 740 98914

Telefontid mandag, torsdag og fredag kl 08.00 - 15.30
E-post: berit.nonset@hnt.no

Nevrologisk sykepleier: Berit Nonset, besvarer spørsmål hun har kom-
petanse på, og undersøker med nevrolog når det er noe utenfor hennes fagområ-



Likepersoner i Nord-Trøndelag

Distrikt	Navn	Telefon	Mobil	Pasient/pårørende
Stjørdal	Inger Lise Lillefloth		92826992	Pårørende
Levanger	Fritz Pettersen		93481210	Pårørende
Namdal	Egil Bredesen		90668965	Pasient
Levanger	Sofie Risberg	74081862	90615612	Pårørende
Verdal	Gerd Hovdahl		47254649	Pasient
Verdal	Gunnar Kvaal	74071126	91584981	Pasient
Verdal	Ase Kvaal	74071126	97514816	Pårørende
Ytre Namdal	Ase Rørmark	74298933	97985165	Pårørende
Ytre-Namdal	Arild Rørmark	74398933	91668893	Pasient
Namdal	Ole Harald Røthe		97959666	Pårørende
Inderøy	Heidi Bye		47316848	Pårørende
Inderøy	Alf Magne Bye		93016911	Pasient

Likepersonkontakt

Både pasienter og pårørende har stort utbytte av snakke med andre i samme situasjon. Derfor er likemannsarbeidet viktig.

Likemannkontakt er:

Fritz Pettersen, Levanger, mobil: 93481210



Pårørendekontakt

Mildrid Folden

Rannemsbakken 2, 7711 Steinkjer

Tlf. 74162132/ 99277427

e-post. t-folden@online.no



Styremedlemmer

Nord-Trøndelag Parkinsonforening

Hjemmeside:

<http://www.parkinson.no/nordtrondelag>

e-post: nordtrondelag@parkinson.no

Bankgiro: 1204.16.69576

Org. nr. 985 442 266

Leder: Bjørn Karstein Myrvang

Gruslina 32, 7620 Skogn

Tlf 41235401

e-post: myrvangb@gmail.com

Nestleder: Viktor Iversen

Fiolvn.25B, 7654 Verdal

Tlf. 74079160 / 91707395

e-post :vik-ive@online.no

Sekretær: Alf Magne Bye

Kjelkevegen 113

7670 Inderøy

Tlf 74165404/ 93016911

e-post alf.magne.bye@ntebb.no

Kasserer; Svein Snekkvik

Smedveita 6,7650 Verdal

tlf. 74 04 94 04 / 922 15 798

epost: svein.snekkvik@gmail.com

Styremedlem og likepersonkontakt:

Fritz Pettersen

Markvegen 9, 7600 Levanger

Tlf. 74089633/ 93481210

e-post. fritz1@live.no

1. varamedlem: Astri Elisabeth Brevik

Innherredsveien 59B 7503 Stjørdal

Tlf. 74824619/ 93044365

epost: astri-bre@hotmail.com

2.varamedlem; Marianne Sævik Åsnes

Hjelsenglia 7 7509 Stjørdal

Tlf 93236052

marsa67@hotmail.no

Namdal Parkinsonforening

Hjemmeside:

<http://www.parkinson.no/namdal>

ole.harald.rothe@ntebb.no

Bankgiro: 5083 05 43802

Org. Nr. 993 745 839

Leder: Ole Harald Røthe

Bangdalsvn. 105, 7820 Spillum

Tlf. 97959666

e-post. ole.harald.rothe@ntebb.no

Nestleder: Egil Bredesen

7976 Kongsmoen

Tlf. 90668965

e-post. eg-bred@online.no

Sekretær: Åse Rørmark

Haranes, 7818 Lund

Tlf. 97985165

e-post. aaser56@hotmail.com

Kasserer: Paul Albert Selnes

Spillum 7820 Spillum

tlf. 90521924

Styremedlem: Arild Rørmark

Haranes, 7818 Lund

Tlf. 91668893

e-post. arildr49@hotmail.com

Varamedlem: Else Hansvik Storsul

Storsula, 7900 Rørvik

tlf. 74392563 / 95800298

e-post: terje@storsul.no

Varamedlem: Heidi Klingen Lauten

Åsvn. 4. 7970 Kolvereid

heikling@online.no

Valgkomite

Björg Klingen, Kari Nicolaisen.

Idun Wannebo.

Varamedlem: Jan Arvid Lønstad

B



Avsenderadresse:
Nord-Trøndelag Parkinsonforening
v/ Bjørn Karstein Myrvang
Dalheim
7620 Skogn

**Husk og melde fra om adresseendring
så unngår du forsinkelse i utsending
av medlemsbladet.**

**Meld ifra til:
Norges Parkinsonforbund**
Karl Johans gt. 7
0154 Oslo
Tlf. 22008300
e-post: post@parkinson.no

Sendes:
Norges Parkinsonforbund
Karl Johansgate 7
0154 Oslo



Norges Parkinsonforbund

INNMELDINGSSKJEMA

Navn:.....

Født:.....Kjønn.....

Adresse:.....

Postnr og sted.....

Tlf. privat:.....Mobil:.....

E-post:.....

Innmeldt/ vervet av:.....

Medlemstype:

- Har selv parkinson kr 350,-
- Nærmeste pårørende (samme adr. som medlem) kr 300.-
- Støttemedlem kr 300.-

