

Rundbrief 44 September 2017

Parkinson Selbsthilfe OÖ



4204 Reichenau
Hausberg 11
Tel.: 0680 1279891
ooe@parkinson-oesterreich.at

Österr. Post AG Info.Mail Entgelt bezahlt
Abs: Parkinson SH OÖ, Hausberg 11, 4204 Reichenau

Wir freuen uns, dass wir Sie nach der Sommerpause gleich zu zwei großen Veranstaltungen einladen dürfen. In den Beilagen finden Sie genauere Infos.

30 jähriges Jubiläum

Zu diesem Fest, am **29. September**, mit anschließendem Buffet wurden wir von unserem Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer ins Landhaus eingeladen. Es wird eine Feier für uns als Verein und alle Mitglieder, deshalb werden wir die Veranstaltung nicht öffentlich ankündigen. Natürlich können Sie aber Freunde, Angehörige und Interessierte dazu einladen.

Exkursion Gmundnerberg

Am **14. Oktober** wurden wir als Parkinson Selbsthilfe zu einer Informationsveranstaltung mit dem Titel „Aktiv bleiben mit Morbus Parkinson“ am Neurologischen Therapiezentrum Gmundnerberg eingeladen. Dank der Unterstützung von AbbVie ist die Teilnahme kostenlos. Für die Organisation der Busfahrt bitten wir Sie, sich möglichst rasch anzumelden.

Vor der Sommerpause hatten wir auch eine Veranstaltung, wo wir sehr aktiv waren:

Parkinson Aktivtage

Es trafen sich auch heuer wieder in Leonfelden zum achten Mal schon gut zwei Dutzend Vereinsmitglieder der Selbsthilfegruppe Parkinson.

Ob alt bekannt oder neu gekommen, es machte keinen Unterschied, man hat die Neuen angenommen, von Anfang an war's integriert.

Zu Mittag war's noch nass vom Regen, auf ging's mit Nordic-Stöcken auf den Wegen zum Waldlehrpfad – es kam hervor die Sonne, alles war nun eitel Wonne.



Am nächsten Tag stand auf dem Plan eine Wanderung zur Schwedenschanze im Privat-Auto gemeinsam fuhr man bei Sonnenschein zur tschechisch' Grenze.

Hannes hat sich geplagt und uns so manches beigebracht, wie LSVD wird angewandt, zu Hause man die Übung macht.

Gabi hat mit uns trainiert die verkomm'nen grauen Zellen, damit im Alter funktioniert – das Gedächtnis in allen Fällen.

Geduldig und kreativ mit Ketten und Perlen, am Keyboard aktiv, Elfriede ist beliebt bei allen.

Sie ist nicht auf den Mund gefallen, und kann im Takt die Dinge schwingen, geschätzt ist sie bestimmt von allen, die Dame mit den Smovey-Ringen.

Nach Einnahme des Abendmahls man traf sich dann im großen Saal wo man singt, tanzt und lacht, Theater spielt und Witze macht.

Fred und Inge haben imposant einen Sketch toll inszeniert. Das Apothekerspiel war amüsant von Hubert und Brigitte zitiert.

Christl versorgte uns mit Witzen entliehen aus dem Kirchenblatt, Otto brachte uns ins Schwitzen - mit Gewürztem er's voll d'rauf hat.

Bei Schauspiel und Poesie ist ganz in seinem Element unser Gemüseschnitzer Gue, der alle Tricks beim Kochen kennt

Die Musik ist nicht zu kurz gekommen, die aus alt bekannten Liedern war, die Begleitung in die Hand genommen hat Hannes mit der rhythmischen Gitarre'.

Hannes und Gabi für die Organisation ein besonderes Dankeschön von der Selbsthilfegruppe Parkinson. Wir freu'n uns auf ein Wiedersehen.

Josef Hennebichler





Weitere Eindrücke von den Aktivtagen:

Wie schnell doch ein Jahr vergeht.

Das O.Ö. SH – Grüppchen reist schon wieder zu den Aktiv-Tagen nach Leonfelden.

Es ist wie ein Familientreffen. Im Hotel Brunwald werden liebgewonnene Gepflogenheiten beibehalten. Man speist wie immer an den gleichen Tischen, schläft im selben Zimmer und vieles mehr.

Unsere Gabi ist der perfekte "Organisator", Hannes der "Profi-Gesundheits-Trainer".

Abend und Relax Programm machen wir uns selber. Nach Lust und Laune wird "gefädelt"-Ketten, "gesportelt" mit Smoveys, lustige Spiele ausgedacht, ein "Apotheken-Sketch" sorgt auch für Heiterkeit. Rundumadum ein Wohlgefühl.

Wiederholung erwünscht.

Liebe Grüße Brigitte P.

Übrigens, wenn alles so läuft wie geplant, werden wir nächstes Jahr vom 16. – 19. Mai, die Aktivtage wieder in Bad Leonfelden haben.

Höhepunkte waren das Mittagessen (g'schmackiger Schweinebraten mit Knödel und Kraut od. Gemüseleibchen) und die Kaffeejause mit wunderbarem Marillenkuchen.

Erst nach dem Mittagessen glitten wir 2 Std. lang ganz ruhig über die grüne Wasser-oberfläche dahin, konnten Vogelgezwitscher lauschen und die romantische Flusslandschaft, wo auch noch der Biber zu Hause ist, betrachten. Es kam aber auch die gesellige Unterhaltung nicht zu kurz. Zilli Hofer erfreute uns mit einem Gedicht der ganz besonderen Art, bei dem es zum Abschluss für eine zufällig ausgewählte Teilnehmerin ein kleines Geschenk gab. Als besonderen Abschluss erzählte uns die Kellnerin ihre besten Witze und beanspruchte dabei unsere Lachmuskeln ganz gehörig.

Danke an Rudi und Zilli Hofer für die Organisation dieses Ausfluges, der uns allen noch lange in Erinnerung bleiben wird!

Sylvia Doringner

Ausflug Steyr am 19. Juni



Unser letztes Gruppentreffen vor der Sommerpause fiel buchstäblich ins Wasser. Wir unternahmen nämlich eine Floßfahrt mit der „Schwimmenden Almhütte“ ab Großraming auf der Enns. 30 Personen genossen den Ausflug, 24 Gruppenmitglieder und 6 Freunde.

Es war ein heißer Sommertag, doch so nahe am Wasser spürten wir die Hitze nicht. Fast alle Teilnehmer saßen im Freien. Wir waren durch ein schattenspendendes Dach geschützt.

Neue Gruppenleiterin in Steyr Sylvia Doringner

Mein Mann, **Franz Doringner**, leitete die SHG seit Ende 2003. Ab meiner Pensionierung im Herbst 2011 beteiligte ich mich auch. Wir besuchten gemeinsam viele Vorträge im eigenen Interesse, aber auch, um in der Gruppe die Erfahrungen weitergeben zu können.

In den letzten Jahren veranstalteten wir 2 Arztvorträge. Ein Physiotherapeut, eine allgemeine Therapeutin und die Leiterin des Gesundheits- und Sozialservice der Stadt Steyr waren bei uns zu Gast. Einen Vortrag über Zellulärmedizin hörten wir außerdem.

In den Sommermonaten 2013 unternahmen wir unter meiner Führung fast wöchentlich sehr schöne Walkingrunden in und rund um Steyr. Wegen abnehmender Gesundheit der Teilnehmer konnten diese Runden leider im nächsten Jahr nicht mehr fortgesetzt werden.

Fallweise führten wir Smovey-Übungen bei den Gruppentreffen aus, zumal doch der Erfinder zu unserer SHG gehört.

Öffentlichkeitsarbeit

Wir wollen Parkinson – PatientInnen, deren Angehörige, aber auch die Öffentlichkeit motivieren, sich mit dieser Krankheit auseinanderzusetzen und sich darüber zu informieren. Eine Möglichkeit ist, lokale Medien dafür zu nutzen. Das Rieder Schärldinger „Unser Magazin“ erreicht 60.666 Haushalte im Inn- und Hausruckviertel. Die **Rieder Gruppe** bekam am 19.09.2017 die Gelegenheit für einen längeren Artikel unter dem Titel „**Niemals aufgeben**“.

Auf Wunsch können wir Ihnen diesen gerne senden.



Termin Ried im Innkreis:

Am 11. Oktober veranstaltet die Gruppe einen Ausflug auf die Luisenhöhe in Haag.

Vor dem Lehar kino schenken die SPÖ-Frauen aus **Bad Ischl** rote Bowle für die Parkinson Selbsthilfe aus. Auch Bürgermeister Hannes Heide und das SP-Team unterstützten den sozialen Zweck.

Freistadt:

Am 30. August hatten wir die Möglichkeit, eine Stunde im Radio Freistadt zu gestalten. Unsere Vizepräsidentin Neurologin Dr. Michaela Steffelbauer, und die Vorstandsmitglieder und Betroffenen Hedda Kainz und Oskar Kralik berichteten über die Krankheit und über ihren Umgang damit. Unter folgendem Link können Sie die Sendung anhören: <https://cba.fro.at/347944>

Wels

Die Messe Life in Wels - die Messe für mich! - ist die Messe für Gesundheit, Ernährung, Bewegung & Bewusstsein. Mitglieder der Gruppe Wels, werden gemeinsam mit dem Dachverband OÖ, zwischen 6. und 8.10. mit einem Infostand vertreten sein.

Im Laufe des Jahres 2015 hatte Franz einen Schub in der Erkrankung zu verzeichnen. Wir waren daher sehr froh, dass sich **Heinz Luckeneder und seine Gattin Rosemarie** bereit erklärten, die Gruppe ab Herbst 2015 zu führen. Gleichzeitig wurde **Rudi Hofer** zu unserem Vorturner. Körperliche Ertüchtigung stand ab jetzt bei jedem Treffen auf dem Programm.

Ab Herbst 2015 bis Juni 2017 machten wir 3 schöne Ausflüge. Diese wurden von **Rudi Hofer und seiner Gattin Zilli** bestens organisiert und sie fanden bei unseren Mitgliedern großen Anklang.

Natürlich gab es in allen Jahren eine sehr gemütliche Weihnachtsfeier im GH „Zur Linde“ mit zum Teil über 30 Teilnehmern.

Heinz und Rosemarie Luckeneder beenden ihre Leitung der Gruppe aus Gesundheitsgründen. Franz geht es wieder besser. Daher habe ich mich bereit erklärt ab September 2017 die Führung zu übernehmen. Rudi und Zilli Hofer haben mir ihre Unterstützung schon zugesichert.

Eure Sylvia Doringner



Beim Gruppentreffen am 18. September kamen 27 Personen, um beim Gruppenleiterwechsel dabei zu sein. Nach Kaffee und Kuchen motivierte Hofer Rudi die Anwesenden zu Gymnastik.

Lieber Heinz, liebe Rosemarie, vielen Dank für euren Einsatz, für die Steyrer Gruppe in den letzten Jahren. Wir wünschen euch weiterhin alles Gute.

Sylvia, danke, dass du dich bereit erklärt hast, die Gruppenleitung zu übernehmen.

Telefonnummer Sylvia: 0664 13 66 240

Hannes und Gabi

Termine in Steyr:

Am **20. November** spricht Neurologin Dr. Pischinger über Therapieoptionen bei fortgeschrittenem Morbus Parkinson.

Weihnachtsfeier am Montag, dem **4. Dezember** um 11.00 Uhr im GH Panholzer „Zur Linde“ in Kleinraming. Der Termin am 18.12. entfällt.

Herzliche Grüße
Gabi und Johannes Bauer



Einladung 30 Jahre Parkinson Selbsthilfe OÖ

Auf Einladung von Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer
Linzer Landhaus Steinerne Saal
Theatergasse 1, 4020 Linz

29. September 2017
14:00 - 17:00 Uhr

Ansprachen der Ehrengäste
Vortrag Neurologin Dr. Steffelbauer
Beiträge von Betroffenen
Ehrungen
Buffet

Gabi Bauer 0680 1279891 ooe@parkinson-oesterreich.at

