

Årsmøde for yngre

19.11.2022 - 20.11.2022

Kl. 09.00 - 16.00

For yngre

**Vejen Idrætscenter,
Petersmindevej 1, 6600 Vejen.**

Målgruppe: For yngre

Sidste års store succes med Årsmøde for yngre med Parkinson gentages. I år sætter vi fokus på boksning som træningsform, copingstrategier i forhold til parkinson og workshop om aktiviteter for yngre.

Herudover er der tilbud om mange forskellige aktiviteter som dans, padel, badminton, svømning osv. og masser af socialt samvær, snak, hygge og dans.

TILMELDING: Kom med på årsmøde

Kontakt: Jette Gunther Nedergaard Collins, formand for styregruppen for yngre med parkinson på jetteguntherandersen@gmail.com.

Program for årsmødet for yngre med parkinson

Lørdag 19/11-2022

9.00 - 10.30

Ankomst, kaffe og rundstykke, velkomst og præsentation af aktiviteter.

10.30 - 12.30

Oplæg om boksning og parkinson v. Fysioterapeut Finn Egeberg og boksetræner Lars Larsen
Afprøvning af boksning v. Fysioterapeut Finn Egeberg og boksetræner Lars Larsen (Medbring gerne egne boksehandsker og/eller pads)

12.30 - 13.30

Frokost og hvil (Restauranten)

13.30 - 14.00

Opvarmning og fordeling på aktiviteterne.

14.00 - 18.00

Div. Idrætsaktiviteter

Mulighed for aktiviteter med instruktør: Jumping fitness, basistræning, spinning, fitness-dans, spring
Mulighed for aktiviteter uden instruktør: Svømmehal/spa, fitnessrum, Crossfit område, Padel, badminton, hockey, fodbold o.lig

15.00 - 15.30

Eftermiddagskaffe (Kaffezone)

18.30

Middag, hygge, musik og dans (restauranten)

Søndag 20/11-2022

07.00 - 07.45

Yoga for de morgenfriske (Troldealen)

07.00 - 08.30

Morgenmad (restauranten)

8.30

Velkomst og præsentation af dagens program. Kort om Styregruppens historie og målet med et årsmøde.

Eksisterende netværk, fysiske samt digitale. - Hvilke aktiviteter kunne du ønske dig for yngre i din kreds? Kunne du forestille dig at lave et stykke konkret arbejde for at styrke netværk for yngre? Og i så fald hvilket?

9.30 - 10.00

Kaffe og udtjekning

Udtjekning fra værelser inden kl. 10.00

10.00 - 11.30

Hverdagslivet med Parkinson

Oplæg v. Trine Hørmann Thomsen ud fra bogen af samme navn

11.30 - 12.30

Hvordan er Parkinsonforeningen bygget op og hvilke muligheder er der for yngre?

Oplæg og workshop ved Ulrik Husted, Claus Bech Bonde og Hannah Lene Petersen

12.30 - 13.00

Kort evaluering og tak for i år. Sandwich og vand to go.

Der er hele weekenden fri adgang til svømmehal spa-område, også efter årsmødet er slut søndag.

Om oplægsholderne



Lars Larsen:

Jeg har været boksetræner i 20 år og driver til daglig bokseinstituttet. Efter mange år med "almindelig boksning" har jeg været med til at starte parkinsonboxing i Danmark.

Det er min ambition at være med til at udvikle parkinsonboxing som koncept i Danmark og gøre det til en fast bestanddel i behandlingen af Parkinson.

Finn Egeberg Nielsen:

Fysioterapeut for Parkinsonforeningen i mange år.

Sammen med Lars har jeg været med til at udvikle Parkinson Boxing i Danmark. Jeg er formand for styregruppen af bokseprojektet der som mål har at uddannet 60 boksetrænere inden udgangen af 2023.

Har Fyshuset Valby som har Parkinson træningshold i Lsvt Big samt Power Wellness Recovery samt Parkinson Boxing.

Er formand for Fit4cure ... se hjemmesiden her



Trine Hørmann Thomsen:

Forskningssygeplejerske/Post.doc. i Klinik for Bevægelseforstyrrelser, Rigshospitalet, Glostrup og projektmedarbejder i Parkinsonforeningen.

Forsker primært inden for patientuddannelse og digitale løsninger til mennesker med neurodegenerative sygdomme, herunder Parkinsons sygdom. Derudover er Trine fundraiser i Parkinsonforeningen og er tilknyttet forskellige projekter.



Ulrik Husted:

Projektmedarbejder i Parkinsonforeningen med ansvar for yngregruppen, mellemgruppen, sociale medier og medlemssystemet siden februar 2022.

Er uddannet cand.soc i Internationale Udviklingsstudier og Virksomhedsstudier og har tidligere arbejdet med sociale indsatsler målrettet både blinde, svagsynede, katolikker og udsatte i Mozambique samt på kommunalt plan.

Medlemmer styregruppen for yngre med parkinson

Jette Günther Nedergaard Collins (1968), Fyn

Diagnose: 2009.

Job: Fleksjob som folkeskolelærer.

Interesser: Træning, dans, løb, fodbold, badminton, frivilligt arbejde.

Aktiviteter i Parkinsonforeningen: Suppleant i Fyns kreds, danseambassadør, ressourceperson på rehabiliteringskurser for fase 1, arranger af diverse aktiviteter samt underviser i dans og gymnastik.

Kontakt mig om: Job, fleksjob, børn, træning og foreningsarbejde.

jetteguntherandersen@gmail.com

61 77 56 20

Hannah Lene Petersen (1985), København/Frederiksberg

Job: Digitaliseringskonsulent i Københavns Kommune

Interesser: Alt kreativt, tekst, billede.

Diagnose: 2010. Ligeledes pårørende til mor og mormor med parkinson.

Aktiviteter i Parkinsonforeningen: Medlem af hovedbestyrelsen, Yngre kontaktperson i Kreds København/Frederiksberg.

Kontakt mig om: Socialt liv og selvværd, netværksmuligheder, arbejdsliv, ret og regler omkring offentlig støtte samt det at være pårørende som barn eller ung

empre@godmail.dk

Jette Oppelstrup (1973), København

Job: Arbejder pt. 16 timer om ugen i et fastholdelsesfleksjob som urmager. Har været i firmaet siden 1999.

Interesser: Er mor til to drenge, Ole er født i 2006 og Jens er fra 2009. Bor i Herlev. I min fritid træner jeg, ser venner og familie. Elsker gør-det-selv projekter, og at brodere korssting! Fik Parkinson diagnosen i januar 2017. Dyrker boksning, løb, fitness samt træner hos fysioterapeuten flere gange ugentligt. Var på Montebello i november 2019.

Kontakt mig om: Børn/unge og parkinson og om at være "ung" med parkinson.

joppelstrup@hotmail.com

Claus Bonde (1975), Aalborg

Job: Murersvend, på flex tid (29 timer).

Interesser: Bor alene, sammen med min søn Lucas på 15 år. Jeg nyder at slappe af med en god bog eller på sofaen med fjernbetjeningen. Ellers spiller jeg en del fodbold, både i almindelig klub og parkinson-regi. Jeg løber også en del, da det er godt for mig både fysisk og psykisk. Derudover styrketræner jeg, bokser, spiller padel tennis og når der er mulighed for det går jeg til parkinsonstræning hos en fys, hvor der er fokus på koordination og balance. Jeg fik parkinson diagnosen i juli 2017.

Kontakt mig om: Alt, intet er for stort eller småt. Jeg er dog mest interesseret i træning og træningstilbud. At være på arbejdsmarkedet med parkinson. Livet med parkinson som ung, og med hjemmeboende børn.

Clausbbonde@hotmail.com

Karin Sihm (1971), Aarhus

Diagnose : 2015

Job: ansat som husmor i beboerhus, fleksjob 10 t/ uge.

Interesser : træning i form af styrketræning , cirkeltræning hos fysioterapeut , løb og badminton. Synger i et band , hvor vi spiller rock/pop kopier og håber snart på småjobs til private fester og firmafester Strikker, hækler og syr Havearbejde og diverse småprojekter i hus og have.

Aktiviteter i Parkinsonforeningen: Medlem af styregruppen og med fra start i gruppen i Midtjylland

Kontakt mig om : diverse spørgsmål vedr. det at være ung med parkinson, job, fleksjob, yngre netværksgruppe mm.

karinsihm@gmail.com

Jakob Hededam Olsen (1982), Odense

40 år, gift på 4. år med Trine, sammen har vi en søn, Marvin på 6, samt en bonusdatter, Vega, på 15. Jeg fik diagnosen som 38-årig. Jeg arbejder fuld tid på en maskinfabrik som blæksprutte på hele fabrikken. Har administrativt arbejde med bl.a. kontakten til div. myndigheder, giver en hånd i produktionen og alt det indimellem. Min fritid er sparsom. Den går med familie, hus og træning. Jeg er på hold hos fyssen 2 gange om ugen. Derudover cykler jeg mountainbike og landevej ca. en gang om ugen.

Tilmeld nyhedsbrev



Hold dig opdateret omkring medicin, nyheder, parkinson i medierne og spændende events i Parkinsonforeningen

Tilmeld nyhedsbrev

Kontakt

Parkinsonforeningen
Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup

info@parkinson.dk
Man-fre 10.00-14.00

Telefon 36350230

Genveje

Parkinson Nyt

Bliv medlem

Støt parkinsonsagen

Analysér

Om parkinson

Atypisk parkinson

Behandling

Særligt for dig

For fagpersoner

For pårørende

For voksne børn

For yngre

Find din kreds

Socialt



Find os på Facebook →



Følg os på YouTube →

Støt parkinsonsagen



MobilePay 74725 →



Donation →