



Monatsbrief September - Oktober 2020



Liebe Mitglieder und Angehörige der Parkinson Selbsthilfegruppe,

heute grüßen wir euch wieder aufs herzlichste und hoffen, die heißen Tage haben euch nicht zu sehr außer Gefecht gesetzt.

Leider müssen wir euch mitteilen, dass **bis auf Weiteres weder Gymnastik, Logopädie im DRK- Zentrum noch andere gesellige Treffen in der Pagodenburg stattfinden können.**

Sobald wir Neues erfahren, werden wir Euch sofort informieren.

Wir bedauern auch sehr, dass keine Gruppenkontakte momentan stattfinden können, deshalb bieten wir euch Folgendes gerne an:

1. Solltet ihr Hilfe brauchen oder Fragen haben, so steht euch Roland Seefeldt jederzeit telefonisch oder bei einem privaten Besuch gerne zur Verfügung. (07229 2687)
2. Wenn ihr das Bedürfnis habt, dass wir uns im kleinen Rahmen treffen und uns mal wiedersehen sollten, so können wir das unter den entsprechenden Hygienevorschriften im Freien auf freiwilliger Basis gerne tun.
Hierzu geben Kirsten (07221 290754) und Elisabeth (07225 75102) gerne Auskunft.

Zum Schluss noch eine Frage:
Kennst du das gesündeste Wort der Welt?

Es heißt: JA!

JA solltest du dir an die Wand hängen! **JA** funktioniert so:

Denk an **JA**, wenn du etwas Unangenehmes tun musst, denn Nein bleibt unerledigt.

Denk an **JA**, wenn du Ärger hast, Nein macht noch ärgerlicher und löst keine Probleme.

Sag **JA** zum Älter werden, sag **JA** wenn manches nicht mehr so schnell geht.

Sag **JA** zu Parkinson. **JA** ist Medizin. **JA** sagen sollte man tun.

JA sagen macht das Herz fröhlich, die Sorgen kleiner, das Leben wärmer.

In diesem Sinne wünschen wir euch alles Gute und bleibt gesund.

Sagt **JA** und ruft uns doch mal an, wir freuen uns!

Eure Elisabeth Köker, Kirsten Cater und Roland Seefeldt