



# **PARKIPOSTEN** **NORDJYLLAND**



**Frist for indlevering af indlæg til næste blad er 22. oktober**  
**Blad nr. 4 udkommer i uge 49**

**Husk at der altid er AKTUELLE INFORMATIONER**  
**på vores hjemmeside: [www.parkinord.dk](http://www.parkinord.dk)**

# Indholdsfortegnelse

---

• Strålende Dag med PUW Vendelbo .....	side	4
• Tolne Skov - billedkollage .....	side	6
• Kontakt til Parkinsonsygeplejersker .....	side	8
• Danseworkshop i Brønderslev .....	side	8
• Bodil Jørgensen gæster parkinsonforeningen Nordjylland..	side	9
• Bordtennis - NYT NYT .....	side	10
• Ny Klub Vesthimmerland - under etablering .....	side	11
• Gode minder fra en fodboldkamp .....	side	12
• Klub Mariagerfjord .....	side	13
• Hjørringklubben .....	side	14
• Nyt fra Klub Frederikshavn .....	side	15
• Program m.m. for Aalborgklubben .....	side	16
• Motionstilbud Aalborg Kommune .....	side	18
• Hvordan kontakter jeg Aalborg Kommune.....	side	20
• Kreds- og klubbestyrelser .....	side	22

---

**Deadline for indlevering af stof til næste blad er:  
22. oktober 2024.**

**Stof der ønskes med i bladet sendes til [nordjylland@parkinson.dk](mailto:nordjylland@parkinson.dk)**

Det er vigtigt at understrege, at det er alle medlemmer i kredsen, der har mulighed for at få indlæg med i Parkiposten, så fat pennen og fortæl din historie m.m.

---

# En strålende dag med Parkinson Unity Vendelbo Walk

---

Den 15. juni blev Tolne Skov nær Sindal omdannet til en festplads fyldt med smil, latter og fællesskab, da Niels Christian Mortensen (NC) bød velkommen til Parkinson Unity Vendelbo Walk. Efter lang tids planlægning kunne arrangementet endelig løbe af stablen, og det blev en dag fyldt med positiv energi, samhørighed og en god sag i fokus.

Trods en lidt trist vejrudsigt mødte næsten to hundrede mennesker op, heriblandt parkinsonramte, deres familier, venner og frivillige. Vejret holdt sig tørt det meste af dagen, og det blev hurtigt tydeligt, at ingen regndråber kunne dæmpe den gode stemning.

Dagens konferencier, entertaineren Jacob Haugaard, satte scenen for en række opløftende taler. Borgmester Søren Smalbro overraskede alle med en generøs donation til den gode sag, og landsforeningens formand, René La Cour Sell, talte om vigtigheden af synlighed omkring Parkinsons sygdom. Pia Fog fremhævede NC's enorme indsats i planlægningen af dagen, og hele arrangementet blev styret med smil og professionalisme af NC og Jacob Haugaard.

Med mottoet »Motion er Medicin« blev der lagt op til en 4 km gåtur gennem Tolne Skovs smukke, men udfordrende terræn. Der var også en kortere rute for dem, der ønskede færre udfordringer. Else Schalz sørgede for effektiv opvarmning af deltagerne inden gåturen. Var man ikke varm nok, kunne man prøve Parkinson-boksning, hvor pulsen virkelig kunne komme op i det røde felt.

Anstrengelserne gav deltagerne en dejlig oplevelse og en god appetit, som blev stillet i madboderne med lækre fiskefrikadeller, pølser, kaffe og kage. Her var Jacob Haugaard hurtig til at give en hjælpende hånd i pølseboden.

Efter frokost blev spændingen løftet yderligere, da NC kunne videregive en donation på 15.000 kr. fra Forsikringsselskabet Vendsyssel til Soldalens Rideklub til anskaffelse af en handicaplift. Tombolaen var også et stort hit med mange flotte præmier, heriblandt et gavekort på 4000 kr. og et maleri af kredsformand Pia Fog. NC og Jacob Haugaard stod for uddelingen af præmierne og sørgede for, at alle gik hjem med et smil. Især NC, der senere på dagen modtog en donation på 25.000 kr. fra Sol og Strand som en »Lokal Håndsrækning«.

Da regnen endelig kom, søgte folk ly i teltene, hvor ballonmanden imponerede med sine kreative ballonfigurer. Trods det tætte selskab var stemningen i top.

Det blev en dag fyldt med gode samtaler, glade ansigter og en følelse af fællesskab og støtte. Parkinson Unity Vendelbo Walk var ikke kun en succes i Tolne Skov – det var også et bevis på, hvad vi kan opnå sammen.

Parkinson Unity Vendelbo Walk kunne lade sig gøre takket være ildsjælene bag arrangementet. De frivillige fra Inner Wheel Sindal, Sindal Rotary Klub og ungdomsklubben Nemizis samt de mange donationer – store som små – til mad, tombolagevinster, telte mv. Overskuddet fra arrangementet går til forskning i Parkinsons sygdom.

Dagen sluttede af med sang og dans i regnen, ledet af den altid muntre Jacob Haugaard.

Det' hammer hammer fedt. Jeg kysser dig om lidt.  
Vinden den er go', ja go' for mere end to  
Smil til hele verden, syng en sang for lærken.  
Ha' en herlig weekend og vi ses!

Tak for en uforglemmelig dag, og vi ses til næste gang!

Tekst: Elisabeth & Erwin Kristoffersen

Fotos: Niels Helver/Nordsøposten - se billedglimt på de næste sider











# Kontakt til Parkinsonsygeplejersker

---

## Meddelelse fra Aalborg Universitetshospital

### Kære Patient

Ved behov for rådgivning omkring din sygdom, medicin eller dit liv med en bevægelsesforstyrrelsessygdom, er det muligt at snakke med en sygeplejerske i vores ambulatorier.

**Der er åben telefon for rådgivning mandag, tirsdag og torsdag, fra kl. 8.30 til 9.30.**

Telefonen er henvendt til dig som sygdomsramt, dine pårørende og eventuelt sundhedspersonale, du måtte have kontakt til.

**Telefon: 9766 2300, tast herefter 3 for bevægeforstyrrelser.**

Mvh.

Sygeplejerske

Birgitta og Michael

---

## Danseworkshop i Brønderslev

---

**25. september, kl. 13.00 – 15.00**

**Nordjyllands Idrætsskole, Parkvej 61, 9700 Brønderslev**

Parkinsonforeningen har fået en dejlig mulighed for at komme ud med Elisabeth Dalsgaard og give en smagsprøve på, hvordan dansen og Parkinson Ballroom Fitness™ kan give livsglæde og sved på panden. Måske går du allerede på et dansehold, eller måske er du en af dem, der ikke helt er kommet i gang endnu. Nu har du muligheden for at få lidt inspiration hos altid populære Elisabeth.

Det er gratis at deltage, men tilmelding er nødvendig. Medbring gerne en vandflaske. Der indlægges pauser undervejs.

**OBS:** Vær opmærksom på, at dato og tidspunkt er flyttet fra d. 22/9 til d. 25/9

**Tilmelding:** <https://www.collect.nu/DPF/Brønderslev>

/En venlig reminder

Ida Skytt, Parkinsonforeningen

8 · September 2024

# Bodil Jørgensen i Aalborg for Parkinson!

**Tidspunkt:** tirsdag den 24. september, kl. 14.00 – 16.00

**Sted:** Folkekirkehus, Gammeltorv 4, 9000 Aalborg

Vi har i Nordjyllandskredsen i flere år arbejdet på at få Parkinson Ambassadør Bodil Jørgensen til Aalborg. Første gang var til vores Unity Vendelbo Walk i Slotved Skov i 2018, anden gang var da vi i 2020 planlagde en Walk i Aalborg med udgangspunkt i Gl. Torv, men som ikke blev til noget på grund af Corona, og sidst her den 15. juni 2024 med Unity Vendelbo Walk i Tolne skov – men desværre uden held da Bodil Jørgensen er en travl og eftertragtet skuespiller.



*Fotograf – Les Kaner*

**MEN nu kommer hun!** Hendes foredrag den dag kan sammenfattes under titlen:

**Revy, Drama og Satire – min livshistorie.**

Bodil Jørgensen er født i Vejle. Hun har modtaget et væld af priser og nomineringer. Vi kender Bodil fra blandt andet »Badehotellet«, hvor hun spiller Molly Andersen. Den serie er pt. ved at blive genudsendt. Fra filmens verden kan I sikkert huske filmen »Hvidstengruppen«, hvor hun spillede Gudrun Fiil. En af de seneste film er den skønne film »Rom«, som er et romantisk Feel-Good drama. Som revyskuespiller kender vi hende både fra Tivolirevyn og senest Cirkusrevyn. Ja, dette er blot et lille indblik i hendes store karriere – så kom med til en forrygende spændende eftermiddag med en af Danmarks største skuespillere.

## **Programmet:**

Kl. 14.00 – 15.00 første del af foredraget

Kl. 15.00 – 15.15 kaffepause

Kl. 15.15 – 16.00 anden del af foredraget

(Tidspunktet på dagen er valgt, så Bodil Jørgensen kan passe sit scenearbejde om aftenen).

Aalborgsalen har plads til 150 tilhørere. Så selvom det er mange pladser, må vi alligevel påpege, at pladserne reserveres efter først-til-mølle-princippet. Der vil være bindende tilmelding via vores hjemmeside <https://parkinord.nemtilmeld.dk>. Prisen er kr. 30 (for kaffen) pr. person.



## **Praktiske ting i forhold til ankomst og parkering:**

Parkeringspladser: Parkeringshus ved Budolfi Plads (indkørsel via Vingårdsgade); Sallings parkeringshus ligger lige i nærheden; der findes en lille parkeringsplads bag ved Det Gamle Posthus.

Se i øvrigt Aalborg Kommunes hjemmeside:

<https://www.aalborg.dk/mit-liv/trafik-og-parkering/parkering/parkeringspladser>

## **Transportmuligheder:**

Næsten alle buslinjer kører til Nytorv i Aalborg, hvorfra der kun er tre minutters gang til Folkekirkens Hus.

Vel mødt!

Parkinsonforeningen Nordjylland  
/Pia Fog, formand

---

# **NYT - Bordtennis for Parkinson - NYT**

---

**Tid:** Hver mandag og onsdag, kl. 16 - 17 – opstart 2. september

**Sted:** Bordtennisklubben Tateni, Filstedvejens Skole (gymnastiksalen), Filstedvej 16, 9000 Aalborg.

Vi taler om NYE træningshold! Så det er nu, der er mulighed for at møde nye udfordringer og venskaber!

Bordtennisklubben Tateni tilbyder Bordtennis for parkinsonramte. Klubben tilbyder kvalificerede trænere med stor erfaring i støttende træning i et inkluderende miljø, hvor du får forbedret dine motoriske færdigheder, balance og reaktionsevne. Alle i kredsen er velkomne. Kom og vær med!

For yderligere information skriv til: [BTKTATENI@YAHOO.COM](mailto:BTKTATENI@YAHOO.COM)

På kredsbestyrelsen vegne  
/Kurt



# Klub Vesthimmerland

## Ny klub under etablering

---

Er du ramt af Parkinson eller pårørende så kom til informationsaften og støt op om oprettelsen af en Netværksgruppe i Vesthimmerlands Kommune.

**Torsdag den 12. september kl. 18.30-20.00,  
Firkløveren, Hovedgaden 81, Vester Hornum, 9600 Aars.**

### **Program:**

**Kl. 18.30** Velkomst v/ Karsten Beltoft, Parkinson ramt

**Kl. 18.45** Erwin Kristoffersen (kasserer i Nordjyllandskredsen og i Aalborgklubben) samt Birte Nørgaard (næstformand i Aalborgklubben) informerer om netværksgrupper, oprettelse, økonomi, hvordan, hvad, hvem og meget andet.

**Kl. 19.15** Idérunde, hvor der samtidig serveres kaffe og kage.

**Kl. 19.45** Opsamling, afrunding med en sang og tak for i aften.

Har du brug for kørejlighed, kontakt Karsten Beltoft på 2065 0280.

Vi håber at se rigtig mange, så vi kan få etableret en Netværksgruppe for Parkinsonramte og deres pårørende i Vesthimmerlands Kommune.

På arbejdsgruppens vegne  
Anita Falk Nielsen  
Ergoterapeutisk konsulent

---

# Gode minder fra en fodboldkamp

---

**Lidt fakta:** Tirsdag 18. juni kl. 16.30 mødte FC Parkinson - Jetsmark IF U13 til fællestræning efterfulgt af en TOPKAMP på Jetsmarkklubbens kunststofbanen.

FC PARKINSON er for ældre herrer, der har diagnosen Parkinson. De bruger fodbold som motionsform – motion er nemlig den værste fjende for Parkinson. Parkinsonholdet mødes hver tirsdag i Aalborg Freja for at træne, men manglede et hold at spille kamp imod. Fodbold kan samle folk – ung, gammel, syg eller rask – og Jetsmark IF var friske på udfordringen!

»Min farfar og jeg har altid spillet meget fodbold sammen igennem min barndom, når vi har hygget os.

Da han fik Parkinson, besluttede han at holde sig i form ved at spille fodbold igen. Så blev vi enige om, at vi skulle spille en kamp mellem FC Parkinson og U13 Jetsmark. Kampen skulle finde sted den 18. juni. Jeg var mega spændt på at spille mod ham og hans hold. Kampen gik fantastisk – og endte 6-3 til os. Det jeg lærte var, at man stadig kan have det sjovt, selvom man har det svært med en sygdom f.eks. Parkinson.

Efter kampen fik vi god Ryå is og mad ved Jetsmark Hallen. Jeg snakkede med de andre spillere fra mit hold, og de syntes bare, det var fedt.

Det var en fed oplevelse, jeg altid vil huske, fordi det viste mig, at glæde og sammenhold kan overvinde mange udfordringer.«

/Mads-Christian Grønhøj



*Mads-Christian (U13) og farfar Evan Grønhøj (FC Parkinson)*



# Klub Mariagerfjord

---

Vores tur til Rododendronparken i Brønderslev var en dejlig oplevelse. Vi kørte fra Hadsund mandag den 27. maj kl. 11.00 med udsigt til regn. Første stop var Tylstrup Kro, hvor vi fik forloren hare ledsaget af god sovs og godt med kartofler. Da det var fortæret, kørte vi til Rododendronparken.

Lige da vi skulle ud af bussen, begyndte det at regne ret så vildt. Vi blev derfor enige om at drikke kaffe, som vores chauffør havde lavet, og spise den hjemmebagte kage i bussen 😊.

Og vi var heldige, for da kaffen var drukket og kagen spist skinnede solen, og vi fik en dejlig tur i haven, som stod i fuldt flor med de smukke buske. Hjemturen gik over Egense og langs Kattegat – en meget smuk tur.

Sommerafslutningen på Davinci mandag den 24. juni var som sædvanlig hyggelig med musik af Anton og Line. En dejlig tradition!

Nu har vi så haft en god lang sommer med vejr, der har budt på lidt af hvert. Så nu skal vi i gang igen.

**Mandag den 30. september kl. 14.30** i Frivilligcenter, Kirkegade 4, Hadsund. Her kommer Læge Robert Pind og holder foredrag. Ingen tilmelding nødvendig.

**Mandag den 28. oktober kl. 14.30** håber vi på, at Jan Andersen, formand for udvalget for sundhed og omsorg, kommer og holder foredrag. Det finder også sted i Frivilligcenteret.

**Mandag den 25. november kl. 12.30** skal vi have juleafslutning i Helles Køkkens selskabslokale, Storegade 35, Hadsund. Der serveres sild med karrysalat, fiskefilet med remoulade og grønlangkål med mere.

Maden plus én øl/vand og én snaps pr. mand er gratis, men tag endelig penge med, for vi holder et lille lotteri 😊

Der er tilmelding til Bente på sms 2345 1258 eller bf140647@gmail.com senest søndag den 17. november.

/Bente

# Hjørringklubben - OPRÅB

---

## Info/inspirationsdag 27. juni

Vores sommerfest blev til info-/inspirationsdag. Det betød, at vi mødtes i Hundelevev fælled kl. 15, hvor vi selv skulle have kaffe med og iført tøj, der kunne tåle græs på knæene. Ved kl. 16-tiden ville vi nemlig få besøg af Marianne fra helsehuset (<https://www.helsehusethirtshals.dk/>), som ville piske lidt rundt med os, så vi forhåbentlig var blev lidt sultne, da foreningen bød på grillmad.

MEN, MEN! Vi blev desværre nødt til og aflyse, da der ikke var tilnærmelsesvis deltagere nok.

Vi vil derfor gerne høre jeres mening om, hvad vi kan gøre bedre, herunder også gerne idéer til kommende arrangementer.

(Sen)sommer hilsner  
Hans, Martin, Heidi, Fie, Anni og Per

---



# Nyt fra Klub Frederikshavn

---

Til orientering fra sidste generalforsamling i Klub Frederikshavn kan vi fortælle, at vores gamle formand, Poul Andersen, grundet helbreds-mæssige årsager har ønsket at udtræde af bestyrelsen. Ligeledes har Claus Rask ønsket at stoppe.

På generalforsamlingen blev nedenstående valgt og har efterfølgende konstitueret sig:

**Formand:** Janette Ladefoged, Hans Dyres Vej 96, 9300 Sæby,  
Mobil: 2345 7606, Mail: janette.ladefoged@gmail.com

**Næstformand:** Yvonne Nordahn, Hjulmagervej 12, 9300 Sæby,  
Mobil: 2978 4966, Mail: y.nordahn@mail.dk

**Bestyrelsesmdl.:** Mogens Nielsen, Gærdevej 3, 9970 Strandby,  
Mobil: 2033 6937, Mail: mogant10@gmail.com

Jette Axelsen, Kuktvedvej 41, 9900 Frederikshavn,  
Mobil: 2921 1609, Mail: haxelsen@live.dk

Åse Albrechtsen, Hødersvej 37, 9900 Frederikshavn,  
Mobil: 4085 3464, Mail: Aaseal39@gmail.com

**Suppleant:** Karen Thoft, Kvissel, Mobil: 4074 7159,  
Mail: Buus-thoft@nordfiber.dk

/Jeanette Ladefoged, formand

---



# Cafémøder Aalborgklubben, Parkinsonforeningen

---

**- nye indtryk og indsigter - ny gnist til hverdagen...**

## **Vi er alle hverdageksperter i at leve med Parkinson**

Vi ved, hvad det faktisk vil sige at klare sig gennem dagligdagen. Hvad udfordringerne er, små som store? Og hvordan vi hver især tackler tingene? Det er vidt forskelligt, hvordan vi hver især bedst klarer os. Har du mon et par gode tips til os andre?

## **Lad os dele ud af vores erfaringer!**

Hvornår har du tid til at drikke en kop kaffe med os? Du kommer helt sikkert forfrisket hjem igen efter at have været i selskab med os andre, der alle har noget på hjerte. De virkelige eksperter er jo – os selv!

Efter kaffen er der mulighed for, at de pårørende går i et lokale for sig – eller vi forbliver samlet, alt efter emnerne.

## **Vil du dele dine erfaringer / indsigter / synspunkter / gode råd med os andre?**

Vi har mulighed for at sætte spotlys på præcis de emner, vi synes. På vores »almindelige caféer« er ordet frit. Måske har du idéer til / ønsker om emner, der kunne komme med på interesselisten? Så send os gerne en mail på [aalborgklubben@gmail.com](mailto:aalborgklubben@gmail.com)

- Hvad er § 56, og hvordan søger man det?
- Hvad skal man overveje, hvis man søger nedsat tid på arbejdet?
- Hvad findes der af hjælp, hvis man har tale- og synkebesvær?
- Hvad er de gode, specifikke råd angående tandhygiejne?
- Hvad kan man stille op over for problemer med kramper?
- Hvilke hjælpemidler findes, som gør dagligdagen nemmere?

## **Caféer med oplæg udefra**

Med mellemrum har vi besøg af diverse faglige eksperter; ergoterapeuter (hjælpemidler), fysioterapeuter (træningsøvelser), psykologer (mentalt velvære), kommunale rådgivere med fokus på for eksempel sagsvurdering, eller andre relevante oplægsholdere. Også her er der plads til dine input.

Fællesskab med mening gør godt. Det kan mærkes helt ind i knoglerne, når du har været sammen med ligesindede og kommer hjem fyldt op med relevant inspiration til dit liv.

Vi mødes i skønne lokaler i De Frivilliges Hus i Vejgaard (elevator) den første onsdag i måneden kl. 16-18.

**Tilmelding og mere info på <https://cafe.nemtilmeld.dk/>**

**Kigger du forbi?  
Vi vil meget gerne møde flere af Parkinsonforeningens  
medlemmer på vores cafeer!**

## **Aalborgklubbens Program frem til december 2024**

### **Onsdag den 4. september**

Café - Info, opstart m.m. Der vil også blive tid til at tale sammen.

### **Mandag den 16. september**

Pårørendeaften

### **Onsdag den 2. oktober**

Café - Foredrag med læge Robert Pind

### **Onsdag den 6. november**

Café - Der køres selv, i det omfang det er muligt arrangeres der samkørsel.

### **Lørdag den 16. november**

Temadag med psykolog Lisbeth Hede Jørgensen - Indhold for dagen se [www.aalborgklubben.dk](http://www.aalborgklubben.dk)

### **Onsdag den 4. december**

Café - Som noget nyt og fordi der er jubilæums år (10 år), er der i år jule-café i december.

**For yderligere oplysninger om tidspunkt med mere se  
[www.aalborgklubben.dk](http://www.aalborgklubben.dk)**

---

# Motionstilbud i Aalborg kommune

---

**v./ forstander Lone Svendsen,  
Forebyggelses- og Rehabiliteringscenter Ulsted**

Vi ved i Aalborg kommunes rehabiliteringsafdeling, at fysisk aktivitet er afgørende for at kunne bevare evnen til at kunne det, man gerne vil, så længe det er muligt.

Vi har derfor en række motions- og træningstilbud. Nogle af dem er rettet særligt til borgere ramt af Parkinson.

## **Motionstilbud i aktivitetsregi:**

**Målgruppe:** Borgere, der har Parkinson, og som er gående indendørs uden ganghjælpemiddel. (Det er ok, at man har behov for rollator ol. til længere gåture udendørs) Fokus er på balancetræning, kondition- og styrketræning. Vi træner ude eller i vores motionslokale. Cirka en gang om måneden er der fokus på stemme/lunge udfordringer. Vi slutter med en kop kaffe (10 kr.).

**Tidspunkt:** fredag fra 10-11.30

**Sted:** Forebyggelses- og Rehabiliteringscenter, Ulstedsparken 13, Ulsted  
Er du interesseret så ring til forstander Lone Svendsen, 2520 5427

**Målgruppe:** Borgere, der har Parkinson og som har minimal gangfunktion.

Fokus er at kunne vedligeholde at kunne flytte sig fra f.eks. kørestol til en anden stol. Styrke og bevægelighed, så man kan beholde en aktiv siddestilling og forblive i stand til at klare af og påklædning ol. Vi slutter med en kop kaffe.

**Tidspunkt:** torsdag fra 11-12.30

**Sted:** Fynsgade Centret, Fynsgade 25, 9000 Aalborg

**Er du interesseret så ring til forstander Lone Svendsen, 2520 5427**

Gældende for begge tilbud er, at man selv skal kunne komme frem til træningsstedet. Til tilbuddet på Fynsgade Centret kan der søges kørsel ved at ringe til Aalborg kommunes kontaktcenter. Der vil være en egenbetaling til kørslen.



Er man i stand til at motionere på egen hånd, kan man, hvis man er pensionist, benytte Aalborg kommunes aktivitetscentre. På Aalborg kommunes hjemmesiden kan man finde det center, som er nærmest en.

### **Træningstilbud der skal bevilliges (serviceloves §83a)**

**Målgruppe:** Borgere med Parkinson (der er også borgere med andre diagnoser), der oplever, at det går dårligere med det, man kan klare i løbet af dagen. Man er begyndt at bede om hjælp til at udføre opgaver, som man før kunne udføre selv, og man har søgt om eller overvejet at søge om hjælp hos kommunen. Man oplever at ens gang er blevet mere usikker, og man har været faldet og/eller er bange for, at det sker.

Der er tale om en helhedsorienteret indsats ved fysioterapeut, ergoterapeut og social- og sundhedsassistent.

**Tidspunkt:** mandag og onsdag fra 9.30-14 i en afgrænset periode.

**Sted:** Forebyggelses- og Rehabiliteringscenter Ulsted.

Man kan få transport til stedet, hvis man ikke kan køre selv, og der er frokost inkluderet.

### **For bevilling af forløb ring til forstander Lone Svendsen 2520 5427**

Udover ovenstående er der mulighed for at søge om bevilling af vedligeholdende træning efter servicelovens §86 samt bevilling af døgnophold på Forebyggelses- og Rehabiliteringscenter Ulsted efter servicelovens §83a. Her er der tale om tilbud, som alle borgere kan søge og ikke med specifikt fokus på borgere med Parkinson.

### **For bevilling ring til Aalborg kommunes kontaktcenter: 9982 5000**

---

# Hvordan kommer jeg i kontakt med Aalborg Kommune

---

## – og hvor blev Parkinsonteamet af?

Mødet med daværende rådmand Kristoffer Storm den 7. februar, arrangeret af Aalborgklubben, men for alle i Aalborg Kommune, mandede bl.a. ud i, at vi 2 til 3 gange om året skal mødes med Lone Svendsen, leder af Forebyggelse-og Rehabiliteringscenter Ulsted.

Vi skal bl.a. mødes for at holde hinanden orienteret om, hvad der sker henholdsvis i Aalborg Kommune og i klubberne i Aalborg Kommune. Det gør vi for, at vi ikke igen skal opleve, at der er tilbud, vi ikke kender, og ved et tilfælde får kendskab til. Lone Svendsen er med i mange arbejdsgrupper både lokalt i Aalborg Kommune og på landsplan, hvorfor det er Lone Svendsen, der er blevet vores »talerør« til og fra Aalborg Kommune. Bl.a. sidder hun i en arbejdsgruppe, sammen med Astrid Blom (direktør Parkinsonforeningen), der er ved at udarbejde en såkaldt »forløbsbeskrivelse«. En forløbsbeskrivelse er meget forenklet sagt, en køreplan for hvem du skal henvises til, og hvem du kan henvende dig til i kommunen for at få hjælp til den nye situation, du står i efter at have fået diagnosen Parkinson.

Som repræsentanter for klubberne i Aalborg Kommune, er det Erwin Kristoffersen og Morten Kristensen, der sidder med »ved bordet«.

Vi kan allerede nu fortælle, at der vil blive et træningstilbud mere, end det der er på centeret i Ulsted. Tilbuddet vil blive udbudt i Aalborg hurtigst muligt umiddelbart efter sommerferien. Træningen er et ekstra tilbud ud over den vederlagsfrie træning, mange får nu, og er også gratis.

Er du interesseret i at deltage, kan du allerede nu kontakte Forebyggelse-og Rehabiliteringscenter Ulsted og høre om tilbuddet.

Parkinsonteamet, som har kørt som et projekt, er indtil videre lukket ned. Der kom ikke nok henvendelse, hvilket i stor udstrækning efter vores mening skyldes, at der ikke blev gjort opmærksom på, at der var et Parkinsonteam før langt inde i perioden. Derfor er det vigtigt, at vi vedligeholder de gode kontakter, vi har i Aalborg kommune. Vores samarbejde med Lone Svendsen skulle gerne gøre, at vi får oplysningerne ud til alle relevante. Vi har også opbygget et godt samarbejde med den tidligere rådmand Christoffer Storm, som er blevet valgt til EU-parlamentet,

men har lovet at videregive alle oplysninger til den nye rådmand. Så vi forventer et møde med den nye rådmand først i efteråret. Den nye rådmand for vores område er Vibeke Merete Gamst.

Men hvad så nu, hvor der ikke længere er et Parkinsonteam, hvem skal jeg så kontakte. Fremover skal du ringe på nedenstående nummer, hvis du skal have hjælp fra Aalborg Kommune.

**Telefon: 9982 5000**

Det er nummeret til kontaktcentret. I kontaktcenteret er de klædt på til at hjælpe dig med at komme det rigtige sted hen. Du eller din pårørende fortæller blot, hvad henvendelsen går ud på, og så finder kontaktcenteret ud af, hvem den/de relevante er, der skal kontaktes. Nogle gange ved de det med det samme, andre gange går der op til et par dage. I de tilfælde, hvor der skal ventes, bliver du/I ringet op – medmindre der laves en anden aftale.

Så er du interesseret i at deltage på træningshold i henholdsvis Ulsted eller Aalborg ringer du til 9982 5000 og spørger efter Forebyggelses- og Rehabiliteringscenter Ulsted.

Vi vil meget gerne have at vide, hvis I oplever at blive afvist eller andre uhensigtsmæssigheder i forhold til kontaktcenteret. Vi kan ikke gå ind i de enkelte sager, men vi kan bringe »sagen« med til næste møde. Kontakt Erwin og Morten på [aalborgklubben@gmail.com](mailto:aalborgklubben@gmail.com).

---



## Kredsbestyrelsesmedlemmer

### Formand:

Pia Fog	Lindholmsvej 23 9400 Nørresundby	Tlf. 2371 1805 piafog60@gmail.com
---------	-------------------------------------	--------------------------------------

### Næstformand & redaktør af Parkiposten:

Poul Israelsen	Mellem Broerne 15, 1.th 9400 Nørresundby	Tlf. 6091 7129 pi@business.aau.dk
----------------	---	--------------------------------------

### Kasserer:

Erwin Kristoffersen	Møllehusvej 10 9380 Vestbjerg	Tlf. 2368 9339 etk@mail.dk
---------------------	----------------------------------	-------------------------------

### Best. medlem:

Niels Christian Mortensen	Irisvej 9 9870 Sindal	Tlf. 2615 2458 mortensennc@gmail.com
---------------------------	--------------------------	---

### Best. medlem:

Anna Lise Bonde	Porthusgade 1, 4. sal, lejlighed 24 9000 Aalborg	Tlf. 2283 4628 bondezita@yahoo.dk
-----------------	---	--------------------------------------

### Best. medlem:

Jeppe Avlund Hansen	Porshedevej 14 9240 Nibe	Tlf. 2273 9949 avlundovergaard@gmail.com
---------------------	-----------------------------	---

### Best. medlem & IT-ansvarlig:

Kurt Skjødt Pedersen	Studievej 4 9400 Nørresundby	Tlf. 4292 6807 skjoedt@hotmail.com
----------------------	---------------------------------	---------------------------------------

### Best. medlem (1. suppleant)

Mona Martens	Sorthøj 105 9000 Aalborg	Tlf. 2074 2013 mona.martens@gmail.com
--------------	-----------------------------	--

### Best. medlem (2. suppleant)

Per Thimm Krogsgaard	Lannerparken 63 9200 Aalborg SV	Tlf. 6175 6694 per@lillebeltoft.dk
----------------------	------------------------------------	---------------------------------------

### Pårørendekontakt:

Gitte Blanck Kristensen	Rosenskrænten 15B 9310 Vodskov	Tlf. 6017 0220 gitte@blanck.dk
-------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

## Klubformænd

### Klub Himmerland:

Kurt Alling Nielsen      Højvang 28, Øster Hornum      Tlf. 2042 3355  
9530 Støvring      kurtallingnielsen@gmail.com

### Netværk Vesthimmerland: UNDER OPBYGNING

### Netværk Øst:

Inge Marie Pedersen      Idrætsallé 61B      Tlf. 2181 0141  
9370 Hals      raabhui@mail.dk

### Aalborgklubben:

Morten Kristensen      Rosenskrænten 15B      Tlf. 5237 9897  
9310 Vodskov      morten@blanck.dk

### Hjørringklubben:

Per Mølgaard      Sdr. Bindslevvej 22      Tlf. 2221 7373  
9891 Bindslev      sorteper69@hotmail.com

### Klub Frederikshavn:

Janette Ladefoged      Hans Dyres Vej 96      Tlf. 2345 7606  
9300 Sæby      janette.ladefoged@gmail.com

### Klub Mariagerfjord:

Bente Frandsen      Vindingsvej 2, Visborg      Tlf. 2345 1258  
9560 Hadsund      bf140647@gmail.com

### Koordinatorer for pårørende grupper:

Gitte Kristensen      Tlf. 6017 0220  
gitte@blanck.dk  
Gitte Næsborg      gitten29@gmail.com