



NR 1/23 / ÅRGANG 39 / UTGITT AV NORGES PARKINSONFORBUND

# TEMA PARKINSON

REHABILITERING / SIDE 0 4-11

PETTERS STORE KJÆRLIGHET / SIDE 18-23

Filmskaperen ønsket å lage en siste film da han fikk atypisk parkinsonisme. Tema parkinson har møtt kone og filmprodusent Karianne Førland Vennerød som har ferdigstilt Petter Vennerøds «Den siste filmen».





## Side 18–23

### Karianne Førland Vennerød: Petters store kjærlighet

Wam & Vennerød lagde til sammen 14 spillefilmer. Petter Vennerød fikk atypisk parkinsonisme i 2018 og ønsket å lage en siste dokumentar. Etter at Petter gikk bort i 2021 ferdigstilte filmprodusent og kone Karianne Førland Vennerød «Den siste filmen».

## Side 08–11

### Kom raskt i gang med rehabiliteringen

Valnesfjord Helse- og idrettsenter i Fauske kommune tilbyr spesialtilpasset trening for personer med parkinson.



## Side 12–13

### Bildene som endret synet på parkinson

Fotograf Anders M. Leines [60] fikk Parkinsons sykdom for 13 år siden og bestemte seg for å utfordre det rådende bildet av den «parkinsonsyke».

## Side 05–07

### Den viktige rehabiliteringen

Alle som har parkinson kjenner på kroppen hvor viktig det er med et godt rehabiliteringstilbud. Ragnhild Støkket forteller blant annet om betydningen tilgang på kompetente fagpersoner har for en tilpasset parkinson-rehabilitering.



# INNHOOLD

**Side 04** Den viktige rehabiliteringen / **Side 07** Kjenner du noen som fortjener en utmerkelse? / **Side 8** Kom raskt i gang med rehabiliteringen / **Side 12** Bildene som endret synet på parkinson / **Side 14** Nye millioner til forskning / **Side 18** Portrett: Karianne Førland Vennerød / **Side 24** Store forventninger til ny PSP-forskning / **Side 25** Bedriftsmedlem / **Side 26** Takk / **Side 27** Mange bekker små / **Side 34** Foreningsoversikt / **Side 35** Kryssord

#### NORGES PARKINSONFORBUND

Karl Johans gt. 7, 0154 Oslo  
Tlf: 22 00 83 00

parkinson.no  
post@parkinson.no

Kontonummer:  
6116 05 31176  
Org. nr.: 871 278 962

Telefontider:  
Mandag–fredag:  
09:00–14:00



norgesparkinsonforbund



@NorgesParkinson



parkinsonnorway



norgesparkinsonforbund

#### ANSVARLIG REDAKTØR

Britt Inger Skaanes

#### OPPLAG

6 500

Tema parkinson kommer ut kvartalsvis. Neste utgave juni/juli 2023.

Husk å melde fra om adresseendringer, både epost og bosted.

Tips eller saker sendes til:  
Norges Parkinsonforbund  
Karl Johans gate 7  
0154 Oslo

post@parkinson.no

#### FORSIDEFOTO

Karianne Førland Vennerød  
Foto: Anette Bekkelund

Grafisk produksjon:  
LOS Digital AS  
losdigital.no

Design:  
Knowit

#### Lydversjon:

Personer med parkinson kan låne og høre gratis lydversjoner av bøker, tidsskrifter og aviser gjennom Norsk lyd- og blindeskriftsbibliotek (NLB). Her finnes også medlemsbladet Tema parkinson i lydformat.

Hør også våre episoder i podkasten ParkisPodden. QR-koden nedenfor.



## Å leve livet!

Jeg har aldri hørt noen være glade over å få en diagnose som parkinson, men jeg har hørt mange vakre og sterke historier fra mennesker som lever gode liv tross sykdommen.

En av disse sterke historiene kan du nå se og oppleve på kino. Da filmskaperen Petter Vennerød fikk diagnosen PSP, en variant av atypisk parkinsonisme, bestemte han seg for å lage en siste film. Vennerød var gjennom hele sitt liv opptatt av å jobbe for en varmere, mer åpen og bedre verden. Han rakk aldri å ferdigstille filmen, men det gjorde hans kone Karianne. I dette bladet kan du lese et intervju med Karianne, og jeg håper også at du tar deg tid til å se filmen, som har fått svært gode kritikker. Filmens budskap er viktig og noe vi alle bør ta med oss – «du skal leve livet, mens du har det».

Det forskes mye på parkinson, både med mål om å finne en kur og med mål om å skape bedre liv med diagnosen. For 2023 har Norges Parkinsonforbund, sammen med Norges Parkinson Forskningsfond, tildelt ni spennende forskningsprosjekter hele 2,8 millioner kroner. Dette er takket være midler gitt av dere! For første gang har vi tildelt midler til et prosjekt som skal se spesielt på den sjeldne tilstanden PSP, som blant annet Petter Vennerød var rammet av.



#### LEDER

Britt Inger Skaanes  
Generalsekretær

Foto:  
Terje Rakke

I denne utgaven tar vi også opp dette med rehabilitering. Vi erfarer at det kan være viktig for å leve best mulig med parkinson. Norges Parkinsonforbund jobber for at helsemyndighetene sikrer lik tilgang til rehabilitering i spesialisthelsetjenesten for alle med Parkinsons sykdom og atypisk parkinsonisme, uavhengig av helseregion og bosted.

To som nettopp har vært på rehabilitering er Alf og Ole Charles. De har vært tre uker på Valnesfjord Helse- og idrettsenter i Nordland. Vi har snakket med dem om hvilke erfaringer de har gjort seg. Flere ansatte på Valnesfjord er en del av ParkinsonNet, fagnettverket som nå teller over 1500 opplærte fagpersoner. Det er fantastisk!

Systematisk brukermedvirkning er en av grunnpilarene i utvikling og drift av ParkinsonNet. Jeg ønsker å rette en stor takk til alle som har påtatt seg en slik rolle – dere bidrar til at nettverket fortsetter å vokse og til at modellen fungerer slik den er tenkt – med å sikre optimal behandling og best mulig livskvalitet der du bor.

Grip dagen og lev livet!

Britt Inger Skaanes  
Generalsekretær

# GOD PÅSKE

Vi ønsker alle  
våre lesere en  
riktig god påske!

# DEN VIKTIGE REHABILITERINGEN

Evnen til å bevege seg kan bli innskrenket ved Parkinsons sykdom. Begynn derfor med riktig parkinsontrening så tidlig som mulig.



## REHABILITERING

Tekst:  
Sverre Nilsen

Foto:  
Terje Rakke

Ragnhild Støkket,  
seniorrådgiver  
helsefag Norges  
Parkinsonforbund og  
nasjonal fagveileder  
sykepleiere  
ParkinsonNet.

Tilgang på parkinsonkompetente fagpersoner er avgjørende for at personer med Parkinsons sykdom skal få et så godt og tilpasset rehabiliteringstilbud som mulig. Gjennom blant annet ParkinsonNet, flere rehabiliteringssentre og kommunene, står et stort antall dyktige fagpersoner klare til å gi den best mulige tverrfaglige oppfølgingen.

Når du får diagnosen Parkinsons sykdom du gjerne beskjed om to ting: Det ene er at det er viktig å ta medisinene til riktig tid og i riktig dose. Det andre er at det er en rekke ting du selv kan gjøre som kan bremse progresjonen av symptomen. Seniorrådgiver helsefag i Norges Parkinsonforbund Ragnhild Støkket peker på at hovedmålet er å forhindre skrøpelighet.

– Skrøpelighet er rett og slett at man kommer i en tilstand hvor man er mer utsatt for å kunne trenge hjelp fra andre. Ved å gjøre gode, aktive tiltak helt i starten av sykdomsforløpet, kan denne prosessen bremses.

### Tidlig fase

Rådet fra Støkket er å få kontakt med et tverrfaglig nettverk med fagpersoner som kan hjelpe deg gjennom sykdomsforløpet. Det tverrfaglige nettverket bør bestå av fysioterapeut, ergoterapeut, sykepleier, nevrolog, fastlege og logoped. – Når du har fått diagnosen er det viktig å bruke litt tid på å «kjenne på» hva denne sykdommen er. Hvordan påvirker den meg? Hvordan påvirker den familie og omgangskrets? Snakk med nevrologen, fastlegen, sykepleierne rundt deg, slik at du får et godt grep på sykdommen. Kanskje går det an å akseptere at den er der, selv om du selvfølgelig ikke ønsker å ha parkinson med på lasset, påpeker Støkket. Hun understreker at det også er viktig å få medisinene til å fungere i startfasen.

### De gode hjelperne

Etter bearbeiding av sykdommen i tidlig fase er det viktig å igangsette aktive rehabiliteringstiltak. – Evnen til å bevege seg kan bli innskrenket ved Parkinsons sykdom. Begynn derfor med riktig parkinsontrening så tidlig som mulig. Noen foretrekker å få en intensiv tilpasset opplæring og trening, som blant

annet gis ved et rehabiliteringssenter med 2–4 ukers opphold. Der er det fysioterapeuter, ergoterapeuter, sykepleiere og gjerne leger tilknyttet, sier Støkket. Her vil de ulike fagpersonene jobbe sammen med brukeren for å skape gode rammer for treningen og aktivitetene. Du vil få med deg et treningsopplegg hjem fra rehabiliteringssenteret.

Mange kommuner har også gode rehabiliteringstilbud. Synes du et rehabiliteringsopplegg blir for intensivt kan du f.eks. starte med en parkinsonkompetent fysioterapeut som arbeider i din kommune. På parkinsonnet.no finnes en oversikt over et stort antall fysioterapeuter som har fått spesialutdannelse gjennom ParkinsonNet. – Da vet du at fysioterapeuten du kommer til har kunnskap og erfaring med Parkinsons sykdom og vil veilede deg rett på veien, understreker Støkket.

For noen så holder det kanskje å bare ha én oppstarttime for å komme i gang, mens andre må følges av fysioterapeuten over tid for å kunne igangsette egentrening. – Det er viktig med en aktiv egenrolle, for uansett om du er på et rehabiliteringssenter, eller går til fysioterapeut lokalt, så dekker ikke disse timene hele rehabiliteringsbehovet.

Mange fylkes- og lokalforeninger har gode tilbud som f.eks. stavganggrupper, dans, boksetrening, bordtennis, PWR (forskningsbasert trenings- og velværeprogram), LSVT (intensiv trening for kropp eller stemme), og andre aktiviteter du kan delta på. Se parkinson.no for mer info.

Ved Parkinsons sykdom kan stemmen bli lav og utydelig, svelgefunksjonen svekkes og noen kan også oppleve sikling. En logoped kan bidra til å opprettholde stemme og tale.



– Det er viktig å komme i gang med logopedi-  
trening så tidlig som mulig. Det er anbefalt  
å trene med et strukturert treningsopplegg  
som LSVT LOUD (stemmetreningsmetode),  
som noen logopeder har spesialutdannelse i.  
Logopedene som er med i ParkinsonNet har  
fått god kunnskap om det å trene noen med  
Parkinsons sykdom, forteller Støkket. Etter  
intensiv trening med logoped gjennom fire  
uker i kombinasjon med egentrening, er rådet  
å fortsette med trening hjemme i 20 minutter  
daglig for å kunne opprettholde stemme og  
kommunikasjon.

#### Fagpersonene rundt deg

Ergoterapeuten har en sentral funksjon i for-  
hold til å se på hvordan du totalt sett fungerer  
i hverdagen. Blant annet det med å forebygge  
stress. – Mange som får parkinson opplever  
at energien ikke strekker til. Da kan ergoterapeu-  
ten se på hvordan du kan få utført de opp-  
gavene som er viktig for deg, og hvilke grep  
du kan gjøre for å kunne klare det, forklarer  
Støkket. Ved apati kan ergoterapeuten være  
med å lage en strukturert tidsplan som gjør at  
de aktivitetene som må gjennomføres, faktisk  
blir gjennomført. Ergoterapeuten kan også se  
på gode løsninger knyttet til redusert hukom-  
melse og struktur på avtaler og gjøremål.  
Ergoterapeuten jobber veldig ofte kommunalt,  
eller ved et rehabiliteringssenter. Ergoterapi  
er en gratis tjeneste. – Mange forbinder nok  
ergoterapeuter med fremskaffelse av hjelpe-  
midler. Det kan de naturligvis også bidra med,  
men det er egentlig alle de andre funksjonene  
og støtteområdene for deg som er hovedopp-  
gavene, understreker Støkket.

Sykepleierne i ParkinsonNet og innenfor reha-  
biliteringsfeltet jobber aktivt for å hjelpe deg  
med å håndtere sykdommen din best mulig.  
– Gi gode tips og råd om medisinbehandling,  
informasjon om symptombehandling og råd  
om hvordan fagprofesjoner kan kombineres  
for at du skal få best mulig oppfølging. Syke-  
pleieren er rett og slett en person som ofte  
kan gå veien litt sammen med deg og veilede.

For best mulig rehabiliteringseffekt vil en  
rekke fagpersoner rundt deg jobbe tett  
sammen, slik at nevrologen skal være best  
mulig i stand til å administrere behandling  
og oppfølging. – I tillegg har vi satellitter som  
kobles på ved behov. Det kan være sosio-  
mer, familieterapeuter, ernæringsfysiologer

eller psykiatrisk sykepleier. Sammenkobling  
av alle disse profesjonene vil gi et godt reha-  
biliteringstilbud og en tilpasset oppfølging, sier  
Støkket.

Se [parkinson.no](http://parkinson.no) for utfyllende beskrivelser av  
de ulike fagpersonenes roller, rehabilitering i  
kommunene og oversikt over rehabiliterings-  
sentre.

❗ Mange fylkes- og lokal-  
foreninger har gode tilbud som  
f.eks. stavganggrupper, dans,  
boksetrening og bordtennis.



## STÅR SAMMEN OM HJERNEHELSE

Norges Parkinsonforbund arbeider interessepolitisk  
med rehabiliteringsutfordringene for å sikre med-  
lemmene det beste innen helsetilbudene, både på  
egenhånd og i samarbeid med andre organisasjoner.  
Det gjør vi ved å delta i høringer, gi innspill til hørings-  
uttalelser, ha møter med politikere og delta i nettverk  
for rehabilitering. Her fra Stortingets høringer i fjor høst.  
Fra venstre: Magne Wang Fredriksen – generalsekre-  
tær MS-forbundet, Sissel Haavaag – generalsekretær  
Epilepsiforbundet, Eva Buschmann – generalsekretær  
CP-foreningen, Britt Inger Skaanes – generalsekretær  
Norges Parkinsonforbund og Henrik Peersen – general-  
sekretær Hjernerådet. Foto: Christine Kristoffersen/  
Hjernerådet

## Prisutdelinger 2023

# KJENNER DU NOEN SOM FORTJENER EN UTMERKELSE?

Også i år deler forbundsstyret ut to priser. Som  
medlem er du velkommen til å foreslå navn på  
kandidater til Norges Parkinsonforbunds ildsjelpris  
og Årets forening i Norges Parkinsonforbund.



### Norges Parkinsonforbunds ildsjelpris

Prisen skal gå til en person som yter en frivillig  
innsats utover det vanlige for Norges Parkin-  
sonforbund. Kun medlemmer i forbundet kan  
vinne prisen. Vedkommende skal målbære  
Norges Parkinsonforbunds verdier: varme,  
håp, optimisme, medmenneskelighet i praksis  
og være et forbilde og en inspirasjon for andre.  
Årets ildsjel skal ha gjort en ekstraordinær  
innsats overfor andre mennesker. Årets ildsjel  
må kunne defineres innenfor begrepet ildsjel:  
«en person som er fylt av brennende iver og  
begeistring». Alle medlemmer og juryen selv  
kan, med skriftlig begrunnelse, nominere  
kandidater.

### Årets forening i Norges Parkinsonforbund

Prisen skal gå til en fylkes- eller lokalforening  
i Norges Parkinsonforbund som har utmerket  
seg det siste året eller over lengre tid. Hva som  
karakteriseres som «å utmerke seg» er det opp  
til forslagsstillerne å begrunne. Det kan for  
eksempel handle om hvilke typer aktiviteter  
som foregår, betydningen møteplassen har for  
enkeltmenneskene som deltar, noe foreningen  
har fått til som er litt utenom det vanlige, eller  
annet. Foreningen skal være et godt forbilde  
for og inspirere andre foreninger. Frivillig  
innsats og medlemsvekst vil vektlegges. Alle  
medlemmer og juryen selv kan, med skriftlig  
begrunnelse, nominere kandidater.

Forbundsstyret i Norges  
Parkinsonforbund er  
jury for prisene. Her  
er styret og ledelsen  
i forbundet samlet i  
Sandefjord.

#### Generelle kriterier

Prisene deles ut til et medlem  
av Norges Parkinsonforbund og  
til en fylkes- eller lokalforening.

Begge priser er på kr. 10.000

Vinneren av ildsjel-prisen  
får donere 10.000 kroner til  
parkinsonformål.

#### Forslagene må inneholde

- Hvilken pris det nomineres til
- Navn og kontaktopplysning  
er til dem man foreslår som  
prisvinner
- Begrunnelse for forslagene
- Ditt navn og kontakt-  
opplysninger

Forbundsstyret i Norges  
Parkinsonforbund er jury  
for prisene.

Frist for å sende inn forslag  
er 30. juni 2023, og sendes via  
e-post til [post@parkinson.no](mailto:post@parkinson.no)





Ole Charles Nordheim (til høyre) og Alf Hansen gjentar bevegelsene til spesialfysioterapeut Elin Jespersen. Denne øvelsen er en av flere som kursdeltakerne lærer.

# KOM RASKT I GANG MED REHABILITERINGEN

Innerst i dalen i Valnesfjord i Fauske kommune ligger Valnesfjord Helsesportssenter. På denne regnfulle onsdagen i februar sitter Alf fra Harstad og Ole Charles fra Andøya med stakk på nakken. De beveger seg og følger veiledningen til spesialfysioterapeut Elin. De deltar i et tilpasset opplegg for folk med parkinson.

## Var for frisk – fikk først avslag

**Alf Hansen** kommer fra Harstad og fikk diagnosen for 12 år siden.

– Jeg fikk beskjed om at jeg hadde parkinson rett etter at jeg gikk av med pensjon. Etter tjue år som administrerende direktør fikk jeg dette som en tilleggspensjon, sier han spøkefullt.

## REHABILITERING

Tekst og foto:  
Hogne Bø Pettersen



– Jeg ante ikke hva parkinson var da nevrologen fortalte meg om det. Jeg spurte om jeg kom til å dø av det, men da svarte han at du dør ikke av det, men med det.

Alf sin første tanke var: Hva kan jeg gjøre selv for å bedre situasjonen? Han har alltid trent og vært fysisk aktiv, og det kom godt med nå. Han hadde hørt gode skussmål om opplegget ved Valnesfjord og søkte seg dit.

– Men første gangen jeg søkte fikk jeg avslag, med informasjon om at jeg var for frisk til å reise hit.

Først slo han seg til ro med det, men søkte på nytt og kom inn.

**Ole Charles Nordheim** fra Åse på Andøya fikk diagnosen for bare et og et halvt år siden. – Min far hadde også parkinson, likevel fikk jeg et lite sjokk da jeg fikk diagnosen.

Valnesfjord Helse- sportssenter i Fauske kommune tilbyr spesial- tilpasset parkinson- trening. Flere ansatte er en del av ParkinsonNet.



Han tok seg en lang fjelltur og grublet på hva han skulle gjøre.

– Jeg bestemte meg for å være åpen om diagnosen, og det gjorde situasjonen mye lettere. Det å få komme hit er noe av det beste som kunne skjedd.

Det beste Alf og Ole Charles har lært her i Valnesfjord er bevegelsestrening.

– Parkinson gjør deg stiv og støl, men tøyøvelsene vi har gjort her skulle jeg ønske jeg hadde lært mye tidligere, sier Alf.

– Jeg er enig, sier Ole Charles, og legger til: – Treningsopplegget og veiledningen om hvordan vi kan opprettholde treningen når vi kommer hjem, har vært helt super. Begge sier at de føler de har fått bedre bevegelse i kroppen.

Å møte andre på oppholdet som også har parkinson har vært veldig givende.

– Vi får snakket med andre som går gjennom det samme, og det hjelper veldig på, sier Alf.

## Kontinuerlig prosess

**Elin Jespersen** sier at de tre ukene på senteret er en del av en kontinuerlig prosess.

– Alf og Ole Charles må fortsette treningen når de kommer hjem. De kan også søke om å komme tilbake hit, og det oppfordrer vi til. Dette er en ren parkinsongruppe, men de kan også søke om å komme på generelle opphold. Fordelen med denne gruppen er at de får et spesialtilpasset opplegg for mennesker med



Alf Hansen med treningsball. Dette var en type øvelser han ikke visste om før han kom til senteret.

parkinson. I tillegg møter de andre i samme situasjon og får bygget nettverk.

## Må argumentere godt

Valnesfjord Helsesportssenter har jobbet med dette i omtrent ti år, forteller spesialergoterapeut **Heidi Kosmo**.

– Det finnes lignende tilbud i hele Norge. De som ønsker rehabiliteringsplass må ta kontakt med fastlegen eller helsepersonell som kan søke om plass for den enkelte.

Det er dessverre en del som opplever at Regional vurderingsenhet (RVE) avslår i første runde, akkurat slik som Alf opplevde. – Da er det viktig at fastlegen, eller den som søker, argumenterer godt for at det er viktig å komme inn på rehabiliteringsopphold så tidlig som mulig, forteller Elin.

## 4 x 4 intervalltrening

Elin tar oss gjennom en typisk dag under oppholdet i Valnesfjord.

– Etter frokost møtes vi til samling og går gjennom dagens program. Deretter gjør vi ulike øvelser, både for stemmen og for kroppen. Så gjør vi det som vi kaller antiparkinson-øvelser. I tillegg bruker vi stemmen og synger, for å opprettholde stemmevolum.

Øvelsene varierer fra dag til dag. Noen dager kan starte med en utholdenhetsøkt.

– Vi har tredemøller, sykler og ellipsemaskin. Vi kjører fire ganger fire intervalltrening på de





## NASJONALT PARKINSONNET

Flere ansatte som jobber på Valnesfjord er en del av den landsdekkende helsemodellen ParkinsonNet. Det betyr at fysioterapeuter, sykepleiere, ergoterapeuter og logopeder får systematisk opplæring og er med i et tverrfaglig nettverk.

Så langt er om lag 1500 fagpersoner med i nettverket i Norge.

I løpet av første halvår 2023 blir det arrangert nye grunnkurs for fagpersoner i Østfold, Vestland, Stor-Oslo og Troms og Finnmark. Brukermedvirkere er med som en viktig del av utviklingen.

Se [parkinsonnet.no](http://parkinsonnet.no) for oversikt over fagpersoner som er med i nettverket, kursoversikt og mer informasjon.



Pause: Ole Charles Nordheim (til høyre) og Alf Hanssen tar en pause i treningen. Spesialfysioterapeut Elin Jespersen (til venstre) og spesialergoterapeut Heidi Kosmo instruerer i treningen som er en del av behandlingsopplegget.

ulike maskinene. Deretter kan vi kjøre bevegelighetsøker med store og vide bevegelser inkludert mye strekk og rotasjoner.

Programmet inneholder også undervisning. Vi samarbeider med eksterne foredragsholdere.

– I dag hadde vi for eksempel besøk av en klinisk ernæringsfysiolog. I tillegg har vi undervisning med logoped og parkinson-sykepleier.

### Slår litt på hverandre

Utflukter står også på programmet.

– Sist fredag var vi på besøk hos Bodø Bokseklubb. Det var en super opplevelse, sier Alf.

Heidi sier at boksing gjør at man får trent på de eksplosive bevegelsene.

– De fikk mange gode tips om hvordan de kan bruke boksetrening i sitt opplegg når de kommer hjem igjen.

Eller som Alf sier, smilende:

– Vi kunne slå litt på hverandre og fått ut litt frustrasjon.

Erfaringen var så bra at Valnesfjord vurderer om de skal la dette bli en del av programmet, og at de kan kjøre boksetreningen i egne lokaler.

### Vil ha med pårørende

Tilbakemeldingene fra de som deltar på treningsopplegget er veldig bra, også fra Alf og Ole Charles.

– Det er en fin gjeng som styrer dette. De lager en veldig avslappet og fin atmosfære for oss.

Flere ansatte ved Valnesfjord Helseports-senter er med i ParkinsonNet. De er med på kurs og fagutveksling mellom fagpersoner er en del av programmet. I tillegg mener Elin at de selv lærer mye ved å ha rene parkinson-grupper.

– Mennesker med parkinson er forskjellige når det kommer til alder, fysisk form, symptomer og utviklingen av sykdommen. Vi har erfart at det er en takknemlig gruppe å jobbe med. De fleste er veldig motiverte når de kommer.

Heidi vil også dra fram de pårørende.

– Når noen får parkinson, berører det mange rundt personen. Vi ønsker å invitere pårørende på slutten av oppholdet. De har ofte mange spørsmål, og da kan vi gi dem informasjon og veiledning.

Tilbudet kan variere fra kommune til kommune, har Elin erfart.

– Hos Alf i Harstad, har de både gode tilbud og en parkinsonforening som fungerer. Men vi ser at oppfølgingen, både når det gjelder

## FAKTA: Valnesfjord Helseportssenter

- Privat, non-profit og ideell stiftelse etablert i 1982
- Tilbud innen spesialisert rehabilitering for personer i alle aldre
- ca. 100 ansatte og nærmere 900 pasienter hvert år, 92 døgnplasser
- Ligger i naturskjønne omgivelser ved inngangsporten til Sjunghatten nasjonalpark i Valnesfjord, ca. 30 km utenfor Fauske sentrum
- Muligheter for fjellturer, vannsportsaktiviteter og ski om vinteren
- Aktivitets- og treningslokaler, og svømmeanlegg med varmtvannsbasseng



Ole Charles Nordheim med styrkeøvelser som er gunstig for mennesker med parkinson, spesialfysioterapeut Elin Jespersen instruerer og oppmuntrer.

medisiner og trening, varierer etter hvor folk bor. Vi er behjelpelige med å opprette kontakt med helsepersonell som kan bli en ressurs for personen det gjelder.

Ole Charles kjenner seg igjen.

– For meg er det 12 mil til nærmeste tilbud, som er på Stokmarknes.

### Ski og truger

Selv om det regner vannrett denne dagen Tema parkinson er på besøk, har det også vært noen finverdager under Alf og Ole Charles sitt opphold.

– Senteret har en unik beliggenhet, sier Alf.

– Vi har hatt aktiviteter ute og grillet. Jeg fikk meg også en skitur, noe jeg ikke har vært på noen år. Andre gikk på truger. Det er masse utstyr her som du kan låne.

– Ja, fasilitetene er bra, både utendørs og innendørs, uansett årstid, sier Elin.

– I tillegg er det mye god mat, skyter Alf inn.

Trivsel rundt måltidet og kostholdsveiledning er en viktig del av opplegget.

– Å gå ut og tenne bål er et eksempel på at de også har fokus på mestringsaktiviteter, sier Heidi.

De hugger ved, fyrer bål og bøyer og strekker. I tillegg får de gjort aktiviteter som å klatre

i klatrevegg, bueskyting, bassengtrening og andre øvelser som har disse antiparkinson-bevegelsene. Ofte finner de aktiviteter som de aldri har tenkt på før, som de kan gjøre når de kommer hjem.

### Kom hit tidlig

Etter å ha vært gjennom to av de tre ukene programmet i Valnesfjord varer, er Alf og Ole Charles enige om én ting:

– De fleste burde få komme hit umiddelbart når de får diagnosen. Du får tips om hvordan du bør legge opp treningen og ellers mange tips som gjør det mye lettere å leve med parkinson. Jo tidligere du lærer dette, jo bedre ville det være. Det ville gi en stor helsegevinst, både for den enkelte, og for samfunnet.

## LANDSDEKKENDE TILBUD

Det finnes mange gode rehabiliteringssteder i Norge. Les mer om rehabilitering på våre hjemmesider, [parkinson.no](http://parkinson.no).

Ta kontakt med fastlegen, nevrologen eller helsepersonell som søker om plass for deg.





Dette store gruppe-bildet fikk størst gjennomslag i prosjekt «Dette er parkinson» for snart 10 år siden. Det britiske nettstedet «Parkinson's Life» mente at bildene i utstillingen kunne komme til å forandre bildet av Parkinsons sykdom for alltid.

# BILDENE SOM ENDRET SYNET PÅ PARKINSON



Anders kom i kontakt med mange mennesker i forbindelse med bildene. Blant annet med Maryum Ali (t.h.), datter av Muhammad Ali, som mente at «alle burde se utstillingen» da hun besøkte World Parkinson Congress i Oregon i USA.



Da fotograf Anders M. Leines [60] fikk Parkinsons sykdom for 13 år siden, steg han inn i en virkelighet han ikke kjente seg igjen i. Med det bestemte han seg for å utfordre det rådende bildet av den «parkinsonsyke». «Dette er parkinson» skulle vise seg å forandre parkinsonsaken på flere måter, både i inn- og utland. Nå, snart 10 år etter, ønsker Anders å lage en oppfølger.

«Dette er parkinson» gikk kort fortalt ut på å intervju og ta bilder av helt vanlige mennesker med parkinson. Dette ble til en fotoutstilling som gjorde inntrykk både i forbundet, i fagmiljøer og blant politikere, og skapte internasjonal oppmerksomhet.

## 10 år etter

Anders ønsker nå å følge opp deltakerne og vurdere om tiden er inne for et nytt større film- og fotoprojekt, nå med et virkelighets-bilde av livet med parkinson etter ti år. Tema parkinson har snakket med Anders om hva han tenker.

– I «Dette er parkinson» ville jeg nyansere bildet av den skjelvende gamle mannen på en måte som kunne gagne parkinsonsaken. Jeg valgte å satse på unge mennesker med diagnosen, det som på engelsk kalles Young Onset Parkinsons Disease (YOPD). Responsen var overveldende. I prosjektet ble sykdommen presentert av folk som faktisk kjente den på kroppen, og de var både ressurssterke og morsomme, forteller han.

## Internasjonal oppmerksomhet

Historiene handlet om karriere, barn og planer for fremtiden. Og om håp. Utstillingen med de 17 unge menneskene med sykdommen hadde premiere på forbundets 30-års jubileum og turnerte deretter i flere år, først i Norge før USA og andre land. Den besøkte alt fra kjøpesentre på Færøyene til EU-Parlamentet i Brussel. Bildene ble trykket i aviser og tidsskrifter, og lignende prosjekter ble gjennomført i andre land, dog ikke i så stor grad som Anders hadde håpet.

For eksempel fortalte en representant for parkinsonpasientarbeidet i Spania at de ikke hadde verken kjendiser eller vanlige folk som ville stå fram med parkinson.

Fotograf Anders M. Leines, tatt av fotografen selv. Nå håper han igjen å kunne skape økt oppmerksomhet om parkinsonsaken med et eventuelt nytt prosjekt.



## PROSJEKT

Tekst:  
Anders M. Leines/  
Anette Bekkelund

Foto:  
Anders M. Leines



Da Anders fikk parkinson for 13 år siden, var blant annet denne illustrasjonen brukt i flere sammenhenger. En gammel skjelvende mann, et bilde Anders ikke kjente seg igjen i som ung mann i 40-årene.

– Da trenger dere virkelig et prosjekt som dette, svarte jeg. Stigmatisering av syke er det alt for mye av her i verden. Vi skal ikke skamme oss. Vi bør heller ta mer plass enn mindre. Jeg har nylig intervjuet alle deltakerne på nytt og da spurte jeg dem om hva de i ettertid tenker om sin deltakelse. Det viser seg at alle er glade og stolte over at de stilte opp på dette. De følte seg ikke lenger så alene. Det var gøy, det ga selvtillit, og de ble mer aktive i parkinsonmiljøet, forteller Anders.

## Gode tilbakemeldinger

«Uten disse bildene og kraften som disse pasientene representerer så hadde vi ikke stått her i dag», sa tidligere generalsekretær Magne Wang Fredriksen den dagen «ParkinsonNet» formelt startet i Norge. «Bildet av den skjelvende gamle mannen blir her sveipt bort slik at vi kan se med nye øyne på sykdommen og mulighetene vi har for å gjøre livet bedre for dem som rammes av nevrodegenerativ sykdom generelt», sa Dr. Audun Myskja.

– Det gjorde meg glad å høre sånt. Kanskje det fineste noen sa til meg var «da jeg så disse menneskene på bildet ble det rett og slett litt lettere å ha parkinson». På samme måte som bilder kan bidra til å skape negative stereotypier, kan de bidra til å motvirke dem, forteller Anders som nå ønsker å skape ny og økt oppmerksomhet om parkinson.

## Ønsker ny oppmerksomhet

Hvordan går det egentlig med deltakerne som var med i prosjektet og hvordan er deres hverdag nå, snart 10 år etter? Dette ønsker fotograf Anders M. Leines å vise fram i et eventuelt nytt prosjekt dersom finansieringen går i orden. Han har snakket med dem, og ser hvor forskjellig utviklingen kan være. For noen har det gått bedre enn fryktet, for andre har det oppstått nye utfordringer.

# NYE MILLIONER TIL FORSKNING

Norges Parkinsonforbund og Norges Parkinson  
Forskningsfond har tildelt ni spennende  
forskningsprosjekter hele 2,8 millioner kroner  
i støtte for 2023:

## Christian Dölle

Haukeland universitetssjukehus

**Tildelt kroner 250.000,-**

NAD-Brain - En farmakokinetisk studie av hjerne-NAD-påfyllingsterapi for Parkinsons sykdom.

## Jodi Maple Grødem/ Johannes Lange

NKB, Stavanger universitetssjukehus

**Tildelt kroner 450.000,-**

Optimalisering og videreutvikling av diagnostisk test for Parkinsons sykdom.

## Inger Marie Skogseid

Oslo universitetssykehus

**Tildelt kroner 750.000,-**

Dyp hjernestimulering for tremor. En prospektiv, åpen forlengelsesstudie av langtidseffekter og livskvalitet etter 2–9 års behandling.

## Kari Espolin Fladmark

Universitetet i Bergen

**Tildelt kroner 49.000,-**

Glia-avhengig nevronal beskyttelse i en retina-modell av Parkinsons sykdom.

## Camilla Christina Pedersen

NKB, Stavanger universitetssjukehus

**Tildelt kroner 98.500,-**

Alfa-synuklein som en biomarkør for Parkinsons sykdom.

## Eldbjørg Fiske

NKB, Stavanger universitetssjukehus

**Tildelt kroner 185.375,-**

Forbedret mulighet for forskningsdelaktelse for personer med Parkinsons sykdom: bruk av Norsk Parkinsonregister og Biobank til innovasjonsforskning.

## Veslemøy Hamre Frantzen

NKB, Stavanger universitetssjukehus

**Tildelt kroner 197.900,-**

PRO-LBD-studien: I prosjektet vil det bli forsket på Lewy legeme sykdom (LBD), hvor kunnskapen om de tidlige sykdomsmekanismene er mangelfull.

## Charalampos Tzoulis

Haukeland universitetssjukehus

**Tildelt kroner 500.000,-**

NO-PSP-studien: En randomisert fase 2-studie knyttet til Progressiv supranukleær parese (PSP).

## Lasse Pihlstrøm

Oslo universitetssykehus

**Tildelt kroner 350.000,-**

Molekylære studier av Multisystem atrofi (MSA) i en norsk kohort.

## FORSKNINGSMIDLER

Tekst:  
Sverre Nilsen

Foto:  
Sverre Nilsen



Takk til alle givere som har gjort dette mulig! Fra venstre: Forbundsleder Trygve Andersen, professor Charalampos «Haris» Tzoulis, generalsekretær Britt Inger Skaanes og styreleder Knut-Johan Onarheim i Norges Parkinson Forskningsfond.

## Imponerende givervilje

– Det er takket være alle dere givere og bidragsytere at forbundet og fondet årlig kan støtte norsk parkinsonforskning med betydelige midler, sier forbundsleder Trygve Andersen. Han er imponert over giverviljen og engasjementet rundt forskningen. – Det skjer mye spennende på forskningsfeltet for tiden, og jeg har stor tro på at de ni prosjektene som mottar midler for 2023 vil være viktige brikker i det store puslespillet parkinson og parkinsonisme jo er, understreker Andersen. Han peker på viktigheten av at forbundet er en aktiv pådriver for økt forskning.

– Ett av de tydeligste budskapene fra våre medlemmer er nettopp håpet om at forskningen skal gi svar. Jeg har stor tro på samarbeid og dialog mellom forskningsmiljøer, fagmiljøer og alle dere som lever med disse sykdommene. Vi må aldri glemme at forskningen faktisk til syvende og sist gjelder hver og en av deres livskvalitet og fremtid. Derfor vil forbundet være en god samarbeidspartner med forskningsmiljøene, samtidig som vi skal utfordre forskerne til å gjøre enda mer.

## Stort forskningsengasjement

Styreleder Knut-Johan Onarheim i Norges Parkinson Forskningsfond sier det er svært gledelig at summen fondet og forbundet kan tildele til norsk parkinsonforskning jevnt og trutt har økt de siste årene, og nå ligger på rundt 3 millioner kroner årlig. – Tusen takk til alle dere som bidrar til at vi kan dele ut alle

disse midlene. Forskning er en stor og viktig oppgave og bidragene utgjør virkelig en forskjell. Vi må sammen ha troen på at mange små skritt som tas over tid, vil gi enda bedre behandlingsmuligheter og til slutt det ultimate målet - en kur, understreker Onarheim.

Senere i år vil det bli et offisielt tildelingsarrangement knyttet til utdelingen av fondsmidler til forskningsprosjekter for 2023, hvor forskerne vil fortelle mer om sine prosjekter.

## FAKTA

Norges Parkinson Forskningsfond er en selvstendig stiftelse som arbeider for å stimulere og støtte forskning på Parkinsons sykdom, parkinsonisme og andre neurologisk betingede bevegelsesforstyrrelser.

Hvert år gjør fondet, sammen med Norges Parkinsonforbund, en felles tildeling til forskning. Fondet gjør sin tildeling fra fondskapitalen, og forbundet gjør sin tildeling fra innsamlede midler.

Den totale summen fra de to organisasjonene til sammen, lyses ut tilgjengelig for forskning på parkinson én gang i året.



NORGES PARKINSON FORSKNINGSFOND





Christian Dölle har stor tro på NAD-studien som han og hans forskerkollegaer i Bergen nå skal gjennomføre.  
Foto: Eivind Senneset

## STORE FORVENTNINGER TIL NAD-STUDIEN

Forsker Christian Dölle ved Haukeland universitetssjukehus er stolt og glad over å ha fått 250 000 kroner i støtte til sitt forskningsprosjekt på NAD. – Jeg setter stor pris på denne tildelingen. Støtten fra forbundet og fondet er helt avgjørende for at vi kan gjennomføre dette forskningsprosjektet.

Han forteller at et økende antall forskningsresultater antyder at en økning eller gjenoppretting av nivåer av stoffet Nikotinamid adenin dinukleotid (NAD) i kroppen kan gi en fordel i aldringsprosessen generelt og for nevrodegenerative sykdommer som parkinson.

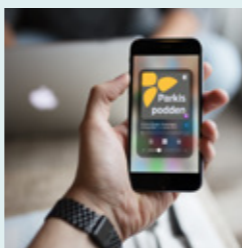
– NAD er essensielt for alt liv som vi kjenner til, og har mange viktige funksjoner i cellene våre, for eksempel i energistoffskifte, signalomforming, eller forsvar mot skader i arvematerialet vårt. NAD-nivåer i kroppen kan økes ved tilførsel av forskjellige former for vitamin B3, som er NAD-forløpere, sier Dölle. Han peker på at typiske eksempler av slike NAD-forløpere er nikotinamid ribosid (NR) og nikotinamid mononukleotid (NMN). Mens noen av disse allerede testes i kliniske studier, vet vi fremdeles ikke hvor mye av

disse NAD-forløperne man bør spise, eller hvor ofte man bør ta de i løpet av et døgn for å opprettholde et høyt NAD-nivå i både blodet og hjernen gjennom hele døgnet.

– NAD-Brain studien skal hjelpe oss å svare på disse spørsmålene. Vi vil måle hvor mye og hvor fort NAD øker i blodet og hjernen og hvor lenge denne økningen varer, etter inntak av NAD-forløpere i 8 dager. Dette vil bli gjennomført ved hjelp av metabolitt-analyser i blodprøver, og MR-undersøkelser for NAD-nivå i hjernen. Vi tror at dette kan hjelpe oss til å finne den beste dosering av vitamin B3. Denne kunnskapen kan bidra til å komme nærmere en behandling for Parkinsons sykdom og eventuelt andre hjernesykdommer, forteller Dölle.

### Parkispodden

Hør 8 podkaster om Parkinsons sykdom og forskning på [parkinson.no/parkispodden](http://parkinson.no/parkispodden)



## Digital kognitiv atferdsterapi for depresjon ved Parkinsons sykdom

ePark studien

Flere personer med Parkinsons sykdom opplever vansker med depresjon. Kognitiv atferdsterapi, en samtaleterapi, kan være effektiv for disse vanskene.

Vi ved Nasjonal kompetansetjeneste for bevegelsesforstyrrelser ønsker å rekruttere personer med Parkinsons sykdom og depresjon til en klinisk behandlingsstudie. Målet med studien er å undersøke om kognitiv atferdsterapi gitt over video har effekt på psykiske vansker hos folk med Parkinsons sykdom.

Studien gjøres delvis over internett og **du kan bo hvor som helst i landet**. Prosjektet går over 42 uker, og innebærer å delta på flere kartlegginger, samt å motta 10 timer med kognitiv atferdsterapi gitt av en behandler over video.

Din deltakelse er frivillig, og du vil stå fritt til å trekke deg når som helst.

**Dersom du ønsker å delta i ePark studien, gå inn på følgende nettside:**

[www.eparkstudien.no](http://www.eparkstudien.no)

**Eller ta bilde av denne QR-koden med telefonen:**



Har du Parkinsons sykdom?

Har du vansker med depresjon?

Ønsker du å bidra til forskning på behandling av depresjon ved Parkinsons sykdom?

Du kan bo hvor som helst i landet!

**Prosjektansvarlig:**

**ALEKSANDER H. ERGA**

post.doc. ved Nasjonal kompetansetjeneste for bevegelsesforstyrrelser (NKB), Stavanger universitetssjukehus



# PETTERS STORE KJÆRLIGHET

Filmskaperne Wam & Vennerød er legendariske. De lagde til sammen 14 spillefilmer i perioden 1976–1995. Da Petter Vennerød fikk atypisk parkinsonisme i 2018, ønsket han å lage en siste dokumentar mens han enda hadde mulighet.

Petter gikk bort i 2021. Nå har filmprodusent og kona Karianne Førland Vennerød ferdigstilt «Den siste filmen».

## PORTRETT

Tekst:  
Anette Bekkelund

Foto:  
Anette Bekkelund

Det er travle dager for Karianne når vi møter henne kort tid før premieren. Hun kommer rett fra et intervju i radioprogrammet Holms i NRK P1+. De har snakket om Petters store kjærlighet til livet, til henne og til filmen. Meningen var at de skulle lage og slutføre dokumentarfilmen sammen, men dessverre måtte Karianne fullføre prosjektet uten hovedrolleinnehaveren selv.

«Den siste filmen» hadde premiere 24. februar 2023 med visninger på kinoer flere steder i landet. Slik beskriver distributøren filmen:

*«Sykdommen snur brått timeglasset for filmskaper Petter Vennerød. Han vil ta oss med på en siste filmreise, men det haster. Sykdommen i hjernen har det travelt, og Petter har begrenset med tid før ord og tanker forsvinner. «Den siste filmen» handler om fortellerkraftens frihet og det fengsel som skapes når man ikke lengre kjenner stemmen sin. Dette er Petter Vennerøds siste film, fortalt fra de siste årene da han blir mer og mer påvirket av parkinson.»*

### Utskjelt og beundret

I løpet av karrieren ble Wam & Vennerød både utskjelt og beundret for sine filmer. De tok opp temaer og viste frem miljøer som

ble oppfattet som kontroversielle og provoserende av noen, mens de ble bejublet for sin modighet av andre. Det stormet til tider rundt dem, men Svend Wam og Petter Vennerød sto stødig med beina godt plantet på jorda. Deres prosjekt var å vise frem virkeligheten slik den kunne arte seg under samfunnets polerte overflate, utenfor A4-boksen. De jobbet hardt og ufortrødent med det de genuint trodde på, med flere millioner solgte kinobilletter som resultat. Av deres mest kjente filmer kan nevnes Lasse & Geir, Adjø solidaritet, Drømmeslottet og Bryllupsfesten.

### Født i feil kropp

Karianne har selv hatt en spennende yrkeskarriere og jobbet med film og dokumentarer i mange år. Petter og Karianne har også jobbet sammen med flere film- og dokumentar-

prosjekter, blant annet idé og regi til «Født i feil kropp», som ble vist på TV2 i 2014. En serie de mottok Gullruten for.

### Æres-Amanda

Begge foreldrene til Petter jobbet med film, men det var ingen selvfølge at dette skulle bli Petter sin vei. Han begynte å studere juss i sin tid, men så ble han som vi alle vet, en nytenkende og kreativ filmskaper og skuespiller. Petter Vennerød og Svend Wam sin årelange innsats innen norsk film ble etter hvert høyt verdsatt og belønnet med flere priser og utmerkelse. Petter ble tildelt blant annet æres-Amanda i 2019. Da hadde sykdommen begynt å prege helsen hans. Han tok selv imot Amanda-statuetten og velfortjent anerkjennelse for sin banebrytende 50 år lange innsats innen norsk film.

### De første tegnene

Petter Vennerød fikk den sjeldne diagnosen PSP – Progressiv supranukleær parese – i 2018. Han gikk bort i september 2021, noen få dager før han fylte 73 år. Da hadde han og Karianne vært kjærester og ektepar i godt over 30 år.

Karianne forteller om de første merkbare tegnene som begynte å vise seg et par år før diagnosen ble stilt. Blant annet begynte han å glemme mer enn før. Han som alltid hadde hatt stålkontroll på alt og alle.

– Vi tenkte at det var naturlig å begynne å glemme litt når man ble litt eldre. Men så begynte han å falle en del, tilsynelatende helt uten grunn. Da gikk han til legen. Ganske

«Den siste filmen» har fått strålende anmeldelser og er satt opp på kinoer over hele landet, men hvor lenge den går de ulike stedene er uvisst. Det som er sikkert er at filmen vil bli satt opp flere steder i forbindelse med Den internasjonale parkinsondagen og i andre sammenhenger. Blant annet Gjøvik og Lillehammer, Bergen, Kristiansand, Tromsø, Narvik og Oslo. Følg med der du bor.





raskt ble det konstatert den atypiske parkinsonvarianten PSP, forteller Karianne.

### Den siste filmen

Som den kreative personen Petter var, utløste diagnosen en ny filmidé. Han ville lage dokumentar om situasjonen han og de var kommet opp i. Han ville fortelle om hvordan det var å bli eldre og å leve med denne sykdommen, og om hvordan det er å være på vei til dit vi alle skal før eller siden.

Karianne måtte tenke litt på det. De diskuterte om han var helt sikker på at hans helse og diagnose skulle offentliggjøres. I begynnelsen var det bare nærmeste familie og venner som kjente til situasjonen. Men om det kunne komme fram i en film, som var hans språk og uttrykksform, mente Petter det var helt ok.

«Det er en ting til jeg ikke har formidlet enda, og det er denne historien», sa han. Så da ble de enige om at det var både viktig og riktig å sette i gang, og at Karianne skulle fullføre filmen om han ikke kunne.

Så de satte i gang med planleggingen og gjennomføringen. Av og til fulgte de planen og filmet med filmteam til stede, andre ganger filmet Karianne spontant med mobilen. Noen dager var lyse og lette, andre dager var preget av bekymring for fremtiden.

– Så lenge Petter kunne holde på med film, var han lykkelig. Gleden ved å skape var med på å holde han gående. Hans innstilling var «jeg er fremdeles med, jeg betyr noe, det jeg gjør er viktig». Det gjorde det litt lettere for meg å være med både på reisen både som kollega og pårørende, sier Karianne.



«Lev livet mens du enda har det», er filmens hovedbudskap. Karianne Vennerød savner sin livsledsager og ser på han hver dag. Portrettet av Petter Vennerød henger hjemme på kontoret til Karianne. Det var viktig for Petter å fortelle om hvordan det var å få en alvorlig diagnose.

Den gang da. Svend Wam og Petter Vennerød. Nå er de begge borte, men duoen har satt varige spor etter seg i norsk filmhistorie. Bildet er tatt av et utstillingsfoto i forbindelse med filmpremieren på Odeon kino.



Karianne og Petter var innstilt på at de skulle klare å slutføre filmen sammen, og at han skulle leve lenge nok til å se det ferdige resultatet. De ante jo ikke hvor fort eller sakte PSP ville utvikle seg i hans kropp. Petter var full av energi og pågangsmot. Han skulle jo lage ferdig film, slik han alltid hadde gjort. Men sykdommen krevde sitt og gjorde det stadig tyngre.

– Dessverre fikk han ikke bli med helt til mål, men jeg er veldig glad for at jeg fikk fullført filmen, sier Karianne.

### På sykehjem

Etter hvert måtte Petter på avlastningsopphold før han til slutt ble innlagt på sykehjem, der han tilbragte det siste halve året han levde. Karianne klarte ikke å pleie han alene og måtte be om hjelp. Som pårørende var det en høy terskel å komme over.

– Jeg besøkte han ofte, noe han var glad for. Samtidig ville han at jeg skulle bruke tiden på å lage ferdig filmen. Han skjønnte selv hvilken vei det bar da han kom på sykehjem. Det var vondt for han å miste seg selv, og det var vondt for meg å se på at livet og tiden rant ut.

Petter beholdt imidlertid humøret til det siste.

– Han hadde en fantastisk og presis humor, forteller Karianne.

I teaseren til «Den siste filmen» kan vi blant annet se og høre Petter si, med et smil om munnen: «Det er mulig det går til helvete, men det gjør det jo uansett».

Fra han var barn og ung mann var han en undrende og tenkende person. Det gjorde han også interessant å snakke med.





– Han utvidet perspektivet mitt. Han var genuint interessert i andre mennesker og nysgjerrig på andre sin historie. Rett og slett en spennende mann, konstaterer Karianne ettertenksomt.

### La meg få lov å leve det livet jeg ønsker å leve

Selv om sykdommen ble inngripende, ville Petter fortsette å leve det livet han ønsket å leve. Blant annet ville han reise til Bergen på det årlige Dokumentarkonventet i 2018.

– Jeg var skeptisk, men han insisterte. Jeg fikk meg en kraftig vekker og skjønte at han selvsagt måtte få lov til det. Så da dro han, alene. Og det gikk fint.

Å være pårørende kan være både vondt og utfordrende. Å se et menneske du elsker gradvis forsvinne, gjør inntrykk. Karianne synes det er vanskelig å gi råd til andre, men har likevel et budskap.

– Bruk det sosiale nettverket, inviter venner og lev som vanlig, så langt det lar seg gjøre. Folk vil gjerne hjelpe. Jeg sendte ut melding til familie og venner og ba om litt avlastning. Noen kom på besøk eller gikk en tur sammen med ham, andre ringte. På den måten fikk han impulser utenfra, samtidig som jeg fikk litt tid for meg selv.

### Forskningen pågår

Forskningen pågår over hele verden, men faktum er at det ikke finnes noen kur per i dag. Så dette var et tema de ikke fokuserte mye på mens Petter var syk.

– Vi skjønte kanskje ikke helt alvorret. Dessuten er det ingen fasit på hvordan utviklingen blir fra person til person. Vi konsentrerte oss om å leve så godt som mulig her og nå. Petter var ikke typen som dyrket sykdommen.

I dag synes Karianne det er fantastisk at det forskes og er interesse for å finne ut mer om parkinson. Hun har møtt professor Charalampos Tzoulis, som forsker på parkinson i Norge, i forbindelse med Aldring og helsedagene og i sammenheng



Karianne Førland Vennerød er takknemlig og glad for at de fikk mulighet til å ferdigstille «Den siste filmen».

med filmlanseringen, og er glad for hans engasjement i forbindelse med forskningen.

### Livet i dag

Karianne savner sin kjære ektemann inderlig. Samtidig er hun takknemlig for å ha et godt nettverk, familie og gode venner og en spennende jobb.

– I dag har jeg et godt liv og prøver bevisst på å være sosial. Det har gått mye tid med til å gjøre ferdig «Den siste filmen» og jeg har fått bearbeidet både glede og sorg i den forbindelse. Jeg er veldig takknemlig for alt Petter og jeg fikk til og opplevde sammen. Og jeg er fornøyd med at det er mange scener i filmen hvor vi virkelig får vist fram Petter som den energiske, spennende og humoristiske mannen han var. Filmen har kostet mye penger, tid og krefter, men det var dette Petter ville, så det er verdt det, synes Karianne.

### Tusen takk

Filmen har blant annet fått støtte av Stiftelsen Dam gjennom organisasjonen Rådet for psykisk helse. Det var en omfattende jobb å få klippet filmen ned til 1 ½ time. Uten med-regissør og klipper Olaug Spissøy Kyvik hadde det ikke blitt noen film, tror Karianne, som ønsker å benytte anledningen til å rette en ekstra takk til alle involverte som har gjort prosjektet mulig.



Ønsker mer forskning på atypisk parkinsonisme. Fra venstre Ragnhild Støkket, Karianne Førland Vennerød, Charalampos Tzoulis og Per Ola Wold-Olsen møttes på Aldring og helse-dagene i fjor høst.

## FAKTA

Progressiv supranukleær parese (PSP) er en alvorlig form for parkinsonisme som rammer ca. 7 av 100 000 mennesker. Sykdommen kjennetegnes blant annet av tidlig balansesvikt.

Den har liten eller ingen effekt av eksisterende parkinsonbehandling, som f.eks. levodopa eller dyp hjernestimulering (DBS).

# STORE FORVENTNINGER TIL NY PSP-FORSKNING

Det finnes i dag ingen behandlinger som kan bremse sykdomsforløpet ved PSP - progressiv supranukleær parese, en sjelden hjernesykdom som gir parkinsonisme. Men en forskningsgruppe i Bergen vil nå igangsette en behandlingsstudie de håper vil gi nye svar.

Forskningsgruppen til professor Charalampos «Haris» Tzoulis ved Haukeland universitetssjukehus og Universitetet i Bergen har nylig oppdaget at behandling som øker mengden av stoffet NAD (nikotinamid adenin dinukleotid) i hjernen kan være gunstig for mennesker med Parkinsons sykdom. Nå gjennomfører Tzoulis sitt team flere spennende behandlingsstudier

### FORSKNING

Tekst:  
Sverre Nilsen

Foto:  
Sverre Nilsen

med NAD-tilskudd. Målet er å finne ut om denne behandlingen kan bremse Parkinsons sykdom.

### Inspirert av parkinsonforskning

Oppmuntret av NAD-forskningen knyttet til parkinson vil nå forskningsgruppen i Bergen starte en behandlingsstudie med NAD-tilskudd også for personer med PSP.

– Våre funn fra Parkinsons sykdom er lovende, og PSP er en nærbeslektet tilstand. Vi vil nå teste om høydose NAD-behandling kan bedre symptomene og muligens bremse utviklingen av PSP, sier Tzoulis.

NO-PSP studien vil igangsettes senere i år, og kommer til å inkludere personer med PSP fra hele Norge og flere andre land.





Foto: Truls Løtvedt

**//** All forskning tar oss ett skritt nærmere gjennombruddet for Parkinsons sykdom. Når gjennombruddet kommer tror jeg vi kan finne årsak, sykdommens mekanisme – og ikke minst riktig behandling.

Charalampos Tzoulis, leder parkinsonforskningen ved Neuro-SysMed i Bergen

# FORSKNING PÅ PARKINSON TRENGER DIN STØTTE

Som fast giver bidrar du hver måned med viktig støtte til forskningen som vil gi bedre hjelp, raskere. Sammen skal vi løse dette, og du er den viktigste brikken i puslespillet.

I tillegg støtter du arbeid som kurs og tilbud rundt om i landet, politisk arbeid og informasjonsarbeid. Fyll ut den vedlagte kupongen og send inn i den ferdigfrankerte svarkonvolutten.

Signer med  
**v:pps**

**Bli fast giver i dag!**  
[parkinson.no/fastgiver](https://parkinson.no/fastgiver)



Thomas Ødegård og Trygve Andearsen ser fram til videre samarbeid.

Som en del av næringslivet i Sandefjord har Ødegård og vår egen forbundsleder Trygve Andersen kjent hverandre i mange år. Andersen har vært en synlig bankprofil i byen, og har ofte benyttet Scandic Park i forbindelse med arrangementer banken har hatt. Bekjentskapet med Ødegård har nå ført til ytterligere samarbeid, til det beste både for hotellet og for parkinsonsaken. Ødegård gir Andersen æren for initiativet.

– Vi har begge opplevd parkinson i nær familie, så dette har ofte vært tema for våre samtaler. Da Norges Parkinsonforbund hadde styremøte her i fjor sommer, solgte Trygve Andersen inn bedriftsmedlemskap til meg. Han er flink til å selge – en skikkelig pådriver, forteller hotelldirektøren med et stort smil.

Ødegård synes det er veldig hyggelig å være det første bedriftsmedlemmet. Og han synes det er verdifullt med god dialog med Norges Parkinsonforbund om hvordan hotellet best mulig kan tilrettelegge og yte best mulig service for gjester som har parkinson. Han har flere tanker og idéer til videre samarbeid.

– Kanskje kan vi også gjennomføre noen konferanser i samarbeid med Norges Parkinsonforbund og være med å gi redusert pris og støtte på den måten. Vi vil gjerne komme med gode tilbud for mennesker med parkinson.

## VELKOMMEN TIL OSS, SCANDIC PARK SANDEFJORD

De er en glede å ønske vårt nye og første bedriftsmedlem velkommen! Hotelldirektør Thomas Ødegård har drevet ærverdige Scandic Park Sandefjord de siste 15 årene. Han har ansvaret for rundt 90 ansatte og ble kåret til «årets hoteliér» i 2022.

### BEDRIFTSMEDLEM

Tekst:  
Annette Skram  
Hansen

Han røper at de har et fantastisk deilig bad på hotellet. Og er opptatt av å skape vinn-vinn løsninger for både hotell og Norges Parkinsonforbund sine medlemmer.

– Det gjelder å ligge i forkant for å skape en best mulig hotellopplevelse for våre gjester. Både i Sandefjord, men enda bedre om vi kan trekke det ut til hele Scandic-kjeden, sier Ødegård entusiastisk.

Hotelldirektøren er opptatt av åpenhet i kommunikasjonen og fortelle hvordan det er å ha Parkinsons sykdom.

– Jeg opplever å snakke med mange mennesker med parkinson, som jeg ikke kan merke sykdommen på. Hos andre kan man se det på hånden, at det rister litt, eller noen bevegelser. Personlig kjenner jeg godt til sykdommen, mens for eksempel en ansatt i resepsjonen ikke gjør det, forteller han.

Norges Parkinsonforbund takker stort for at Scandic Park Sandefjord ønsker å bli vårt første bedriftsmedlem, og ser frem til et hyggelig samarbeid.

→ **Finn mer informasjon på**  
[parkinson.no/bedriftsmedlemskap](https://parkinson.no/bedriftsmedlemskap)



# Tusen takk

til alle våre faste givere  
og bidrag på våre utsendelser.

Pengene går til forskning på Parkinsons sykdom i Norge, informasjonsarbeid om sykdommen og til å finansiere ulike tiltak som skal gi mennesker med parkinsonisme og deres pårørende best mulig livskvalitet.

## EN STOR TAKK FOR GAVEN FRA

Ola Kaupang  
Oddvar Byberg  
Johannes Slethaug  
Lofoten og Vesterålen  
Parkinsonforening

## VI TAKKER FOR ALLE GAVER TIL MINNE OM

Anna-Marie Skar  
Arne Thorsnes  
Arvid Ramsvik  
Asle Yngvar Svendsen  
Berit Lovise Storesund  
Brit Andersen  
Eivind Borge  
Eldbjørg Øien Strømme  
Fredmund Gunnar Odvin  
Granli  
Geir Knutsen  
Gerd Marie Stene Søvik  
Greta Bentzen  
Gudmund Johannes Skogvik  
Gunnar Bergstrand  
Gustav Laurits Hansen  
Hans Edgar Georgsen

Hans Skjelland  
Harald Edmund Jørgensen  
Harald Sverre Leirvik  
Håkon Ingvald Middtun  
Jan Bornhøft Christiansen  
Jan Egil Borvik Larsen  
Jan Martin Wennesland  
Jens Tobias  
Jorunn Lien  
Karin Jørgine Nilsen  
Kirsten Henriette Heimen  
Kjell Schmidt Pedersen  
Klara Ingvarda Hvattum  
Knut Andreas Nordfonn  
Knut Oddvar Guttormsen  
Liv Turid Gjersøe  
Nina Helene Hillestad  
Norvald Jon Sandvik  
Oddvar Jarle Husebø  
Olav Momrak Haugann  
Oscar Neumann Berg  
Ove Sigurd Rognsvåg  
Per Bøhlerengen  
Roald Johan Saxvig  
Runar Jensen  
Simon Otto Fougner  
Thorvald Kirketeig

Tor Bjørn Viken  
Tor Christensen  
Vivi-Ann Paulsen  
Yngve Helge Øvreseth  
Øystein August Moi  
Øystein Blydt-Hansen  
Åse Karin Nordby

## TAKK TIL ALLE SOM HAR HATT BURSDAGSINNSAMLINGER PÅ FACEBOOK

Øistein Brennodden  
Vibeke Slethaug  
Ted Johnsen  
Svein-Thore Ystheim  
Sonja Kjevnik  
Solveig Brox  
Sissel Evensen  
Rolf Lind  
Rebecca Bratthammer  
Rasmussen  
Mona Stensrud  
Marie Tjelta  
Maren Rekve Norheim  
Lisbeth Brønstad  
Lene Wetteland  
Knut Anshus

Kjell-Atle Reksten  
Ken Torkildsen  
Karine Lobben Arlo  
John Gunnar Svendgård  
Jan-Erik Ramsøy  
Jan Kvinnesland  
Ingalill Björklund  
Hege Fjellhaug  
Harald Lind-Hanssen  
Hanna Skjærvik  
Hafliði Richard Jónsson  
Erlend Tverborgvik  
Elisabeth Sande  
Elisabeth Anna Oehninger  
Storvoll  
Dag Apalseth  
Catalina Moraga Elgueta  
Carl Vallee  
Carina Aalykke  
Bjørge Elisabeth Flaata  
Berit Ax  
Asta Marie Stene-Johansen  
Arild Hagen  
Anne Mette Heggum

Gi din gave til kontonummer:

**6116.56.67289**

eller på

**PARKINSON.NO/GAVE**

Alle som har gitt 500 kroner eller mer i gave til Norges Parkinsonforbund i løpet av et kalenderår kan få skattefradrag for gaven(e), forutsatt at vi har ditt fødselsnummer.

Du kan få skattefradrag for gaver inntil 25 000 kroner [2023].

## INNSAMLING

Annette Skram  
Hansen

Foto:  
Privat



«Jeg håper at små drypp fra flere givere vil bidra til å finne nye behandlingsmetoder og medisiner som kan bremse utviklingen av sykdommen»

Skjalvor Berg Larsen

# MANGE BEKKER SMÅ, GJØR EN STOR Å

Skjalvor Berg Larsen har vært medlem siden 1995, og valgte å bli fast giver i november i fjor. Håpet hennes er at det kan bidra til å starte nye og viktige prosjekter innen forskning. – Alle venter på en kur for Parkinsons sykdom.

Siden Skjalvor fikk diagnosen for over 20 år siden, har hun opplevd at utviklingen innen forskningen i Norge har økt betydelig og at den har blitt mer synlig. Hun ser at interessen for forskning og samarbeid med prosjekter i utlandet gir resultater.

– I dag får de fleste en diagnose ganske tidlig i sykdomsforløpet og blir behandlet med medisiner og får gode treningstilbud. Da moren til Skjalvor fikk diagnosen i 50-årsalderen, var det lite tilgang på medisiner. Det fikk hun først etter 10 år.

– I generasjonen før henne ble de stemplet som «late» og «bare gammel og skjelven». Tiden og viten har gått framover, heldigvis, smiler hun ettertensomt.

Det nye forskingssenteret i Bergen har Skjalvor store forhåpninger til. Hun håper at små drypp fra flere givere vil bidra til å finne nye behandlingsmetoder og mulig medisiner som kan bremse utviklingen av sykdommen.

– I Bergen fokuserer de på kliniske studier, bedre diagnostisering og involverer de pårørende i sine studier. Forskning er avhengig av pengestøtte for å innhente ny og bedre kunnskap som kan gi bedre behandling, forteller Skjalvor engasjert.

Skjalvor innrømmer at hun ikke helt klarer å holde oversikten på forskningen som skjer, men skulle ønske det ble fokusert enda mer på atypisk parkinsonisme og at de fant en bedre behandling for de diagnosene.

Avslutningsvis oppfordrer Skjalvor andre til å bli fast giver. Hun er klar over at vi lever i en vanskelig og uforutsigbar tid nå, men sier at de fleste kan avse og bidra med en hundrelapp per måned.

– Utallig mange har fått et bedre liv og DU er en viktig deltaker i denne organisasjonen!

**Tusen takk til Skjalvor, og alle som gir og bidrar til vårt arbeid!**

## Slik starter du din egen innsamling på Facebook

1. Gå inn på Facebook-siden til Norges Parkinsonforbund
2. Finn «Innsamlingsaksjoner» i menyen
3. Trykk på «Samle inn penger»
4. Legg til navn og beskrivelse av innsamlingen
5. Trykk på rediger hvis du vil endre bilde, velg fra vårt fotoarkiv eller last opp ditt eget
6. Bestem innsamlingsbeløp og sluttdato for innsamlingen
7. Trykk opprett
8. Inviter dine venner til å bidra
9. Publiser og del

## Vi kan hjelpe deg i gang

Har du spørsmål eller trenger hjelp til å starte en innsamling på Facebook til inntekt for parkinsonsaken, kan du gjerne ta direkte kontakt med Norges Parkinsonforbund på tlf: 22 00 83 00



<b>Active Services AS</b> Sagaveien 66C 1555 SON Tlf. 930 04 146	<b>Mirawa Restaurant</b> Schwenckegata 1 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 65 85	<b>NIDAROS</b> Sparebank	<b>Birkeland Elektro A.S.</b> Støget 74 4760 BIRKELAND Tlf. 37 27 61 08	<b>Hamar kommune</b> hamar.kommune.no
<b>MYHRE</b> Hadelandsveien 841 3520 JEVNAKER Tlf. 32 11 44 80	<b>KONGSBERG BANDASJE</b> HELSEARTIKLER Kirkegata 9 A 3616 KONGSBERG Tlf. 32 73 63 75	<b>JOTUN</b>	<b>MEDI BUSKERUD</b> HELSEARTIKLER Rosenkrantzgata 11 3018 DRAMMEN Tlf. 32 80 80 80	<b>Bamble kommune</b> bamble.kommune.no
<b>Kalvenes VVS</b> Langarinden 1 5131 NYBORG Tlf. 55 36 66 44	<b>UniProtect</b> Reinsvegen 50 5643 STRANDVIK Tlf. 56 58 16 49	<b>Kristiansen as</b> BETONGPUMPING - SKIEN Rødmyrsvingen 94, 3735 SKIEN Tlf. 901 85 868	<b>Krødsherad kommune</b> krodsherad.kommune.no	
<b>Grimstad Bokseklubb</b> Havslandveien 6 4870 FEVIK Tlf. 917 91 563	<b>Norspray AS</b> Maskinveien 10 4033 STAVANGER Tlf. 51 22 07 00	<b>Sparebank 68°NORD</b> Storgata 9, 8376 LEKNES Tlf. 77 00 28 00	<b>Høylandet kommune</b> hoylandet.kommune.no	
<b>Ps Anlegg</b> Maskinveien 10 4033 STAVANGER Tlf. 51 22 07 00	<b>Johs. Granås as</b> Teiealleen 7 2030 NANNESTAD Tlf. 63 99 99 10	<b>BEMA</b> BILDELER & UTSTYR 4876 GRIMSTAD • Tlf. 37 25 29 50	<b>Notodden kommune</b> Seksjon for helse og omsorg notodden.kommune.no	
<b>exacta</b> Autorisert regnskapsførerselskap Dyrmyrgata 4, 3611 KONGSBERG Tlf. 926 30 300	<b>Brattli Bygg</b> Anders Woie - 90768447	En stor takk til alle våre annonsører		

**AKERSHUS UNIVERSITETSSYKEHUS**

**Nevrologisk**  
1478 LØRENSKOG  
Tlf. 67 96 00 00



Bokseklubben av 1930  
Byåsveien 158  
7021 TRONDHEIM  
Tlf. 995 31 234



**TAXI 03550**  
ROMERIKE

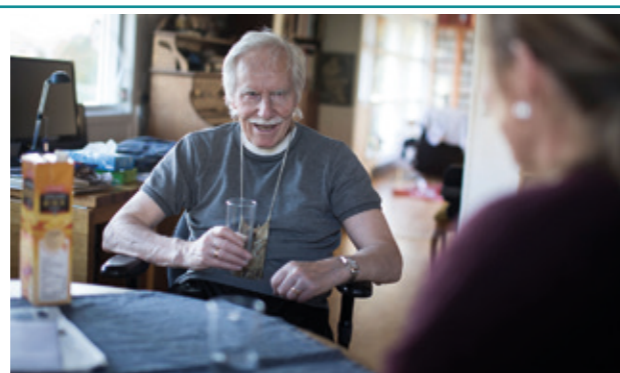


Vi tilbyr  
• Mekanisk vedlikehold  
• Automasjon  
• Hydraulikk  
• Konsulenttenester

90 63 47 90  
espen.pedersen@nios.no



Nordlysvegen 229, 9020 TROMSDALEN  
Tlf. 77 64 72 50



Personlig og profesjonell støtte i hverdagen. Du får din egen, faste veileder og tjenesten skreddersys til ditt behov.

Kjøp et abonnement eller bestill ved behov.

Tjenesten passer for deg som trenger hjelp til å klare ting i hverdagen eller for å være aktiv. Vi har også veiledning av pårørende.

Ta kontakt for en uforpliktende samtale med en hyggelig medarbeider i NOEN.

**noen**

Aktivitet og livskvalitet

Tlf 97042273 • www.noen-as.no

**CYPROMED**

**BIOSERVO**  
Strength for Life

## Carbonhand® 2.0

Endelig er den her! Helt siden lanseringen av den første revolusjonerende aktive grepsstøtten i 2013, har Bioservo jobbet iherdig for å forbedre den. Og nå er den her, Carbonhand 2.0.

Basert på prisbelønt teknologi. **Carbonhand 2.0 er utviklet for deg med redusert grepsstyrke.** Hansken tilfører 20 Newton til hver av de tre fingrene. Dette gjør det mulig å gjennomføre aktiviteter som krever normal muskelstyrke, uten smerter.



Les mer og kontakt oss for utprøving! →



✉ service@cypromed.no

☎ 62 57 44 33

🌐 www.cypromed.no



## Rehabiliteringstilbud til parkinsonpasienter

I samarbeid med Norges Parkinsonforbund har våre bedrifter utarbeidet egne treningsprogram for parkinsonpasienter. Du søker om opphold på rehabiliteringssenter ved at fastlegen din sender inn eget henvisningsskjema til en enhet i helse-regionen for videre behandling. Egenandel kr. 156,- pr. døgn. Ønsker du ytterligere opplysninger, ta kontakt med oss direkte:



### RINGEN REHABILITERINGSSENTER AS

Tlf. 62 33 45 00 – Fax. 62 33 45 99  
post@ringen-rehab.no – www.ringen-rehab.no

#### Rehabiliteringstilbud

Ringen Rehabiliteringssenter har avtale med Helse Sør-Øst om spesialisert rehabilitering av personer med Parkinsons sykdom. Vi holder oss hele tiden oppdatert på nyeste forskning og kunnskap, og tilpasser vårt rehabiliteringsopplegg etter dette.

Vi har kontinuerlige gruppeopphold på 3 uker gjennom hele året, med egne grupper for yngre under 55 år eller som fortsatt er i arbeid.

I tillegg LSVT BIG med opplegg over 4 uker, samt individuell døgn på 4 uker og dagopphold over 4 uker.



### RØDE KORS HAUGLAND REHABILITERINGSSENTER

Med vestlandske natur som ramme tilbyr vi rehabiliteringsopphold ved Parkinson sykdom. Vi har gode, tilrettelagte fasiliteter og dyktig fagstab til rettleiing og oppfølging. Tilbudet vårt inkluderer logoped, trening innad mellom anna LSVT Big-metoden og PWR, samt undervisning med hovedvekt på kognitiv terapi, meistringsstrategiar og endringsprosessar. I tillegg til å nytte både basseng, gymsal og treningsalar innandørs, legg vi stor vekt på å nytte naturen rundt oss som ein treningsarena.

Telefon 57 73 71 00

Sjå vår heimeside [www.rkhr.no](http://www.rkhr.no) for meir informasjon



### KASTVOLLLEN REHABILITERINGSSENTER

Kastvollvegen 11, 7670 INDERØY  
Tlf. 74 12 46 50 - [post@kastvollen.no](mailto:post@kastvollen.no)

Kastvollen Rehabiliteringssenter har avtale med Helse Midt-Norge om tverrfaglig spesialisert rehabilitering av personer med nevrologisk og nevrologisk diagnose. Vi har Parkinsonsgrupper kontinuerlig gjennom hele året, samt tilbud om individuelle opphold. Egne grupper for nydiagnostiserte (1 uke) og yngre (4 uker). Tilbudet vårt inkluderer trening, undervisning, samtalegrupper og sosiale aktiviteter. Vi har et fantastisk uteområde, med nærhet både til sjø, skog og mark, som vi bruker aktivt i rehabiliteringen.

[www.kastvollen.no](http://www.kastvollen.no)

Opptreningssettene anbefales av:



# SOLGÅRDEN Costa Blanca, Spania!



Bestill tur nå! Tlf. 24 14 66 60

Fantastisk beliggenhet. Eget fly. Unik bagasjeservice. Norsk Helseteam. Helpensjon. Tilpasset rullestolbrukere. Passer like bra for enslige som for par.

Les mer om oss: [solgarden.no](http://solgarden.no)

Følg oss på    



## ELOFLEX

SAMMENLEGGBAR  
ELEKTRISK RULLESTOL



Sammenleggbare og enkel å transportere



Rekkevidde på 30 km



Godkjent for fly

 **BANO LIFE**  
[www.banolife.no](http://www.banolife.no)

KAN INNVILGES SOM HJELPEMIDDEL  
VIA NAV







**22. OKTOBER TIL 05. NOVEMBER 2023**



#### **INKL. I REISEPAKKEN**

- Tur/retur fly fra Oslo - Gardermoen til Alicante  
*\*Avreise fra andre flyplasser kan avtales*
- 14 netter på Hotell Kaktus i Albir inkludert halvpensjon
- Flyplass transfer tur/retur Alicante lufthavn i egen buss til gruppen

#### **Gruppetreningsaktiviteter:**

- Boksetrening med europamester *Roberto Santos*
- BIG øvelser
- Hagefest med underholdning

#### **Foredrag:**

- Trening og behandling mot Parkinsons sykdom
- Kosthold og Parkinson

#### **I tillegg tilbyr vi:** *(ikke inkludert i reisepakken)*

- Fysioterapi med norsktalende terapeuter, og refusjon via Helfo
- Utflukter og aktiviteter

**~ Påmeldingsfrist innen 18.04.2023 ~**

Pris per person i delt dobbeltrom:  
**22.900 NOK**

Pris i enkeltrom:  
**26.700 NOK**



For mer info og reserveringer: Tlf: 468 42 366 / E-mail: post@fysiakosreiser.no



abbvie

Vår forskning har gjort at mange i dag lever bedre liv.

Nå fortsetter vi jobben med å løse noen av verdens største helseutfordringer.

I AbbVie jobber vi med å finne det som kan bli morgendagens medisinske gjennombrudd. Samtidig er vi opptatt av hva pasientene trenger her og nå.

Vi kommer aldri til å slutte å jobbe for at mennesker skal kunne leve så gode liv som mulig – i dag og i årene som kommer.

AbbVie satser innen immunologi, nevrovitenskap, onkologi, virologi og øyehelse. Målet er større frihet for mennesker som er rammet av sykdom.



## FORENINGSOVERSIKT PR 1. MARS 2023

Oversikt over fylkes og lokalforeningene i Norges Parkinsonforbund.

Se også våre hjemmesider: [parkinson.no/om-forbundet/fylkes-og-lokallag](http://parkinson.no/om-forbundet/fylkes-og-lokallag)

### AGDER

Leder: Åge Jenssen  
908 88 150  
agder@parkinson.no

### Agder Vest

Leder: Bjørn Baugstø  
916 83 454  
agdervest@parkinson.no

### Agder Øst

Leder: Grete Olsen  
415 67 015  
agderost@parkinson.no

### BUSKERUD

Leder: Brita Faaberg  
975 07 617  
buskerud@parkinson.no

### Kongsberg

Leder: Magne Helland  
975 62 124  
magnehelland55@gmail.com

### INNLANDET

Leder: Solveig Bekk  
994 61 295  
innlandet@parkinson.no

### Lillehammer og omegn

Leder: Lars Erik Lunde  
416 00 385

### Solør-Ødal

Leder: Analia Serrano Clavero  
482 61 485  
solorodal@parkinson.no

### Hamar og omland

Leder: Ivar Refsdal  
913 01 075  
ivar@refsdal.org

### Østerdalen

Leder: Reidar Nystuen  
926 39 112  
reins@online.no

### Gjøvik Toten Land

Leder: Anne Eli Østby  
416 02 494  
anneelostbye4@gmail.com

### MØRE OG ROMSDAL

Leder: Eli Karin Walle  
412 72 915  
elikarinwalle@gmail.com

### Nordmøre

Leder: Arne Westye Fjellstad  
417 65 619  
nordmore@parkinson.no

### Romsdal

Leder: Roy Høyser  
romsdal@parkinson.no

### Sunnmøre

Leder: Geir N Sund  
916 09 718  
sunnmore@parkinson.no

### NORDLAND

Leder: Tone Anita Lund  
928 48 273  
nordland@parkinson.no

### Bodø og omegn

Leder: Rolf Erik Sørås  
908 37 740  
bodo@parkinson.no

### Lofoten og Vesterålen

Leder: Ann-Bjørg Abrahamsen  
476 08 397  
lofotenogvesteralen@parkinson.no

### Narvik og omegn

Leder: Arnt Zimmermann  
905 09 006  
arntzimm@gmail.com

### Rana

Leder: Steinar Arnesen  
482 16 332  
rana@parkinson.no

### Helgeland

Leder: Stein Ivar Mortensen  
905 92 933  
helgeland@parkinson.no

### OSLO/AKERSHUS

Leder: Edgar Valdmanis  
952 34 608  
edgarvaldmanis@gmail.com  
osloakershus@parkinson.no

### Asker og Bærum

Leder: Finn Erling Dahl  
934 95 965  
finn.erling.dahl@gmail.com

### Follo

Leder: Janne Finsrud Andersen  
478 01 270  
follo@parkinson.no  
janne.72@yahoo.com

### Lørenskog

Leder: Ella Akre Forberg  
928 38 848  
ellafor@online.no

### Oslo vest

Leder: Lise Bjørnrud  
908 41 359  
lise@bjornrud.no

### Oslo nord

Leder: Edgar Valdmanis  
952 34 608  
edgarvaldmanis@gmail.com

### Oslo syd

Leder: Einar Evje  
950 64 104  
einevj@gmail.com

### Romerike

Leder: Ole Jacob Flæten  
906 75 074  
romerike@parkinson.no

### ROGALAND

Leder: Asbjørn Halvorsen  
932 35 514  
rogaland@parkinson.no

### Haugesund

Leder: Bernhard Engedal  
909 53 089  
haugesund@parkinson.no

### TROMS OG FINNMARK

Leder: Knut Aasgaard  
916 00 319  
tromsogfinnmark@parkinson.no

### Harstad og omland

Leder: Ivar M. Johansen  
911 10 236  
ivmjoha@online.no

### Tromsø og omland

Leder: Kjell-Ole Leiknes  
415 40 507  
tromso@parkinson.no

### TRØNDELAG

Leder: Leif Klokkehaug  
952 07 104  
trondelag@parkinson.no

### Gauldal-Øppdal

Leder: Hans Grøseth  
918 48 825  
gauldaloppdal@parkinson.no

### Inntrøndelag

Leder: Karstein Kjelstad  
902 06 767  
inntrondelag@parkinson.no

### Namdal

Leder: Siri Aune  
902 08 355  
siriaune@hotmail.com

### Trondheim

Leder: Tora Rømo  
906 94 824  
trondheim@parkinson.no

### Værnesregionen

Leder: Børge Pettersen  
984 04 850  
vaernesregionen@parkinson.no

### VESTFOLD OG TELEMAR

Leder: Tove Krøger-Andersen  
407 47 104  
kato0727@outlook.com

### Vestfold

Leder: Tove Krøger-Andersen  
407 47 104  
kato0727@outlook.com

### Telemark

Leder: Magnar Brekka  
913 34 031  
magnarbrekka@gmail.com

### VESTLAND

Leder: Arne Sivertsen  
970 25 058  
vestland@parkinson.no

### Bergen og omegn

Leder: Beate Helle  
916 17 902  
bergenogomegn@parkinson.no

### Sogn og Fjordane

Leder: Reidun Sagen  
958 92 294  
sognogfjordane@parkinson.no

### Sunnhordland

Leder: Kjell Bjørn Minde  
902 96 202  
sunnhordland@parkinson.no

### ØSTFOLD

Leder: Ragnhild Bugge  
930 08 992  
ragnhild.bugge@gmail.com

# HJERNETRIM

Hjernestimulans kan være nye treningsoppgaver og psykisk og fysisk variasjon som utfordrer hjernen. For å sitere en norsk kvasifilosofisk poet: Trening er godt for helsa, reine parkinsonfrelsa – uansett hvilket utgangspunkt du har!

Sender du inn løsningsordet til [post@parkinson.no](mailto:post@parkinson.no) blir du med i trekningen av en overraskelse neste gang.

Prøv da vel! Svarfrist: 1. mai

XORD .no		SPENN	PREGE	ÅSSIDE	LITT AV HVERT	TONENE	BE-SYNDER-LIGE	HAUG-KALL	TERNING-KAST	DYP-VANNS-FISK	TALE	KVEG LANG-SOMME
	→				→			↘	↗			
	KRYDDER				GRANNE-NE BIBEL-NAVN							SMELLE
	ANONYM			FOR-ARGE BEGRÅT-ENDE					RETT VART AVKOK			
MENGDE	SNAKKES OM	HÅND-VASK	DA	NAVIGA-SJONS-SYSTEM EN FRANK		KAN BOK VÆRE MØTES				VENN AV BARBIE OPP-BRUDD		
↗					STEMME GOLV-BORDET			EDELTRE TEMAENE				ROM
REFLEK-TERE							GLANE TOLLE-GÅNG	↓	RETNING			
MATCHER											KRØLL-ALFA GNÅL	
BLE ENIGE OM						FREM-DELES SLÅTT			KRANGLE HEVELSE			
PUTTET I SENG				NYTTIGE DOKTOR				↘				FASE
FOR-ANDRE						INN-VIELSEN			LØGN-AKTIG			
FORLIST												
												STENGE

Gratulerer!

Vinner av kryssordet i forrige utgave [4/2022] er Terje Wick fra Hafrsfjord. Løsningsordet var «Takk til alle frivillige».

Vinneren får premie tilsendt.

### FORBUNDSSTYRET

Trygve Andersen  
Forbundsleder

Pål Christian Roland  
Nestleder

Heidi E. Aadde Bye  
Styremedlem

Arnt Zimmermann  
Styremedlem

Kari Brekke Arnesen  
Styremedlem

Brita Faaberg  
Styremedlem

Ole-Stian Hansen  
Styremedlem

Trine Lise Cornelussen  
1. varamedlem

Svein Arne Holst-Larsen  
2. varamedlem

### FORBUNDETS ADMINISTRASJON

Britt Inger Skaanes  
Generalsekretær

Malin Svinndal Gundersen  
Assisterende generalsekretær

Sverre Nilsen  
Kommunikasjonsrådgiver

Anette Bekkelund  
Informasjonsrådgiver

Kathrine Veland  
Seniørrådgiver prosjekt og organisasjon

Linda Paulsen Vik (perm.)  
Organisasjonsrådgiver

Zara Akhtar  
Administrasjonskonsulent

Annette Skram Hansen  
Seniørrådgiver innsamling

Ragnhild Stokket  
Seniørrådgiver helsefag

Lemia Boussaada  
Helserådgiver

Det er på min beste side

Det rammer i tide og utide

Kan ikke tenke på det nå

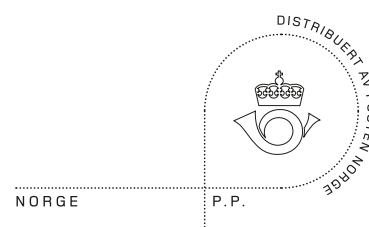
Det kalles ikke å lide

Når lyset kan tennes og er på

– Ann-Kristin Thun



Returadresse:  
Norges Parkinsonforbund  
Karl Johans gt. 7  
0154 Oslo



# ☑☑ DET ER FORSKNINGEN SOM GIR MEG HÅP

Liv var 35 år og gravid med sin andre datter da kroppen hennes begynte å oppføre seg annerledes. Noen måneder senere fikk hun parkinsondiagnosen.

«Alt ble snudd på hodet og jeg måtte bygge meg selv opp helt fra bunnen».

Liv Pilbeam, 36 år og tobarnsmamma

**– STØTT VIKTIG FORSKNING  
PÅ PARKINSONS SYKDOM**

Gi din gave til kontonummer:

**6116.56.67289**

eller på

**PARKINSON.NO/GAVE**