

# Oslo Syd Parkinsonforening v/Leder Renny B. Amundsen

## Aktivitets kalender 2019

### Våre verdier:

Vi skal være en hyggelig møteplass hvor alle medlemmer kan utveksle erfaringer og bli informert. Vi ønsker å fremstå som en aktiv forening ved å kombinere det faglige og sosiale til beste for Parkinsonister med pårørende og øvrig familie/bekjente.

### Medlemsmøte 8. april 2019:

Faglig innslag:

Fysioterapeut Per Ola Wold-Olsen, Unicare Fram AS og aktiv medspiller i ParkinsonNet.Net



Kulturelt ved Karsten Alnæs:

Som journalist og forfatter, er han kjent for sine populære bokserier om Norges og Europas historie. Født i Hønefoss 1938, oppvokst på Kampen. 1985 til 1987 + 1999: formann i Forfatterforeningen. Leder. 1991 kulturredaktør i Dagbladet.



**Sommertur 4.06.2019:** m/andre lokalforeninger i fylkene O & A.

### Mandagsklubben:

Denne aktiviteten får stadig større oppslutning fordi vi kombinerer tilpasset trening, sosial pause med noe å bite i og påfølgende hjerne-trim med Quiz-innslag og til slutt, stemmetrening med logoped:

10:15-11:00 Trim: medisinsk treningsterapi.  
11:15-12:00 Sosialt samvær, mat & drikke  
12:00-13:00 Hjernetraining med Quiz innslag  
13:00-14:00 Stemmetrening med logoped



### Medlemsmøter

Lambertseter Gård 18:00 – 20:30  
16. september og 18. november  
- Tema ikke bestemt

