

WIR BIETEN:

- den Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten
- die Vermittlung aktueller Informationen
- Fachvorträge, Ausflüge & Studienfahrten
- Veranstaltungen unterschiedlichster Art
- die gemeinsame Suche nach neuen Wegen
- ein aktives Miteinander
- die Selbstisolation der Betroffenen zu vermeiden
- Hilfe und Unterstützung bei sozialen Fragen und Antragstellungen
- Ansprechpartner bei Alltagsproblemen

WICHTIG: WIR SIND FÜREINANDER DA!

HERAUS AUS DEM SCHNECKENHAUS!



Foto: run magazin

WIR UNTERSTÜTZEN SIE!



HINSEHEN HANDELN HELFEN

GRUPPENTREFFEN

Jeden 2. Donnerstag im Monat
um 14:00 Uhr
in der ASB Begegnungsstätte
Kormoranstraße 1 • 01968 Senftenberg

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Kontaktgruppenleiterin:
Edelgard Matuschek
Tel.: 035 74 / 76 16 81
Mail: ke.matuschek@t-online.de

BANKVERBINDUNG/SPENDENKONTO

Sparkasse Niederlausitz
IBAN: DE62 1805 5000 0380 0180 80

Parkinson, das heißt:

- behindert und nicht behindert sein
- beweglich und nicht beweglich sein
- alles können und doch nichts allein
- festkleben und dann losrennen
- wollen und doch nicht können
- mal zappeln und mal zittern
- es ertragen und sich dazu bekennen

Stand: 02/2021

DIAGNOSE PARKINSON

Das Leben geht weiter!

Selbsthilfegruppe Senftenberg

Treffpunkt:
Jeden 2. Donnerstag im Monat in der
ASB Begegnungsstätte Senftenberg



Foto: Steffen Rasche



Deutsche Parkinson
Vereinigung e.V.
Landesgruppe Brandenburg



Junge Parkinsonkranke
Brandenburg

www.parkinson-land-brandenburg.de



Foto: SHG Parkinson

WIR SIND DIE SHG PARKINSON

Unsere Gruppe besteht seit 20 Jahren und hat derzeit ca. 30 Mitglieder u.a. aus Brieske, Klettwitz, Lauchhammer, Lindenau, Ortrand und Senftenberg.

Grundlage für unsere Arbeit ist unser jährlicher Aktivitätenplan, an dem alle Mitglieder mitwirken.

Das Hauptziel unserer Gruppentreffen ist es, allen Betroffenen & Angehörigen zu helfen, mit dieser Erkrankung klarzukommen und diese zu akzeptieren.

Wir sprechen über unsere Erfahrungen, Sorgen und Ängste. Haben aber auch bei diesen Treffen viel Spaß und Freude.

Eine enge Zusammenarbeit mit Ärzten, Apothekern, Therapeuten, Kliniken, Sozialstationen, Krankenkassen, Vereinen, Verbänden und Behörden ist uns hierbei wichtig.

WAS IST PARKINSON?

Die Parkinson-Krankheit ist eine langsam fortschreitende neurologische Erkrankung. Sie betrifft Gebiete des Gehirns, die an der Kontrolle der willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungen beteiligt sind. Die klassischen Symptome sind das Zittern in Ruhe, die Bewegungsarmut und Muskelsteifigkeit sowie Gang- oder Gleichgewichtsstörungen.

WEIT VERBREITET

Bundesweit sind circa 450.000 Menschen an Parkinson erkrankt. Etwa 10 % davon sind bei der Diagnose jünger als 40 Jahre. In der Regel fällt die Erkrankung zwischen dem 50. und dem 60. Lebensjahr auf.

HERAUS AUS DER ISOLATION!

Sich unter Betroffenen und Angehörigen austauschen, informieren und helfen - das bedeutet: Ein aktiver Umgang mit der Krankheit und ein Plus an Lebensqualität. Zusätzlich bringt es Spaß und Geselligkeit.



Foto: LG Brdbrg. Parkinson

CHECK ZUR FRÜHERKENNUNG EINER MÖGLICHEN ERKRANKUNG

1. Zittert Ihre Hand, obwohl sie entspannt aufliegt?
2. Ist ein Arm angewinkelt und schlenkert beim Gehen nicht mit?
3. Haben Sie eine nach vorn gebeugte Körperhaltung?
4. Schlurfen Sie beim Gehen oder ziehen Sie ein Bein nach?
5. Gehen Sie in kleinen Schritten und stolpern oder stürzen Sie häufiger?
6. Leiden Sie an Antriebsmangel?
7. Hat sich Ihre Handschrift verändert? Ist sie kleiner und unleserlicher geworden?
8. Ziehen Sie sich schnell zurück und meiden Sie häufiger Kontakte?
9. Hat sich Ihre Stimme verändert? Ist sie monotoner, leiser oder heiser geworden?
10. Sind Sie in Schulter oder im Rücken verspannt und haben Sie Schmerzen?
11. Verspüren Sie ein „inneres Zittern“ oder eine „innere Unruhe“?
12. Haben Sie regelmäßig Schlafstörungen?

Dies können frühe Anzeichen einer möglichen Parkinson-Erkrankung sein. Wenn Sie mehr als vier Fragen mit „ja“ beantworten, können diese Hinweise erste Symptome sein.