

Rundbrief 50 Dezember 2018

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

Sehr geehrtes Mitglied!

Am 26. Oktober 2009 bekamen Sie den ersten Rundbrief von uns. Wir freuen uns, Ihnen heute den 50. schicken dürfen.

Ohne Ihre Unterstützung in den letzten 9 Jahren wäre das sicher nicht möglich gewesen. Herzlichen Dank an alle, die durch ihre Ideen, Zeit, Geld und persönlichen Einsatz die Parkinson Selbsthilfe OÖ unterstützten und dazu beigetragen haben, viele Betroffene und Angehörige zu ermutigen.

Besonderer Dank gilt auch denen, die sich ehrenamtlich bereit erklärt haben, die Verantwortung für die Leitung einer Gruppe zu übernehmen. Mit Ihnen treffen wir uns als Vorstand einmal pro Jahr, besprechen was wir erreichen wollen und planen das kommende Jahr. Am 30. 11. trafen wir uns zur

Vorstandsitzung mit GruppenleiterInnen



Es kamen: Gruppenleiter Gottfried Stelzhammer aus Ried im Innkreis, Dr. Michaela Steffelbauer (Vizepräs.), Johanna Greinöcker (Grieskirchen), Gue Wagenthaler (Bad Ischl und JUPPS), Martha Laimer (Bad Ischl), Christine Matschi (Rohrbach), Sylvia und Franz Doringer (Steyr) und unser Kassier Leopold Mühlechner und Traude. Elfi Ederer aus Vöcklabruck und Siegfried Stummer aus Wels, so wie die Vorstandsmitglieder Oskar Kralik und Hedda Kainz, Herta Vollath und Rudi Prinz konnten leider nicht dabei sein.

Vielen Dank für die tolle Unterstützung.

Wichtige Termine Landesverband OÖ

- 07. März um 14 Uhr im Volksheim Linz Dornach: Treffen mit Rückblick auf 2018 und Vorschau 2019
- 08. April Welt – Parkinson – Tag im N.Rathaus Linz
- 16. Mai Ausflug
- 05. – 08. Juni Parkinson – Aktivtage in Leonfelden

Begleitet durch die Erkrankung

war der Titel der Informationsveranstaltung, am 7.11., zu der die Parkinson Selbsthilfe OÖ und das Klinikum Wels – Grieskirchen einluden.



Zur Freude der Organisatoren kamen 120 Interessierte. Aus den Gruppen Ried im Innkreis, Steyr und Linz wurde sogar die Anreise mit Bussen organisiert.

Neben Vorträgen über das Krankheitsbild sowie vieler-sprechende innovative Therapieoptionen erzählten Betroffene aus ihrem Alltag.

Zum Thema „Aktiv bleiben mit Morbus Parkinson“ diskutierten Experten und Patienten am Podium.



Gruppentreffen mit Tanzpädagogin



Bei unserem letzten Treffen am 19.11.2018 in Steyr besuchte uns Frau Lucie Bayer, ausgebildete Tanzpädagogin. Zuvor hatte mein Mann Franz bei ihr einen Kurs besucht mit dem Titel:

„Die Motorik in Schwung bringen mit Musik.“

Und das gelang ihr auch bei uns in der Gruppe. Sie trainierte 40 Minuten mit uns im Sitzen, Stehen und Gehen. Dabei nahm sie Rücksicht auf die Bedürfnisse eines jeden Einzelnen. Der Kreislauf stieg, die Wangen röteten sich, die Gliedmaßen wurden gelockert und der Körper wurde geschmeidiger. Ein wohliges Gefühl machte sich bei den 17 Teilnehmern breit und das am 1. Tag mit Schneefall!

Sylvia Doringe

Linz



Weihnachtsfeier im Volkshaus Dornach am 06. 12.

Schön geschmückt sind alle Tische und es sieht so festlich aus. Beim Betreten des Raumes kam gleich so ein wenig Weihnachtstimmung auf. Die Teller auf dem Tisch füllten sich nach und nach mit kleinen süßen Köstlichkeiten und als wir alle unsere Getränke hatten begann unsere Feier, mit der Begrüßung durch Hannes, der uns auch Grüße von Gabi überbrachte, die zur Zeit in Bosnien war und die Aktion Weihnachten in der Schuhschachtel tatkräftig unterstützte. Er stellte uns Monika vor eine Freundin von Gabi und Hannes welche ihm half uns einen unterhaltsamen Nachmittag zu bescheren. Es wurde viel gesungen und gelacht, Gedichte und Geschichten vorgelesen.

Danke Hannes und Gabi, besonderen Dank aber an Monika, die mit Ihrer schönen Stimme uns alle zum Mitsingen motiviert hat.

Einige von uns wünschen sich, es wäre möglich, dass Monika ab und zu, zu uns nach Dornach zum Singen kommen würde.

Es war eine schöne gelungene Weihnachtsfeier. Euch allen eine besinnliche Zeit und einen guten Start ins Jahr 2019

Andrea Hackl

Wichtige Termine in Linz

- Das erste Gruppentreffen 2019 findet am Do. 17. Jänner im Volkshaus Linz Dornach statt.
- Am Mittwoch, dem 23. Jänner um 15:00 Uhr findet das 1. Angehörigentreffen, mit Dr. Michaela Steffelbauer und Gabi Bauer statt.
Ort: Räumlichkeiten der Selbsthilfe ÖÖ Garnisonstraße , 2. OG

Steyr

Weihnachtsfeier am 10. Dezember



Die schön geschmückte Gaststube war mit 33 Teilnehmern voll besetzt. Wir trafen uns um 11.00 Uhr. Nach der Essensbestellung verkündete ich Organisatorisches, dann war Zeit sich auszutauschen und das gute Essen zu genießen. Ich brachte selbstgemachte Kekse mit und auch eine andere Angehörige, Nuss- und Mohnstrudel gab es auch. Ich wurde mit einem Blumenstock beschenkt und die Teilnehmer versicherten mir, dass sie sich in der SHG sehr wohl fühlen, was mich natürlich sehr erfreute. 1 neuer Betroffener war auch zum 1. Mal dabei. Ich las eine Adventgeschichte vor. Danach schrieben die Teilnehmer so viele Begriffe wie möglich auf vorher ausgeteilte Zettel. Hannelore hat 3 Preise gespendet und die gingen an die Personen mit 22, 17 und 16 richtigen Antworten. Also hatten wir spielerisch unser Gehirn gefordert.

Zu Beginn ließ ich 3 Weihnachtsbillets unterschreiben. Nachdem wir mit „dem harten Kern“ erst um 16.30 Uhr das Lokal verließen, fuhren Franz und ich noch ins LKH Steyr, um dort Krankenbesuche zu machen und die Billets zu überbringen. Wir freuen uns schon wieder auf das 1. Treffen am 21.01.2019.

Sylvia Doringe

Vöcklabruck

Jahresrückblick



Das schwierigste an Parkinson ist die Unberechenbarkeit! Der Welt-Parkinson-Tag, der Ausflug in die Wachau sowie die Aktivtage sind deshalb ausgefallen. Nur Christl und Christine schafften es in Bad Leonfelden dabei zu sein, und berichteten von der gelungenen Veranstaltung.

Herr Moser opferte uns Zeit und informierte beim Gruppentreffen im April über die APO Pumpe.

Was tun, wenn die Krankheit fortschreitet, erfuhren wir bei Vorträgen in Ried und in Wels.

Unsere Gruppe übt eifrig mit den Smovey Ringen unter Anleitung einer Trainerin.

Manchmal verbringen wir auch etwas Zeit bei Kaffee und Kuchen in der Cafeteria St. Klara.

Immer wieder melden sich Parkinson Patienten auch aus dem Bezirk Gmunden, und interessieren sich für die Selbsthilfegruppe. Oft scheitert das Teilnehmen an der fehlenden Mobilität.

Elfi Ederer

Weihnachtsmarkt Bad Ischl



Zum 2. Mal wurden wir die Selbsthilfegruppe Salzkammergut, vom LKH Bad Ischl eingeladen am Weihnachtsmarkt im Foyer des Krankenhauses teilzunehmen. Trotz der

eher späten Benachrichtigung haben wir auch heuer wieder ca. 12 kg Kekse, Stollen und Apfelbrot verkauft. Fleißige Frauen haben uns auch noch Nähmaschinen und Häkelarbeiten zur Verfügung gestellt. Allen sei auf diesen Weg recht herzlich gedankt. Auch ohne den Helfern am Weihnachtsmarkt wäre es nicht möglich gewesen an dieser Aktion teil zu nehmen. Es ist schon toll wenn man sich nicht alleine weiß und sich auf die Zusagen der einzelnen Mitglieder verlassen kann. Danke nochmals für eure Unterstützung. Ich persönlich sehe es ja mehr als Öffentlichkeitsarbeit, mit dem Nebeneffekt, dass auch noch etwas Geld in die Kasse kommt.

In diesem Sinn wünsche ich im Namen der Selbsthilfegruppe Salzkammergut allen eine besinnliche aber vor allem ein zufriedene Weihnachtszeit.

Martha Laimer

JUPPS Treffen in Wels

Am 15.09. war unser vierteljährliches Treffen von Jupps, die zwar schon etwas in die Jahre gekommen sind, aber im Herzen und im Denken in jeden Fall noch als junge ParkisonerInnen durchgehen. Dieses Mal waren wir eine sehr große Gruppe, bestehend aus jenen, die immer kommen, die sporadisch teilnehmen und gleich drei neue Gesichter, 38 – 40 und 72 Jahre. Bei Letzteren hatte man das Gefühl, er ist aus seiner pubertären Phase noch nicht raus gekommen und passte somit perfekt zu uns.

Alle Drei waren sehr offen, kommunikativ und natürlich wissbegierig. Saugten jede Information auf wie ein Wetex –Tuch! Die Stimmung war sehr gut und wir „Alten“ versuchten in disziplinierter Reihenfolge den eigenen Wissensstand weiter zu geben.

Der Dialog war dieses Mal mehr als miteinander reden. Er drückte sich in Wertschätzung, Anerkennung, Respekt, Verständnis und verstehen wollen aus.

Ich war erstaunt, mit welchen Lebenserfahrungen aufgewartet wurden, mit welchen fundierten Ratschlägen man die Empfehlungen untermalte und welches geballte Wissen in der Luft lag.

Es war ein schönes Gefühl, die Drei mit dem Wissen nach Hause gehen zu lassen, dass die Krankheit nicht das Ende der Fahnenstange ist, sondern dass wir 5 bis 15 jährig Diagnostizierten noch viel Freude am Leben haben, weil wir uns gegenseitig stärken und nicht alles als gegeben hin nehmen.

Es ist schön, Selbsthilfe zu leisten. Es ist schön, so gut vernetzt zu sein und dieser zusammen gewürfelten Gruppe anzugehören.

Shirly



Am 14.12.18 waren Andreas und Ilse aus Wien ange-reist, zwei wunderbare Menschen die meinem Ruf gefolgt sind. Ein 65jähriger aus dem Mühlviertel und Regina aus Altmünster waren in unserer Runde noch unbekannt. Es fehlten zwar viele, doch das störte außer mir möglicherweise niemanden.

Es gab bereits vor 14:00 angeregte interessante Gespräche. Ab 14:30 eröffnete in gewohnter Manier „GUE“ die zirkuläre Runde (3 Minuten lang soll, kann und darf jede(r)sagen was ihm unter den Nägeln brennt). So ging es über Agonisten, DBS, die Wiener Kletterstudie und vieles mehr. GUE bedankte sich für die Aktivitäten, den Erfahrungsaustausch und die hilfreichen Informationen im vergangenen Jahr.

Schöne Feiertage und ein gutes neues Jahr bis zum 8. März 2019, wenn es wieder heißt „Die zirkuläre Runde beginnt“.

GUE

Termin in Grieskirchen

Am 10. Jänner kommt Physiotherapeutin Wetzlmaier zum Gruppentreffen in Schlüsselberg, um gemeinsam mit frischem Schwung ins neue Jahr zu starten.

Inge Dorl schrieb uns:

WIR HABEN GRUND ZU GLAUBEN, ZU HOFFEN,
ZU LIEBEN, ZU LEBEN.

DER SOHN GOTTES WURDE MENSCH

*Wir grüßen euch herzlich
und wünschen Alles Gute
Gabi und Johannes Bauer*