

30 ára afmælisár PSÍ

„Í sambúð með Parkinson“



Laugardaginn 2. mars
kl. 11:00-14:00
á Grand Hotel - Gullteigur

EINAR GYLFI JÓNSSON
SÁLFRÆÐINGUR
FLYTUR ERINDI

Einar Gylfi Jónsson hefur starfað sem sálfræðingur frá 1979 m.a. að áfengis meðferð, forvörn og barnavernd. Síðan 2000 hefur hann rekið Líf og sál sálfræðistofu ásamt Þórkötu Aðalsteinsdóttur sálfræðingi.

Þar sinnir hann meðferð, ráðgjöf og fræðslu.

Einar Gylfi hefur haldið fyrirlestra og námskeið víðsvegar um landið um uppeldismál, forvarnir, íþróttasálfræði og samskipti á vinnustöðum. Auk þess hefur hann sótt fjölda námskeiða á sviði sálfræðimeðferðar, áfengis meðferðar, forvarna, ráðgjafar og handleiðslu.

Hann sat í stjórn Parkinsonsamtakanna 2003-2006.

Einar Gylfi er kvæntur Ingibjörgu Pétursdóttur, iðjuþjálfari.

Veitingar:

Súpa, brauð, kaffi og konfekt.

1.200 kr.

Tilkynna ber þátttöku til Hrannar í síma 862 5201

Dagskrá afmælis- ársins:

Laugardagur 2. mars:

Einar Gylfi Jónsson,
sálfræðingur

Laugardagur 9. mars:

AÐALFUNDUR

Laugardagur 5. okt.

Ráðstefna um
Parkinson

Priðjudagur 3. des.

**AFMÆLIS-
EAGNAÐUR**

Jafningja- stuðin- ingurinn

í kaffistofunni
Hátúni 10b

Næstu fundir:

27.02., 13.03., 27.03.,
10.04., 24.04., 08.05.,
og 22.05

Línudansinn

er í Danshöllinni
Drafnarfelli 2, 111 R.
kl. 19:00

Allir velkomnir meðan

húsrúm leyfir.

Skráning hjá Hrönn
í gsm 862 5201.

Vorferðin

laugardag 25. maí

**Pallurinn –
Skjálftinn**

fimmtudaginn 13. júní

Aðalfundur PSÍ

verður haldinn 9. mars kl. 13:00 í Félagsheimili Sjálfbjargar, Hátúni 12
(sama hús og sundlaugin).

Dagskrá fundarins er samkvæmt lögum félagsins. Þar fer fram stjórnarkjör,
og eru þeir sem vilja gefa kost á sér til stjórnarstarfa, beðnir að hafa samband
við Hrönn eða formanninn. - Kaffi verður á fundinum.



Jafningjastuðningsfundur 31. janúar á Selfossi

Þann 31. Janúar var haldinn jafningjafundur á Selfossi. Fundurinn var haldinn hjá Hafsteini og Magneu. Við ókum austur fyrir fjall í yndislegu veðri og mættum í síðdegisboð hjá jafningjum á Selfossi og nærsveitum, alls 20 manns.

Frábær fundur og kynning sem allir tóku þátt í. Þökkum frábærar móttökur og dýrindis veitingar. Nú höfum við náð því markmiði að fara umhverfis landið. Óskum þess að heimsóknir verði okkur öllum til góðs.

Hvað ef það væri til lækning við Alzheimers sjúkdómnum og enginn vissi það?

Eitthvað á þessa leið byrjar frásögn Dr. Mary Newport þar sem hún lýsir því sjúkdóminum

Alzheimer hjá manni sínum Steve sem er 53 ára. Hún er mjög ósátt við hversu hratt sjúkdómseinkennin leggjast á hann og leggst því í mikla rannsóknarvinnu varðandi lyfjagjöf o.fl. á netinu og víðar.

Á netinu uppgötvar hún hvað kókósolía gerir fólki sem m.a. hefur greinst með Alzheimer, Parkinsons, o.fl taugasjúkdóma, sykursýki, hjartasjúkdóma. Þeir sem tekið hafa inn olíuna eru sannfærðir um að þeir hafi fengið einhvern bata. Í kjölfarið kaupir Mary lífrænt ræktaða kókósolíu og gefur Steve tvær matskeiðar að morgni og aðrar tvær að kvöldi.

Áhugasamir geta lesið frásögnina á netinu. Einnig er viðtal við Mary, en jafnframt segir Steve frá því hvaða breytingar hann upplifir.

Slóðin er:
<http://www.coconutketones.com/whatifcure.pdf>
<http://tuckergrail.blogspot.com/2011/04/dr-mary-newport-alzheimers-and-coconut.html>
<http://www.coconutketones.com/>



Heilsugrautur Búst

1/2 avakadó
1 msk. Chia fræ
Bláber - frosin
Agavesýróp (má sleppa)
Rís- eða möndlumjólk
Allt sett í blandarinn

Evrópuverkefnið LiveWell

Nokkur orð um framvindu LiveWell Evrópuverkefnisins: Að efla heilbrigðan lífstíl Parkinson sjúklinga með aðstoð félagsmiðla og þjálfun í upplýsingatækni.

Í samvinnu við Parkinsonsamtökin voru þátttakendur valdir til að taka þátt í þarfagreiningu fyrir fyrirhugaðan gagnvirkan vef. Í janúar 2013 voru tekin viðtöl við sjö heilbrigðisstarfsmenn sem

sinna Parkinson sjúklingum. Rýnihópur var haldinn á laugardegi í Hátúni og þar mættu sjö Parkinson greindir og fimm aðstandendur.

Mjög áhugaverðar umræður fóru fram um fjölbreyttar fræðsluþarfir Parkinson greindra og aðstandendur þeirra.

Á sama tíma fór fram gagnaöflun/þarfagreining í hinum þátttökulöndunum.

Af vettvangi ÖBÍ

Undanfarið ár hef ég verið aðalfulltrúi PSÍ í aðalstjórn Öryrkjabandalagsins. Annars vegar í Laganefnd, til endurskoðunar á lögum ÖBÍ. Hins vegar í svonefndan "bakhóp" vegna endurskoðunar á Almennatryggingalögum.

Í bakhópnum myndaðist afar öflugur og samstílltur kjarni undir forystu lögmanns ÖBÍ. Var unnið mjög skipulega að endurskoðun laganna um almennatryggingar. Vandí okkar reyndist hins vegar sá að ekki reyndist hjá forystu ÖBÍ kraftur til að koma tillögum okkar áfram í nefnd velferðarráðuneytis. Fulltrúar ÖBÍ tóku þá ákvörðun um að stíga til hliðar úr þeirri nefnd og síðan hefur ekkert gerst í þeim málum, hvað varðar öryrkja.

framhaldi af því var ákveðið að á aðalfundi ÖBÍ s. l. haust skildi kosin nefnd til heildar endurskoðunar á ÖBÍ. Seinkun varð á þessu verkefni en nefndin var kosin nú á janúarfundi 2013.

ÖBÍ er stór og viðbragðsseinn risi sem erfið er að hreyfa vegna skorts á skipulagi um hvernig slíkt skuli gert. Er það líklega ástæðan fyrir því að árangur af starfi í þessum hópi varð ekki meiri. EN, kannski þyrftum við bara að bjóða þeim á námskeið í línudönsun til að auka þeim kraft og áráði. Alla vegna erum við með enn eitt línudansnámskeið núna, sem hófst 22. janúar, á sama stað og venjulega, í Danshöllinni Drafnarfelli kl. 19.00. Vonandi mæta þar sem flestir. - **Kveðja, Guðbjörn**

Í laganefnd var unnið afar áhugavert starf við endurskoðun laga ÖBÍ. Í nefndinni var einn lögfræðingur og varð nefndin sammála um að brýna nauðsyn bæri að endurskipuleggja bandalagið allt, lög, starfshætti og ákvarðanatökur. Voru formaður og framkvæmdastjóri ÖBÍ fengnir á fund nefndarinnar og þeim kynnt þessi niðurstæða nefndarinnar. Í



Parkinsonveikin staðfest - hvað svo?

Fimmtudaginn 18. apríl 2013, kl. 13:00 verður fræðsludagur á vegum parkinsonteymis Reykjalandar fyrir fólk sem nýlega hefur greinst með parkinsonveiki og aðstandendur þeirra.

Markmið fræðsludagsins er að upplýsa þátttakendur um sjúkdóminn og meðferðarmöguleika. Áhersla er lögð á virkni einstaklingsins, ábyrgð á eigin heilsu og aðlögun að lífi með langvinnan sjúkdóm.

Dagskrá auglýst síðar á heimasíðu Reykjalandar og PSÍ. Í teyminu eru: Læknir, hjúkrunarfræðingur, félagsráðgjafi, iðjuþjálfari, talmeinafræðingur og sjúkráþjálfari.

Nánari uppl. Hjá Hafdísi Gunnbjörnsdóttur, hjúkrunarfræðing, í síma 585 2107



*Hláturinn er
taugameðal
án aukaverkana.*
Höfundur dunnur.

Stjórn Parkinsonsamtaða Íslands 2012 - 2013:

Formaður: Hrafnhildur B. Sigurðardóttir, sími 820 7691 - Varaformaður: Guðrún Jónsdóttir, sími 848 1522

Gjaldkeri: Guðrún Þóra Garðarsdóttir, sími 691 2643 - Ritari: Ólöf Ragnarsdóttir, sími 820 4588

Meðstjórnendur: Steingrímur Lilliendahl, sími 865 6292 - Hafsteinn Jóhannesson, sími 894 1278

Starfsmaður: Hrönn Ágústsdóttir, sími 862 5201

Þesinn: Umbrot: Steingrímur Lilliendahl - Prentun: Grágás hf., Keflavík

