



Kære medlem af Parkinsonforeningens kreds i København og på Frederiksberg

Et nyhedsbrev rummer jo almindeligvis en masse nyheder !

Men ak, nyheder er der ikke mange af i kredsen. De ganske få aktiviteter, som vi meldte ud tidligere har i det store hele ikke givet respons. Kun mødet for nye medlemmer med 11 deltager plus 3 fra bestyrelsen blev afholdt og med tilfredshed fra deltagene. Og vi planlægger at lave et nyt i februar, hvor deltagerantallet forhåbentlig igen ligger på et mere tåleligt niveau, for nye medlemmer får vi jo hele tiden.

**Og så den kedelige nyhed** : vor landsformand Michael Buksti fratræder sin post pr. 1. januar. Michael har fået nyt job og ser sig ikke i stand til at varetage begge opgaver. Det er vi kede af, for i sine næsten 2 år på posten har han tilført en ny dynamik, et dejligt engagement til foreningsarbejdet, som vi alle har nydt godt af. Så vi vil sige tak for indsatsen, Michael. Og god vind fremover.

Søren Bjarnøs **Byvandring**, hvor nogle få var tilmeldt, blev afmeldt i sidste øjeblik pga af regeringens seneste udmelding.

Og nu til noget helt andet. **Motion er medicin**. Vi ved alle, at den fysiske træning er vigtig, når man har parkinson. Derfor regner vi med, at de fleste fastholder træningen også under de nuværende vilkår. Vi bringer på vor hjemmeside [www.gribdagen.nu](http://www.gribdagen.nu) et eksempel fra Fysioterapien på Godthåbsvej,

---

som vort medlem Mogens Ingerslev har sendt os med foto og lille artikel om hverdagen i fysioterapien under corona.

Der er nogle, som er særligt udfordrede i disse tider, det er den lille del af vore medlemmer, som bor på plejehjem eller bor alene og ikke har en mailadresse. Vi ved, at de har ekstra svært ved at holde kontakten til deres allerkæreste. *Vi har derfor i bestyrelsen besluttet at sende dem en særlig julehilsen i år i form af en lille æske chokolade og et julekort.*

I regionsarbejdet besluttede vi i foråret at sløjfe vore vanlige aktiviteter, fordi de alle kræver en del planlægning, og det skønnede vi var for usikkert på det tidspunkt. Vi har netop afholdt et nyt møde, hvor vi besluttede lige så forsigtigt vil gå i gang med at se på, hvilke af de faste aktiviteter, Lundbeckeftermiddag og Sund Livsstilsmesse og evt. andre, vi kan gå i gang med.

Om *det nye år* kan vi nu sige, at vi overvejer at flytte generalforsamlingen fra d. 1. marts og lidt længere frem i håb om at tiderne vil gøre det muligt for flere at deltage. Vedtægterne siger ” Ordinær generalforsamling afholdes hvert år senest den 20. april” - og det vil vi naturligvis rette os efter. Men flytter vi den, vil I få besked snarest muligt.

Vore allervigtigste ønsker for det nye 2021 er naturligvis, at vi får en vaccine mod corona – og at livet for os alle bliver mere genkendeligt.

Fra bestyrelsen vil vi ønske jer alle en god jul og et rigtig godt, genkendeligt og glædeligt nytår.

*Diana Holm*, kredsformand

---