



([www.schlaganfall-niedersachsen.de](http://www.schlaganfall-niedersachsen.de))

Liebe Mitglieder,

Ihr habt uns gewählt, und wir bedanken uns herzlich für Euer Vertrauen.

Bedanken möchten wir uns auch bei Andreas, der die Gruppe bis Ende letzten Jahres ganz alleine geleitet und Michaela beim Übergang sehr geholfen hat. Er wird aus privaten Gründen aus Hannover wegziehen, wir wünschen ihm alles Gute und alles Glück der Erde.

Ein herzliches Dankeschön geht an unsere 1. Bundesvorsitzende Tina Siedhoff und unsere Landesvorsitzende Margrit Waluga, die Raphaela und Michaela im Januar ermächtigt haben, die Gruppe kommissarisch zu übernehmen bis zu den Neuwahlen. Vielen Dank für Euer Vertrauen und für die großartige Unterstützung - besonders Dir, Margrit, dass Du immer ansprechbar für uns warst und nach wie vor bist. Auf Veranlassung von Tina hat uns die Frau Uhlig in Neuss jede mögliche Hilfestellung gegeben, jede Frage beantwortet - und das immer sehr freundlich und geduldig. Ganz herzlichen Dank dafür, liebe Frau Uhlig !

Und last but not least möchten wir uns bei Euch bedanken - wir haben aus der Gruppe so viele positive Rückmeldungen bekommen, so viele von Euch haben uns ihre tatkräftige Hilfe angeboten und gegeben, uns darin bestärkt, dass wir auf dem richtigen Weg sind, uns bei den Treffen mit Kaffee und Keksen/Obst/Süßigkeiten verwöhnt ... genau das ist es, weshalb wir so viel Freude am Ehrenamt haben: Eure Mithilfe, Eure Resonanz - und dass wir trotz des ernsten Themas so viel Spaß miteinander haben.

Wir haben noch viel vor, lasst es uns gemeinsam angehen!

Euer Orga-Team

Birgit

Gunhild

Michaela

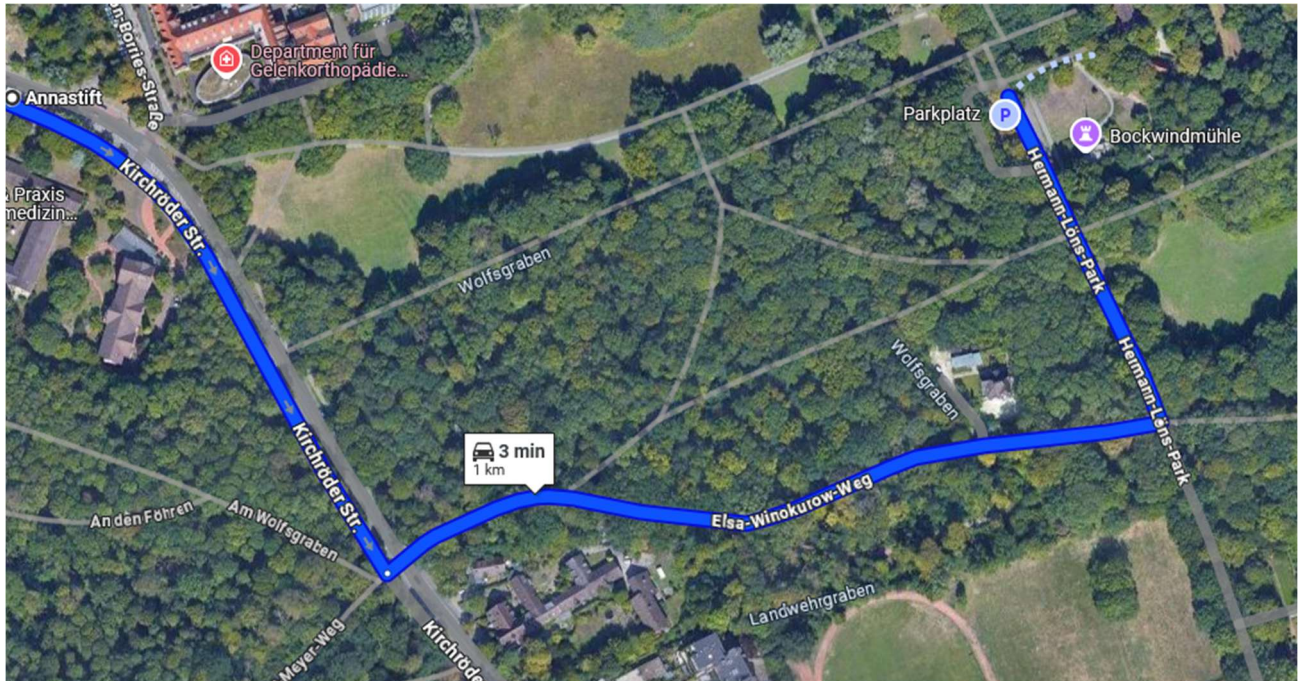
Raphaela

# Termin-Vorschau

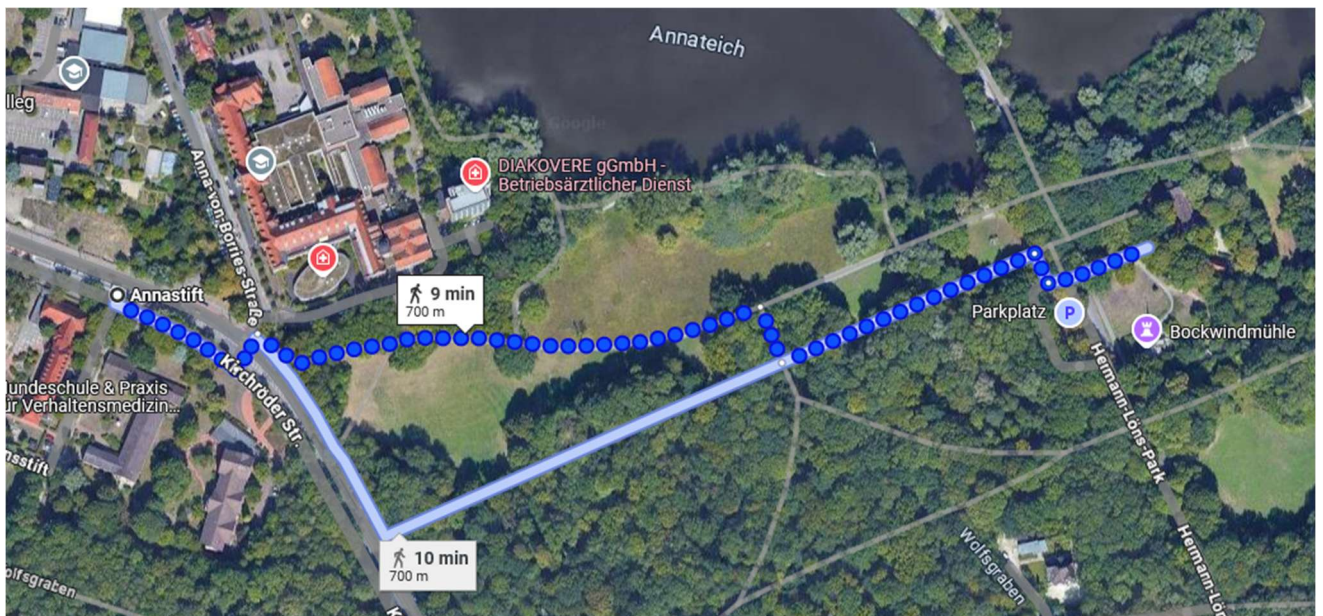
## RG-Treffen am 11. Juli 2025: Sommercafé

Unser traditionelles Sommercafé findet dieses Jahr von 15.00 bis 17.00 Uhr im Parkrestaurant „Alte Mühle“ statt (Hermann-Löns-Park 3, 30559 Hannover-Kirchrode).

Mit dem Auto über die Ecke Kirchröder-Turm in die Hermann-Löns-Park-Str. fahren bis vor das Parkrestaurant; Parkplätze sind vorhanden.



Mit der Stadtbahnlinie 5 oder den Buslinien 123 / 124 bis zur Haltestelle „Annastift“, dann schräg gegenüber der Haltestelle in den Weg mit dem Hinweisschild „Hermann-Löns-Park“ einbiegen - am Annateich entlang kommt man direkt zur Alten Mühle (10 Minuten Fußweg).



Ein Mitglied hat netterweise angeboten, mit dem Auto andere von der Haltestelle „Annastift“ bis zum Parkplatz mitzunehmen. Danke dafür ☺ Wenn sich noch andere dazu bereit erklären oder jemand mitfahren möchte, bitte melden ([info.parkinson-hannover@gmx.de](mailto:info.parkinson-hannover@gmx.de)).



## RG-Treffen am 08. August 2025

Im August findet ein informelles Treffen statt von 15.00 - 17.00 Uhr im Café Rix beim Stadtteilzentrum Ricklingen.

## Aktuelles

### Fördermittel

Wir freuen uns sehr, Euch mitteilen zu können, dass die für unsere Gruppe eingereichten Fördermittelanträge genehmigt wurden. Die GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen (d.h. die gesetzlichen Krankenkassen/-verbände in Niedersachsen) hat uns 1.080,10 € bewilligt. Zusätzlich hat die AOK im Rahmen der Projektförderung den Druck unseres neuen Flyers mit 250,- € bezuschusst.

### Selbsthilfetag am 17. Mai

Dank vieler Helfer aus der Gruppe war der Tag ein Erfolg, wir hatten einen ansprechenden Stand (Klaus, vielen Dank!) mit gutem Infomaterial (Danke, Birgit) direkt am Kröpcke.

Wir hatten auch Glück mit dem Wetter, bis kurz vor Ende der Veranstaltung war es ausgesprochen gut - dann wurde es plötzlich dunkel, wir mussten den Stand in „Windeseile“ abbauen. Aber wir haben es gerade so vor den ersten Tropfen geschafft! Zumindest die Sachen sind trocken geblieben.



### Schulung für pflegende Angehörige

Am 17. Juli von 10.00 - 13.00 Uhr kommt Herr Moritz von der Angehörigenschule Hamburg und informiert über Pflege, Pflegegrade, Patientenverfügungen etc. 11 Plätze stehen zur Verfügung. Anmeldung zwingend erforderlich über Raphaela ([rb.parkinson4@gmail.com](mailto:rb.parkinson4@gmail.com)).

## Erfahrungsbericht THS

Martin hat seinen persönlichen Erfahrungsbericht über die Operation mit uns geteilt, den Artikel findet Ihr auf unserer Website (<https://www.dpv-bundesverband.de/hannover/infos-rund-ums-thema-parkinson/erfahrungsberichte>). Für Fragen steht er gerne zur Verfügung.

## Tip: Notfalldose im Kühlschrank

Die meisten von uns haben einen Notfallausweis / Notfallordner mit Medikationsplan etc. ... Aber in einer Notfallsituation vergisst man schnell etwas, und bei Ohnmacht/Bewusstlosigkeit der/des Betroffenen ist es für Retter meist unmöglich, herauszufinden, wo die Info ist.

In der Notfalldose sind alle benötigten Daten - für jedes Haushaltsmitglied ein Blatt oder eine eigene Dose. Diese steht in der Kühlschrank-Türe; ein Aufkleber an der Innenseite der Wohnungstüre weist die Rettungskräfte darauf hin. Es gibt wohl in jeder Wohnung einen Kühlschrank, der in aller Regel schnell zu finden ist; die Dose/n haben dort einen festen Platz - so sind die Notfalldaten schnell und sicher verfügbar.

Man bekommt die Notfalldose in Apotheken (PZN 16505541) und im Internet.

## Unsere Website

Es lohnt sich immer wieder, mal einen Blick auf unsere Website zu werfen - besonders die News sind sehr informativ, aber auch die anderen Seiten werden kontinuierlich aktualisiert und ergänzt:

<https://www.dpv-bundesverband.de/hannover>

## Musik-Videos auf You Tube

Mitch Faile: „Blame it on the Parkinson's“ (Das offizielle Musik-Video der Wilkins Parkinson's Foundation): <https://youtu.be/tW6V3z16hpk?feature=shared>

„Trotzdem schön“ - den Mutmach-Song für an Parkinson-Erkrankte mit Thomas Godoj findet Ihr unter <https://youtu.be/2PK-ef0RUe0?feature=shared>

„WILL THRIVE!“ von Despinalina (über das Leben mit Parkinson; mit Text in englisch) [https://youtu.be/H52xV\\_LiTUk?feature=shared](https://youtu.be/H52xV_LiTUk?feature=shared)

„Hey Du“ Eveline Dill, Deutsche Fassung; [https://youtu.be/q\\_DaXlbQoAc?feature=shared](https://youtu.be/q_DaXlbQoAc?feature=shared)

„Thank You For Loving Me“ von David Clifford - den Partnern, Familien und Pflegenden von Parkinson-Kranken gewidmet: <https://youtu.be/AtGO0QzAc3k?feature=shared>

## Rückblick

### RG-Treffen am 09. Mai 2025

Fr. Knoche-Hentschel brachte uns mit argentinischen Tango-Rhythmen in Bewegung.

Fr. Susanne Rüggeberg (Apothekerin, Pharmazierätin und Richterin für Apothekenangelegenheiten) informierte uns über „Wirksamkeit und Wechselwirkungen von Medikamenten bei der Behandlung von Morbus Parkinson“ - angefangen von der richtigen Einnahme und Einnahmezeit bis hin zur individuellen Beratung zu Wechselwirkungen.

Kurze Vorstellung der Kandidatinnen und Kandidaten für die Wahl am 13.06.2025.

## RG-Treffen am 13. Juni 2025

Zu Beginn hat Gunhild uns ihr Projekt vorgestellt, an dem sie zusammen mit Erwin Jordan federführend arbeitet: die Gründung eines Parkinson-Netzwerks für die Region Hannover.

Für die Helfer am Selbsthilfetag gab es ein dickes Dankeschön und eine Notfalldose.

Unser Flyer wird niedergelassenen Neurologen, Parkinson-Ambulanzen und Therapeuten zur Verfügung gestellt für neu diagnostizierte und interessierte Parkinson-Erkrankte. In Hannover haben wir schon fast alle Ärzte erreicht - wer möchte uns im Umland helfen? Und wer möchte seine/n Therapeuten/Therapeutin ansprechen? Danke für Eure Unterstützung.

Wichtigster Tagesordnungspunkt war die Neuwahl des Leitungsteams und die Verabschiedung von Andreas Tiecks aus dem Amt als Regionalgruppenleiter. Die Wahlleitung haben Fritz Leppert und Brigitte Grunau (Leitungsteam Regionalgruppe Lehrte) übernommen, unsere Landesvorsitzende Margrit Waluga hat die Wahl begleitet. Da die erforderliche Anzahl wahlberechtigter Mitglieder leider nicht erreicht wurde, wurde die Versammlung geschlossen und direkt im Anschluss neu eröffnet. Im zweiten Wahlgang reichte die Mehrheit der anwesenden Wahlberechtigten.

Einstimmig gewählt wurden Michaela Martin als Regionalgruppenleiterin und stellv. Kassenswartin, Raphaela Bruckner als Kassenswartin und Birgit Kühne als Website-Beauftragte. Mit einer Enthaltung wurde Gunhild Lauter-Aehnelt zur Schriftführerin gewählt.

## Qi Gong-Schnupperkurs

Im Meditationsgarten des buddhistischen Klosters Vien Giac hat uns der Übungsleiter Hugo Cardenás eine Übungsfolge beigebracht und die Philosophie des Qi Gong erklärt.

Wer weitermachen oder Qi Gong auch einmal ausprobieren möchte, kann sich über „[Sport im Park](#)“ anmelden.

## Nordic Walking Schnupperkurs

Der Kurs wurde um zwei Termine verlängert, dafür vielen Dank an die Übungsleiter Anne & Rainer und den TuS Bothfeld.

Wer weitermachen oder es auch einmal ausprobieren möchte, ohne gleich Stöcke zu kaufen, kann sich über „[Sport im Park](#)“ anmelden.

Weil es so viel Spaß macht, treffen wir uns montags zum Walken in der Eilenriede - mit Stöcken oder mit Gewichten (z.B. Wasserflaschen). Kommt gerne dazu!

## Angebote für unsere Mitglieder (Betroffene und Angehörige)

### Spielegruppe

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

### Walken in der Eilenriede

Wir treffen uns ab dem 30. Juni wieder montags um 18.00 Uhr am Königinnendenkmal zum Walken mit Stöcken oder mit Gewichten (z.B. Wasserflaschen).

## Angebote für unsere betroffenen Mitglieder

### MOVE (Ergotherapie)

Alle 14 Tage donnerstags um 16.00 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). Seit April 2025 kostet die Teilnahme 5,- €/Treffen, zahlbar halbjährlich auf das Gruppenkonto. Anmeldung bitte direkt unter 0511 / 38 82 88 42.

### Praxisgruppe Sport der DMSG beim TuS Bothfeld

Spezielle Trainingsformen mit nachweislich neurotropher Wirkungen werden geräteunabhängig in der Gruppe durchgeführt. Mitglieder der RG Hannover dürfen auch teilnehmen. Anmeldung zum kostenlosen Schnuppertermin über Michaela ([mimahan@gmx.de](mailto:mimahan@gmx.de)).

### Zumba Gold-Kurs der DMSG beim TuS Bothfeld

Für neurologisch Erkrankte: am 2. Samstag im Monat 11.00 - 12.00 Uhr in der Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20. Mitglieder der RG Hannover dürfen teilnehmen; Anmeldung zur kostenlosen Schnupperstunde über Michaela ([mimahan@gmx.de](mailto:mimahan@gmx.de)).

## Angebote für unsere Angehörigen-Mitglieder

### Angehörigengruppe

Am letzten Dienstag im Monat unter psychotherapeutischer Leitung von Frau Thüneke-Hartmann in der Praxis Rühmkorffstraße 1, 30163 Hannover. Anmeldungen über Raphaela ([rb.parkinson4@gmail.com](mailto:rb.parkinson4@gmail.com)).

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

# Termine & Kontakt

## Regionalgruppentreffen:

10. Januar 2025

14. Februar 2025

14. März 2025

11. April 2025

09. Mai 2025

13. Juni 2025

11. Juli 2025: 15.00 - 17.00 Uhr Sommercafé für unsere Mitglieder  
im Parkrestaurant „Alte Mühle,“ Hermann-Löns-Park 3, Hannover  
Gäste bitten wir um Anmeldung ([info.parkinson-hannover@gmx.de](mailto:info.parkinson-hannover@gmx.de))

08. August 2025 15.00 - 17.00 Uhr im Café Rix, Stadtteilzentrum Ricklingen,  
Anne-Stache-Allee 7 in 30459 Hannover

12. September 2025 (kleiner Saal)

10. Oktober 2025 (kleiner Saal)

14. November 2025 (kleiner Saal)

12. Dezember 2025: Weihnachtsfeier im kleinen Saal

Außer im Juli und August jeweils um 16.30 Uhr im Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder  
Str. 92 (Haltestelle: Dragonerstraße). Bitte bringt Eure Kaffeebecher zu den Treffen mit.

Interessenten / Gäste: bitte vorher Kontakt aufnehmen ([info.parkinson-hannover@gmx.de](mailto:info.parkinson-hannover@gmx.de)).

## Kontakt:

[info.parkinson-hannover@gmx.de](mailto:info.parkinson-hannover@gmx.de)  
(gerne eine Rückruf-Bitte hinterlassen)

Gruppenleitung:  
Michaela ([mimahan@gmx.de](mailto:mimahan@gmx.de))

Tel. 0511 / 388 74 74  
Mittwoch 19.30 - 20.30 Uhr

Kassenwartin:  
Raphaela ([rb.parkinson4@gmail.com](mailto:rb.parkinson4@gmail.com))

Website-Beauftragte:  
Birgit ([website.parkinson-hannover@gmx.de](mailto:website.parkinson-hannover@gmx.de))

Schriftführerin:  
Gunhild (Tel. 0511 / 45 98 675)

## Anschrift:

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.  
Regionalgruppe Hannover  
c/o Michaela Martin  
Gretchenstr. 15  
30161 Hannover

Deutsche Parkinson Vereinigung 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