

Nieuwsbrief van het Parkinson Café

jaargang 7 nr.3: maart 2019



website: www.parkinsoncafelaren.nl
Email: parkinsoncafelaren@gmail.com

Adres verschillende activiteiten
(Parkietenkoor etc)
Buurthuis Meentamorfose.
Landweg 5 Huizen

Adres Parkinson Café Laren:
Amaris Theodotion (Ridderzaal),
Werkdroger 1,
1251 CM Laren

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
Het PC over MEE.....	2
Parkinson Café op 21 maart 2018	3
Hoe om te gaan met stress?	3
De vierdaagse in Laren.....	3
Stamppot.....	4
Paasstukken maken	4
Boksen met Parkinson.....	5
Workshop Schilderen	5
Programma tot juli 2019.....	6
Giften.....	7
Organisatieteam Parkinson Café	7

Het PC over MEE

Op 21 februari was er weer een leerzame middag op het Café. Twee dames van MEE; Imke Veldhuisen en Judith Marsman, presenteerde een verhaal over de stichting MEE. Het was een verhelderende presentatie, met name omdat er nog te weinig mensen weten wat MEE voor ze kan betekenen.

U kunt de presentatie terug lezen ([klik hier](#))

Hieronder een impressie van de bijeenkomst



Parkinson Café op 21 maart 2018

Hoe om te gaan met stress?



De Parkinsonverpleegkundige is een vertrouwenspersoon die zich heeft gespecialiseerd in de ziekte van Parkinson.

Langzamerhand is het begrip bij velen bekend. Maar wat kun je eigenlijk verwachten van hem/haar?

Ellen Askes en Sylvia van Gorkom komen één en ander toelichten en gaan specifiek in op stress en Parkinson

Datum: 21 maart.

Aanvang presentatie 14:30 uur; zaal open vanaf 14:00 uur.

Na afloop weer gezellig samenzijn bij een drankje.

Locatie: Theodotion

De vierdaagse in Laren



Het Parkinson Café is hard bezig met een project voor drie jaar om het wandelen te stimuleren. Dat omvat o.a. het lopen van de vierdaagse van Laren van 19 t/m 22 juni. De bedoeling is vier dagen 5 of 10 km te lopen, maar minder dagen kan ook.

Om goed voorbereid te zijn wordt een training georganiseerd onder begeleiding van een gecertificeerd fysiotherapeut en een trainer van de Atletiekvereniging De Zuidwal.

Mantelzorgers en eventueel extra vrijwilligers voor back-up kunnen ook meedoen.

Binnenkort ontvangt u separaat nog een brief hierover

Voor meer informatie: Peter Versteeg.

Stamppot

Mede dankzij een laatste oproep om mee te doen waren er zo'n 40 mensen aanwezig bij de stamppotavond.

Bij romantisch kaarslicht en overheerlijke stamppot (boerenkool, hutspot en zuurkool) was het een heerlijke avond. Er werden dan ook veel loftuitingen richting koks en vrijwilligers geuit.



Paasstukken maken



Voor de liefhebbers van bloemschikken is er weer de gelegenheid een paasstukje te maken.

Datum: 29 maart 2019

Locatie: Theodotion serre.

Tijd: 14:00 – 16:00 uur

Eigen bijdrage Euro 5,- contant te betalen.

Schaal of bakje zelf meenemen.

Organisatie: Ineke van der Heijden.

Boksen met Parkinson



In januari van dit jaar is een kersverse vereniging voor en door sporters met Parkinson “**ParkinsonSport.nl**” opgericht , om alle mensen met Parkinson in ‘t Gooi een prachtige sport aan te kunnen bieden: **Rock Steady Boxing**.

De aanloop was een beetje hobbelig. Het blijkt voor een gewone sportschool eigenlijk niet te doen om een veilige, verantwoorde sport voor Parkinson te organiseren, laat staan

Rock Steady Boxing. Voor meer gegevens [klik hier](#).

Workshop Schilderen

Op 25 januari 2019 werd onder leiding van Jetty Rooseboom een Workshop Schilderen gegeven in de serre van Theodotion in Laren

Tien aankomende kunstenaars zette hun beste beentje voor zoals uit onderstaande foto's blijkt De foto's zijn weer gemaakt door onze hoffotograaf Wil Doorn



Programma tot juli 2019

Donderdag 21 maart 14:30 uur

Parkinson Café

Parkinsonverpleegkundigen Ellen Askes en Sylvia van Gorkom

Locatie Theodotion Ridderzaal,
Werkdroger 1 in Laren

Vrijdag 29 maart

Paasstukjes maken.

Locatie: Theodotion serre

Donderdag 18 april 14:30 uur

Parkinson Café

Moeite met slikken en speekselvloed
Spreker Pleun Verstappen, logopedist
Locatie Theodotion Ridderzaal,
Werkdroger 1 in Laren

Donderdag 25 april 14:00 – 16:00 uur

Mantelzorg bijeenkomst groep 1

Locatie: Smeekweg 14, Laren

Donderdag 2 mei 14:00 – 16:00 uur

Mantelzorg bijeenkomst groep 2

Locatie: Smeekweg 14, Laren

Donderdag 16 mei 14:30 uur

Parkinson Café

Park Hotel Frank van Empel presentatie
boek Parkhotel tevens presentatie van
dance For health

Locatie Theodotion Ridderzaal,
Werkdroger 1 in Laren

Donderdag 6 juni 14:00 – 16:00 uur

Mantelzorg bijeenkomst groep 1

Locatie: Smeekweg 14, Laren

Donderdag 13 juni 14:00 – 16:00 uur

Mantelzorg bijeenkomst groep 2

Locatie: Smeekweg 14, Laren

Donderdag 20 juni 14:30 uur

Parkinson Café

Els Uitenwaal: ergotherapeut
i.s.m. Full mobility

Locatie Theodotion Ridderzaal,
Werkdroger 1 in Laren

Donderdag 25 juni 14:00 – 16:00 uur

Mantelzorg bijeenkomst groep 2

Locatie: Smeekweg 14, Laren

Juli

Geen Parkinson café

NB!! Dit programma is onder voorbehoud
van wijzigingen. Het meest actuele
programma vind u op onze website
www.parkinsoncafelaren.nl

Giften

Wilt u ons financieel helpen stort dan uw bijdrage op bankrekening NL31INGB0003787700 t.n.v. **Parkinson Vereniging** te Bunnik o.v.v. "Gift t.g.v. **Parkinson Café Laren**." De vereniging is ANBI gecertificeerd

.....

Organisatieteam Parkinson Café

Peter Versteeg	035-5267803	pg.versteeg@casema.nl
Ineke van de Heijden	035-5265272	inekevandeheijden@casema.nl
Anky Perdijk	035-5313074	famperdijk@gmail.com
George van Heerden	035-6212848	georgevan.heerden@gmail.com
Algemeen		parkinsoncafelaren@gmail.com

.....