

Liebe Mitglieder,

auch ich möchte Euch ein frohes, gesundes neues Jahr 2026 wünschen. Mögen sich alle Eure persönlichen Wünsche erfüllen und mögt ihr gesund bleiben.

Den Jahreswechsel hat bestimmt jeder von Euch fröhlich und in netter Runde oder gemütlich und friedlich gefeiert.

Unsere Jahresauftaktveranstaltung ist ja leider buchstäblich „in den Schnee“ gefallen - wir arbeiten daran, die Themen nachzuholen (s. Seite 3).

In den letzten Wochen hat Michaela mir Einblick in ihre Arbeit für unsere Gruppe vermittelt. Das ist noch nicht abgeschlossen, da die Aufgaben sehr komplex und vielfältig sind. Ich muss sagen, Michaela leistet da Grandioses, das man nicht so schnell erlernen kann. Ich gebe mir alle Mühe, sie möglichst bald noch besser bei dieser Arbeit unterstützen zu können.

Für das neue Jahr wollen wir das Thema „Ernährung bei Parkinson“ in den Vordergrund stellen. Die Planungen hierzu werde ich federführend übernehmen, da ich hier meine Erfahrungen einbringen kann - ich habe früher im Schuldienst Hauswirtschaft und Kochen unterrichtet.

Zum Schluss noch eine Bitte an Euch: Bringt bitte zu jedem Gruppentreffen Eure Kaffeebecher mit.

Und noch eine Kleinigkeit: Schaut doch mal alle zu Hause nach, ob Ihr vergessen habt, euer Namensschildchen abzugeben. Wir haben einen großen Schwund und möchten unseren Etat lieber für neue Angebote für Euch ausgeben und nicht für die Nachbestellung der teuren Schilder. Vielen Dank für euer Verständnis.

Nun wünsche ich Euch allen ein interessantes, informatives Jahr 2026.
Bleibt gesund und fröhlich!

Liebe Grüße,

Eure Gerda

Aktuelles

Neue Bestimmungen für Pflegebedürftige ab 01.01.2026

Verhinderungspflege: Das Geld kann nur noch für das aktuelle Kalenderjahr und das davor beantragt werden (nicht mehr bis zu vier Jahre rückwirkend).

Die Beratung für Pflegebedürftige mit Pflegegrad 4 oder 5 darf weiterhin 4 x pro Jahr kostenlos in Anspruch genommen werden, es sind aber nur noch 2 Pflicht-Termine vorgeschrieben (statt bisher 4).

Bei Krankenhausaufenthalt oder Reha wird das Pflegegeld nun bis zu acht Wochen weitergezahlt (bisher: maximal 28 Tage). Das gilt auch für die Rentenversicherungs-Beiträge der pflegenden Angehörigen.

Klinikbesichtigung

Prof. Dr. Winkler hat uns angeboten, im April oder Mai (mittwochs) die Klinik Lindenbrunn in Coppenbrügge zu besichtigen; incl. entweder Mittagessen oder Kaffee & Kuchen. Wenn genügend Interesse besteht, werde ich uns anmelden (Eigenanteil an den Fahrtkosten) - bitte Info an Michaela, wer mitkommen möchte (info.parkinson-hannover@gmx.de).

Neues Angebot: Digitales Wissen teilen

Wenn genügend Interesse vorhanden ist, wollen wir einen sog. „digitalen Tisch“ anbieten mit wechselnden Themen (je nach Bedarf und Interesse), z.B.

- ◆ Wie verlinkt man Informationen auf das Handy oder legt sie in Apps ab?
- ◆ Wie schränke ich den Zugriff von Apps auf meine persönlichen Daten ein?
- ◆ Chatbot jAlmes der Parkinson Stiftung
- ◆ Sicherheit im Internet / im Mailverkehr
- ◆ Basiswissen MS Word, eigene Grußkarten erstellen
- ◆ Basiswissen MS Excel
- ◆ Fotoalben erstellen mit PowerPoint oder Fotobücher mit der Software CEWE

Wer Interesse hat / Unterstützung gebrauchen kann, seine/hre Kenntnisse teilen oder Neues kennenlernen möchte, informiert bitte Michaela (info.parkinson-hannover@gmx.de).

Publikationen des Bundesverbands

Der Bundesverband hat uns über die Weiterentwicklung von „Das Parkinson-Magazin – Leben mit Zukunft“ und dem „dPV-Journal“ wie folgt informiert (Originaltext gekürzt):

„Parkinson-Journal: Der Titel „Zeitschrift für JUPA, THS ...“ wird ab 2026 durch die klarer ausgerichtete, leichter verständliche Bezeichnung „Das Parkinson-Journal - Zeitschrift für Parkinsonerkrankte und ihre Angehörigen“ ersetzt. ..., dient das Journal weiterhin in erster Linie als Informationsmedium für Arztpraxen, Kliniken, Rehabilitationszentren sowie für Messen und Informationstage.

Das „Parkinson-Magazin – LmZ“ wird dreimal im Jahr erscheinen: Ende März, Ende Juli und Ende November. Das dPV-Journal erscheint weiterhin zweimal jährlich - im Frühjahr und im September/Okttober. Wie bisher bleibt das Magazin ausschließlich unseren Mitgliedern vorbehalten und kann sowohl digital als auch in gedruckter Form bezogen werden.

Neben organisatorischen Änderungen wird es auch einige inhaltliche Weiterentwicklungen geben. Unsere Publikationen sollen künftig stärker als bisher die Vielfalt, das Engagement und die Lebensrealität der Regionalgruppen widerspiegeln. Daher möchten die Redaktionen Ihnen mehr Raum geben:

- Berichte aus Ihrer Region - Aktivitäten, besondere Projekte, Begegnungen oder Initiativen, die zeigen, wie lebendig und wertvoll die Arbeit vor Ort ist.
- Vorstellungen von Kliniken, Ärzten sowie Sport- und Rehabilitationsgruppen, die sich besonders mit Parkinson befassen.
- Menschen im Fokus - in jeder Ausgabe möchten wir eine Persönlichkeit vorstellen, die in einem besonderen Zusammenhang mit Parkinson steht.
- Fragen unserer Mitglieder an Expertinnen und Experten - häufig beschäftigen Betroffene konkrete, alltagsnahe Fragen. Diese sollen künftig direkt in den Magazinen aufgegriffen und beantwortet werden.

Wir möchten Sie herzlich dazu einladen, aktiv Inhalte beizusteuern. Ihr Wissen, Ihre Erfahrungen und Ihre Geschichten aus den Regionen tragen entscheidend dazu bei, dass unsere Publikationen weiterhin lebendig, informativ und nah an den Menschen bleiben.“

Rückblick

RG-Treffen am 12. Dezember 2025 (Michaela)

Bei den Wahlen am 12. Dezember wurde Gerda Strecker zur Stellvertretenden Regionalgruppenleiterin gewählt, Kassenprüfer sind Heiko Neitz und Manfred Klüppel, Nachrücker ist Friedhelm Noll.

Das Jahr 2025 haben wir mit einer stimmungsvollen, besinnlichen und auch lustigen Weihnachtsfeier beendet. Ich möchte mich herzlich bedanken bei den vielen fleißigen Helfern und Helferinnen, die alle zum Gelingen der Feier beigetragen haben - sei es durch die stimmungsvolle Dekoration, die leckeren selbstgebackenen Kuchen, die vielen helfenden Hände, die Andacht, die Weihnachtsgeschichten, die Reden ... vielen lieben Dank.

Thementag am 09. Januar 2026 (Michaela)

Es war ein fulminanter Auftakt - leider nicht wie geplant. Sturmtief Elli hat all die schönen Pläne hinweggegefegt, die Veranstaltung musste abgesagt werden. Um es mit den Worten von John Lennon zu sagen „**Life is what happens while you're busy making plans**“ (Leben ist das, was stattfindet, während Du fleißig Pläne machst).

Lieben Dank für die vielen netten, aufmunternden Worte. Es gab auch einiges an Kritik. Vorwürfe, dass ich unverantwortlich sei, weil ich nicht früher abgesagt hatte - Ihr seid erwachsene Menschen und entscheidet selbständig und eigenverantwortlich, ob Ihr aus dem Haus geht. Und für die anderen: Die Stadt Hannover hat Donnerstag abend entschieden, dass die Freizeitheime am Freitag geschlossen bleiben. Selbst wenn ich gewollt hätte ... Nebenbei: Wir haben stundenlang versucht, wenigstens einen Teil der Veranstaltung zu retten.

Leider bekommen wir die Räume dieses Jahr so nicht mehr, weder freitags noch samstags. Auch die anderen kommunalen Einrichtungen konnten im gesamten 1. Halbjahr 2026 keine passenden Räume anbieten. Kongresszentrum mieten? Zu teuer. Einzig das Stadtteilzentrum Stöcken kann uns in den Osterferien an beiden Samstagen (04. und 11. April) einen Saal vermieten.

Am 11. April ist Welt-Parkinson-Tag! Die HAWK Hildesheim stellt uns die Photovoice-Ausstellung noch einmal zur Verfügung, Dr. Konstantin Schütz (der Ernährungswissenschaftler im Team von Prof. van Riesen, Uni Göttingen) hat sich bereit erklärt, zu kommen und den Eröffnungsvortrag zu halten. Der Schlussvortrag ist noch in Abstimmung.

Die Therapeutinnen können den Termin leider nicht wahrnehmen, diesen Teil werden wir bei einem Gruppentreffen nachholen (wir sind im Gespräch wg. eines passenden Termins).

Da die JuPa nachmittags ein Treffen in Bothfeld geplant hat, fangen wir am 11. April bereits um 11.30 Uhr an (Einlass ab 11.00 Uhr). Ihr könnt gerne einen Mittags-Imbiss mitbringen, wir haben eine halbe Stunde Pause eingeplant. Für Kaffee / Tee / Wasser ist gesorgt, auch für Kuchen zum Abschluss.

Da im Stadtteilzentrum Stöcken weniger Plätze zur Verfügung stehen als in Vahrenwald, bitte ich um verbindliche Anmeldung bis spätestens 26. März. Wenn mehr Anmeldungen eingehen als Plätze vorhanden sind, entscheidet die Reihenfolge des Eingangs.

16.01.2026: Regionalgruppenleiter/innen-Versammlung Niedersachsen (Michaela)

Unter dem Vorsitz unseres neuen 1. Vorsitzenden Holger Naaz haben sich die niedersächsischen Regionalgruppen-Leiter/innen in Vechta versammelt, um eine/n neuen Landesvorsitzende/n und Stellvertreter/in zu wählen. Leider waren nur 11 von 24 Gruppen vertreten, so dass die erforderliche Mindestzahl für eine ordentliche Wahl nicht erreicht war.

Thomas Blümel, RG-Leiter Celle, hat sich bereiterklärt, das Amt des Landesvorsitzenden zu übernehmen; Meike Grant, RG-Leiterin Göttingen, wird seine Stellvertreterin. Der Vorstand wird die beiden kommissarisch ernennen für eine verkürzte Amtszeit von zwei Jahren.

Dieter Kühnemund (RG-Leiter Einbeck) bleibt Kassenwart der Landesgruppe Niedersachsen, Axel Röhreke (RG-Leiter Winsen/Seevetal/Buchholz) bleibt weiter als Schriftführer im Amt.

Termin-Vorschau

RG-Treffen am 13. Februar 2026

Regine wird uns mit Stuhl-Yoga auf das Treffen einstimmen. Nach einer kurzen Pause stellt sich Gerda als meine Stellvertreterin vor.

Anschließend werde ich Euch den Rechenschaftsbericht für 2025 vorstellen (Mitgliederentwicklung, Finanzbericht, Projekte ...) und einen Ausblick auf die Pläne für das aktuelle Jahr geben.

RG-Treffen am 13. März 2026

Zu Beginn macht Christine von Samson-Himmelstjerna (Ergotherapie am Lister Platz) BIG-Übungen mit uns.

Dr. med. Matthias Höllerhage, Facharzt für Neurologie und Oberarzt an der Klinik für Neurologie der Medizinischen Hochschule Hannover, ist anschließend mit einem Vortrag bei uns zu Gast.

Angebote für unsere Mitglieder (Betroffene und Angehörige)

Walken in der Eilenriede

Wir treffen uns montags um 16.00 Uhr an der Kreuzung Hohenzollernstr./Oskar-Winter-Straße zum Walken (ohne Anleitung). Wer keine Stöcke hat, kann gerne mit Gewichten (z.B. Wasserflaschen) oder Smovey-Ringen mitlaufen. Wenn jemand dazukommen möchte, bitte Michaela informieren (info.parkinson-hannover@gmx.de).

Spielegruppe

Die Gruppe trifft sich an wechselnden Tagen / Orten, wer Interesse hat, mitzumachen, informiert bitte Gerda (strecker.parkinson@gmx.de).

Bücherkoffer

Wir haben eine Auswahl von Büchern rund um das Thema Parkinson für unsere Mitglieder zum Ausleihen, die [Liste](#) findet Ihr auf der Website.

Angebote für unsere Mitglieder (Betroffene)

Praxisgruppe Sport der DMSG beim TuS Bothfeld

Spezielle Trainingsformen mit nachweislich neurotropher Wirkungen werden geräteunabhängig in der Gruppe durchgeführt. Mitglieder unserer RG dürfen teilnehmen. Anmeldung zum kostenlosen Schnuppertermin über Michaela (info.parkinson-hannover@gmx.de).

Zumba Gold-Kurs der DMSG beim TuS Bothfeld

Kurs für neurologisch Erkrankte: am 2. Samstag im Monat 11.00 - 12.00 Uhr. In Kooperation mit der DMSG dürfen Mitglieder der RG Hannover teilnehmen. Anmeldung zur kostenlosen Schnupperstunde über Michaela (info.parkinson-hannover@gmx.de).

Angebote für unsere Mitglieder (Angehörige)

Angehörigengruppe

Die Angehörigengruppe - ein Gesprächskreis für unsere Angehörigen-Mitglieder - trifft sich monatlich am letzten Dienstag unter Leitung von Marlies Thuneke-Hartmann. Ein Einstieg ist jederzeit möglich; bitte meldet Euch bei Interesse an bei Birgit (angehoerige.parkinson-hannover@gmx.de).

Wenn das Interesse weiterhin steigt, werden wir einen zweiten Gesprächskreis anbieten.

Termine & Kontakt

09.01.2026	14.00 Uhr im FZH Vahrenwald, OG
13.02.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
13.03.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
11.04.2026	(Samstag!) 11.30 Uhr im Stadtteilzentrum Stöcken, Eichsfelder Str. 101 (Bahn: Linie 5, Haltestelle Stöckener Markt) - Anmeldung erforderlich
08.05.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
12.06.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
10.07.2026	Sommercafé
11.09.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
09.10.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
13.11.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG)
11.12.2026	16.00 Uhr im FZH Vahrenwald, Kleiner Saal (1. OG) - Weihnachtsfeier Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92 (Haltestelle: Dragonerstraße)

Interessenten / Gäste sind uns willkommen; bitte vorher unbedingt Kontakt aufnehmen
(info.parkinson-hannover@gmx.de)

Kontakt:

Regionalgruppe Hannover
info.parkinson-hannover@gmx.de
(gern eine Rückruf-Bitte hinterlassen)

Gruppenleitung: Michaela
info.parkinson-hannover@gmx.de

Tel. 0511 / 388 74 74
mittwochs von 19.30 – 20.30 Uhr

Stellvertreterin: Gerda
strecker.parkinson@gmx.de

Kassenwartin: Raphaela
rbparkinson4@gmail.com

Sprecherin der Angehörigen: Birgit
angehoerige.parkinson-hannover@gmx.de

Website: Birgit und Axel
website.parkinson-hannover@gmx.de

Schrittführerin: Gunhild
gunhild.lauter-aehnelt@web.de

Bankverbindung Regionalgruppe Hannover

Deutsche Parkinson Vereinigung - Bundesverband e.V.
Hannoversche Volksbank - DE56 25190001 0031 1804 00

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. Vorsitzender Holger Naaz