

Na logo - so antworten wir, wenn uns etwas ziemlich logisch erscheint.

Wenn wir in der „Parkinsonmafia“ von Logo sprechen, meinen wir die Logopädie, wörtlich griechisch: Worterziehung.

Allerdings unterstützt die Logopädie nicht nur die Sprechfähigkeit, sondern behandelt auch alle Beschwerden im Bereich Schlucken und Kehlkopf. Vorausgesetzt, es liegen keine anderen Krankheiten in diesen Bereichen vor.*

Von der verminderten Beweglichkeit bei Parkinson sind auch die Muskeln im Gesicht und Halsbereich betroffen. Leises und undeutliches Sprechen kann eine Auswirkung der Krankheit sein. Damit verbunden ist für die Betroffenen ein großer Frust, denn wenn die anderen einen nicht verstehen, oder man alles dreimal sagen muss, dann hat man schon gar keine Lust mehr, sich am Gespräch zu beteiligen. Zumal, wenn einem auch einige Wörter nicht so schnell einfallen. Das ist peinlich und erfordert von den anderen viel Geduld, die in einer Gruppe nicht immer gegeben ist. Die Folge ist dann ein Rückzug bei Feiern oder geselligem Beisammensein. Man will ja den anderen auch nicht zur Last fallen. Damit ist man dann selber natürlich nicht glücklich, denn Kommunikation bestimmt ja sehr viele Bereiche im Alltag. Die Schwierigkeiten belasten auch die familiären Beziehungen, beide Seiten werden leicht unruhig oder sogar aggressiv.

Da kann die Arbeit mit Logopäden sehr hilfreich sein, sie verstehen und behandeln die Probleme, soweit dies möglich ist. Manchmal kann das sogar Spaß machen. Zum Beispiel wenn man hemmungslos mit einem „Blubberschlauch“ in einem Wasserglas blubbern darf.

Die andere große Einschränkung durch Parkinson im Halsbereich kann die Schluckfähigkeit sein. Das umfasst vermehrten Speichelfluss, Probleme beim Essen und Trinken, Husten u.a. Manch einer mag deswegen nicht mehr ins Restaurant gehen oder auch FreundInnen zum Essen einladen. Das wiederum schränkt das soziale Leben sehr ein. Zudem ist es gefährlich, wenn Essen in die Lunge gerät.

Auch hier können die logopädischen Übungen eine große Unterstützung sein.

Für Betroffene ist die logopädische Therapie Schwerstarbeit. Es erfordert viel Konzentration, Energie und Geduld, sich beim Sprechen und Schlucken neue Techniken anzueignen und im Alltag immer daran zu denken, sie umzusetzen. Ich als Angehörige bewundere alle Betroffenen, die zum Teil schon jahrelang jede Woche regelmäßig zu ihren Therapien gehen. Hut ab! Na Logo!

Gunhild

* Genauere Diagnosen der Probleme beim Sprechen und Schlucken können in einer „Praxis für Phoniatrie und Pädaudiologie“ gestellt werden, intensiver als beim HNO-Arzt.

Logopädie wird von jedem Arzt verschrieben, alle Krankenkassen bezahlen diese Therapie.

Viele Kliniken mit Parkinsonschwerpunkt bieten Logopädie an. In der Kasseler Paracelsusklinik kann eine Broschüre „Logopädische Übungen für Parkinsonpatienten“ sowie eine Sprach-CD bestellt werden unter: info@kassel.pkd.de

Letztes Gruppentreffen

RG-Treffen am 14. März 2025

Das Hauptthema war „Logopädie“, Angelica Bounesmer (selbständige Logopädin) hat uns nicht nur über Sprech-, Sprach- und Schlucktherapien informiert, sie hat uns gleich mit praktischen Übungen vor allem zum Schlucken demonstriert, wie Logopädie den Alltag erleichtert.

Michaela hat das Orga-Team vorgestellt und kurz über den Selbsthilfetag im Mai informiert.

Aktuelles

Neuwahlen im Juni

Andreas hatte angekündigt, sein Amt zum 31.12. niederzulegen. Nun möchte er sich schon früher aus der Führung zurückziehen. Das Orga-Team hat sukzessive seine Aufgaben übernommen und wird natürlich auch die neue Gruppenleitung unterstützen.

Bewerber/innen für die Gruppenleitung, als Stellvertreter/in, Kassenwart, Website-Beauftragte/r und Schriftführer/in informieren bitte Raphaela, sie erhalten bei den Treffen im Mai und Juni Gelegenheit, sich der Gruppe vorzustellen.

Das Orga-Team (in alphabetischer Reihenfolge)

Birgit ist als Website-Beauftragte beim Bundesverband in Neuss gemeldet. Zusammen mit Axel hat sie unsere Website erstellt und Ausbau und Pflege übernommen (<https://www.dpv-bundesverband.de/hannover>). Birgit kümmert sich um Anfragen zur Website und den Inhalten - Mail: website.parkinson-hannover@gmx.de. Auch für die Konzeption und das Layout unseres Image-Flyers (in Erstellung) zeichnet Birgit verantwortlich.

Klaus begrüßt Euch bei den Gruppentreffen, er kümmert sich um neue Mitglieder und Gäste und unterstützt uns in vielfältiger Weise, z.B. ist er mit seiner Erfahrung im Messebau verantwortlich für den Stand am Selbsthilfetag (17. Mai). Klaus koordiniert die Tischtennis-Gruppe und hält Kontakt zum TKH.

Michaela ist für die Administration zuständig (Mitgliederverwaltung, Newsletter, Fördermitelanträge, Kostenkontrolle ...). Mit Raphaela hat sie die Treffen im 1. Halbjahr organisiert und die Finanzplanung erstellt. Sie organisiert den Büchertisch, Informationsmaterial und Produktmuster für die Gruppe sowie die Qi Gong- und Nordic Walking-Schnupperkurse und hält Kontakt zur DMSG. Zusammen mit Klaus organisiert sie den Selbsthilfetag am 17. Mai.

Raphaela ist für die Buchhaltung zuständig und die Raumbuchung im Freizeitheim, sie und Andreas haben Kontovollmacht. Zusammen mit Michaela hat sie die Gruppentreffen im 1. Halbjahr organisiert und die Finanzplanung erstellt. Sie ist Sprecherin der Angehörigengruppe und organisiert Schulungen für die Angehörigen, dazu leitet sie die Spielegruppe.

Wir sind ein Team, keine Einzelkämpfer, bei allen wichtigen Entscheidungen stimmen wir uns ab und helfen uns gegenseitig. Dazu bekommen wir Unterstützung vor allem durch

Gunhild - sie schreibt Artikel für den Newsletter, recherchiert für Newsletter und Website, bringt ihre Ideen ein und hat den nötigen Biss, an wichtigen Themen dranzubleiben (z.B. Parkinson-Netzwerk).

Bärbel - wenn sie da ist, übernimmt sie bei den Gruppentreffen den Büchertisch.

Edeltraud schafft es immer wieder, den nüchternen Gruppenraum zu besonderen Anlässen mit einfachen Mitteln gemütlich zu gestalten.

Gerda lässt uns teilhaben an ihrer Erfahrung als Gastronomin und ihren Beziehungen und unterstützt uns logistisch beim Selbsthilfetag.

... die Freiwilligen am Stand zum Selbsthilfetag und die vielen helfenden Hände beim Aufräumen nach den Gruppentreffen, vielen Dank an Euch alle!

Kritik, Fragen, Anregungen, Lob

Ab dem nächsten Treffen steht im Gruppenraum eine kleine Box nebst Zetteln und Stiften für Eure Kritik, Anregungen, gerne auch Lob - anonym oder unterschrieben, bitte nutzt die Gelegenheit, uns Eure Meinung zu sagen.

Wenn Ihr eine Rückmeldung von uns bekommen möchtet, dann gebt uns bitte Namen und e-Mail-Adresse oder Telefon-Nummer an.

Gruppentreffen

Wir wären dankbar, wenn Ihr 5 - 10 Minuten eher da seid, so dass um 16.30 Uhr alle sitzen und wir pünktlich beginnen können.

Allerdings können wir erst um 16.00 Uhr in den Raum und haben nur 20 Minuten, um alles für Euch vorzubereiten - das ist sportlich. Bitte gebt uns die Zeit. Wenn jemand schon eher da sein sollte: setzt Euch gerne noch ein paar Minuten unten ins Foyer.

Und bitte denkt daran, am Ende der Treffen die Namensschilder wieder zurückzulegen.

Termin-Vorschau

RG-Treffen am 11. April 2025

Am 11. April ist Welt-Parkinson-Tag

PD Dr. med. Martin Klietz, Facharzt für Neurologie, Zusatzbezeichnung Palliativmedizin, Funktionsoberarzt an der Medizinischen Hochschule Hannover, informiert uns über die „Therapie des fortgeschrittenen Parkinson - Aktuelles (Pumpen, THS, Medikamente)“.

Der Erfahrungsaustausch beim Oster-Kaffe/Tee und Kuchen (für die, die Kuchen mögen) wollen wir nutzen, uns innerhalb der Gruppe besser kennenzulernen.

Für dieses Treffen haben wir Euch um **Anmeldung bis spätestens 21. März** gebeten an info.parkinson-hannover@gmx.de.

Weshalb anmelden? Immer wenn wir Essen bestellen, müssen wir planen können. Wir wissen, dass einige am Veranstaltungstag dann doch nicht kommen können, Parkinson ist eben nicht planbar. Ärgerlich dagegen ist, wenn viele unangemeldet kommen.

RG-Treffen am 09. Mai 2025

16.30 Uhr ca. 30 Minuten Tango-Rhythmen für Parkinson-Betroffene - wer nicht mitmachen möchte, kommt gerne später dazu

Frau Rüggeberg (selbständige Apothekerin, Pharmazierätin und RichterIn für Apothekenangelegenheiten) informiert uns über „Wirksamkeit und Wechselwirkungen von Medikamenten bei der Behandlung von Morbus Parkinson“

Vorstellung der Kandidaten für die Wahlen im Juni

Erfahrungsaustausch - Themenvorschlag: Medikamenteneinnahme - wie gut klappt das?

Angebote für Betroffene und Angehörige

(Voraussetzung: Mitgliedschaft in der Regionalgruppe Hannover / Langenhagen)

Nordic Walking Schnupperkurs

Am 23.04., 30.04., 07.05. und 14.05.2025 jeweils um 10:00 Uhr beim TuS Bothfeld 04 e.V., Carl-Loges-Str. 12 (Linie 13 Fasanenkrug, Haltestelle Kurze-Kamp-Straße). Stöcke können ausgeliehen werden. Es sind Plätze frei, Anmeldung über Michaela (mimahan@gmx.de).

Qi Gong-Schnupperkurs

Der Kurs (7 Termine ab dem 16. April) findet mittwochs statt von 15.45 - 16.45 Uhr in der Pagode Vien Giac, Karlsruher Str. 6 (bei schönem Wetter im Meditationsgarten). Die Übungen können auch im Sitzen gemacht werden. Hier ist noch 1 Platz frei, Anmeldung ebenfalls über Michaela (mimahan@gmx.de).

Spielegruppe

Die Gruppe trifft sich an wechselnden Tagen / Orten, wer Interesse hat, dazuzustoßen, wendet sich bitte an Raphaela (rb.parkinson4@gmail.com).

Angebote für Betroffene

(Voraussetzung: Mitgliedschaft in der Regionalgruppe Hannover / Langenhagen)

MOVE (Ergotherapie)

Alle 14 Tage donnerstags um 16.30 Uhr in der Praxis „Ergotherapie am Lister Platz“, Lister Meile 89 (Haltestelle: Lister Platz, U-Bahn Linien 3, 7 und 13, Bus 100, 121 und 134).

Ab April 2025 kostet die Teilnahme an der Move-Gruppe 5,00 €/Treffen, zahlbar halbjährlich auf das Gruppenkonto. Anmeldung bitte direkt unter 0511 / 38 82 88 42.

Tischtennis

Wir treffen uns jeden Samstag von 10:30 Uhr bis ca. 14.00 Uhr in der Sporthalle der Bismarckschule (An der Bismarckschule 5, 30173 Hannover). Jeder und jede ist herzlich eingeladen zum kostenlosen Schnupper-Spielen. Weitere Info bei den Gruppentreffen, Interessierte wenden sich bitte an Klaus (riemann1958@web.de).

Praxisgruppe Sport der DMSG beim TuS Bothfeld

Ein Pilotprojekt der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft mit dem TuS Bothfeld 04 e.V. Spezielle Trainingsformen, die nachweislich neurotrophe Wirkungen haben, werden geräte-unabhängig (Koordinations-, Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining) in der Gruppe durchgeführt. Ziel ist, die persönlichen Grenzen langfristig Stück für Stück zu erweitern. In Kooperation mit der DMSG dürfen Mitglieder der RG Hannover auch teilnehmen.

Anmeldung zum kostenlosen Schnuppertermin über Michaela (mimahan@gmx.de), den Kurs buchen über die Website des TuS Bothfeld 04 e.V.

Zumba Gold-Kurs der DMSG beim TuS Bothfeld

Für Interessierte mit neurologischen Erkrankungen: lateinamerikanische Rhythmen und leicht erlernbare Bewegungen - aber mit wesentlich geringerer Intensität, so dass der Kurs auch für ältere Erwachsene und Personen mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit geeignet ist. Am 2. Samstag im Monat von 11.00 bis 12.00 Uhr in der Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20. In Kooperation mit der DMSG dürfen Mitglieder der RG Hannover auch an diesem Kurs teilnehmen. Anmeldung zur kostenlosen Schnupperstunde über Michaela (mimahan@gmx.de), den Kurs buchen über die Website des TuS Bothfeld 04 e.V.

Angebote für Angehörige

(Voraussetzung: eigene Mitgliedschaft in der Regionalgruppe Hannover / Langenhagen)

Angehörigengruppe

Jeweils am letzten Dienstag im Monat unter psychotherapeutischer Leitung von Frau Thuneke-Hartmann in der Praxis Rühmkorffstraße 1, 30163 Hannover.

Die Teilnahme an der Angehörigengruppe kostet 5,- €/Treffen, zahlbar halbjährlich auf unser Gruppenkonto. Dank einer Spende für die Angehörigen kann der Teilnahmebeitrag in 2025 ausgesetzt werden.

Anmeldungen bitte über Raphaela (rb.parkinson4@gmail.com).

Schulung für pflegende Angehörige

Am 17. Juli von 10.00 bis 13.00 Uhr kommt Herr Moritz von der Angehörigenschule in Hamburg und informiert über Pflege, Pflegegrade, Patientenverfügungen etc. und beantwortet unsere Fragen. Es stehen 11 Plätze zur Verfügung.

Anmeldungen zwingend erforderlich - bitte über Raphaela (rb.parkinson4@gmail.com).

Termine & Kontakt

Regionalgruppentreffen:

10. Januar 2025

14. Februar 2025

14. März 2025

11. April 2025 (kleiner Saal - Anmeldung erbeten)

09. Mai 2025 (kleiner Saal)

13. Juni 2025 (kleiner Saal)

11. Juli 2025: Sommercafé

08. August 2025 (informelles Treffen - wird noch bekanntgegeben)

12. September 2025 (kleiner Saal)

10. Oktober 2025 (kleiner Saal)

14. November 2025 (kleiner Saal)

12. Dezember 2025: (Weihnachtsfeier im kleinen Saal - Anmeldung erbeten)

Außer im Juli und August jeweils um 16.30 Uhr im Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92 (Haltestelle: Dragonerstraße)

Kontakt:

Andreas Tiecks
Regionalgruppenleiter

Tel. 0151 - 72 52 55 11
Sprechzeiten: montags vormittags

Raphaela
rb.parkinson4@gmail.com

Michaela
mimahan@gmx.de

info.parkinson-hannover@gmx.de

Anschrift:

Andreas Tiecks
Parkinson-Regionalgruppe Hannover
Friedrich-Heller-Str. 16
30455 Hannover

Deutsche Parkinsonvereinigung e.V. -
Bundesverband
Moselstr. 31, 41464 Neuss
Tel. 02131 / 740270
VR 1058 Neuss
1. Vorsitzende Tina Siedhoff

Bankverbindung Regionalgruppe Hannover

Hannoversche Volksbank
DE56 25190001 0031 1804 00