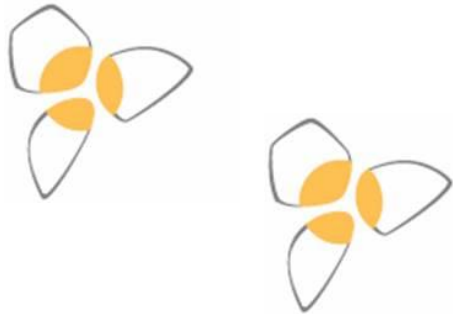




Asker og Bærum Parkinsonforening **Velkommen til medlemsmøte onsdag 28.01.2026**

Parkinson og forebyggende medisin



Lege og spesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering, Michael Thorp, har bl.a. holdt foredrag om mat, aktivitet, stress, søvn, emosjoner (MASSE) på Unicare Fram, Rykkinn. Nå kommer han til oss og deler sine tanker og viten om helse i hverdagen. Han vil presentere en veileder i å ta bedre og sunnere valg. Den gylne middelvei bør være et ideal for de fleste.

Michael Thorp har omfattende erfaring og kunnskap om forebyggende medisin. Hvilke vaner har du og hvilke valg tar du? Hvordan bygge deg sterk, fysisk og mentalt? Trenger du inspirasjon i hverdagen? Michael Thorp gir deg den på foredrag hos oss.

Ellers blir møtet etter vanlig oppskrift, med kaffe og noe å bite i, lotteri med gevinster, og vi får anledning til å bryne hjernen på en liten quiz.

Vi gleder oss til møtet og håper det blir skikkelig stort fremmøte!

Velkommen!

Hilsen styret



Vi møtes kl. 18.00 – 20.00 i våre faste lokaler på Ringhøyden Seniorsenter, Ringstabbekkveien 105, 1356 Bekkestua. Vår inngang til bygget er på sørsiden. Kommer du med bil anbefaler vi innkjøring fra krysset Gamle Ringeriksvei og Tjernsrudveien. Det er mange gratis parkeringsplasser på denne siden. Kommer du med buss, trikk eller bane er det 8 minutter å gå fra Bekkestua stasjon. (Ruter).