

Nieuwsbrief van het Parkinson Café

jaargang 5 nr. 12; december 2017



Parkinson Vereniging regio 't Gooi
website: www.parkinsoncafelaren.nl
Email: parkinsoncafelaren@gmail.com

Adres verschillende activiteiten
Buurthuis Meentamorfose.
Landweg 5 Huizen

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

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
Prettige feestdagen	1
Terugblik op het PC van november.....	2
Biljarttoernooi	2
Hydrotherapie.....	2
Vervoer.....	3
Mantelzorg	3
Lidmaatschap Parkinson Vereniging	3
Workshop Schilderen	4
Kerststukken maken	4
Ingezonden bericht.	5
Het woord is aan Mariette	5
Agenda komende maanden.	6
Voorlopige agenda vanaf maart 2018	6
Organisatieteam Parkinson Café	7

Prettige feestdagen



Het organisatieteam van het Parkinson Café wenst u allen prettige feestdagen toe

Terugblik op het PC van november.



Het was weer de beurt aan onze neuroloog Dr Laboyrie om een presentatie te geven.

Na een inleidend verhaal over de geschiedenis van de geneeskunst werden een aantal natuurgeneeswijzen besproken zoals Mucuna Pruriens en Medicinale Cannabis. De lezing is verder te bekijken door [hier](#) te klikken

Biljarttoernooi



In januari van het nieuwe jaar wordt een biljarttoernooi gehouden. Dit zal plaatsvinden in de Meentamorfose in Huizen op woensdag 10 januari en 17 januari om 13:00 uur. Deelneming is gratis. Voor koffie en een broodje wordt gezorgd.

Opgeven of voor meer informatie: Peter Versteeg tel. 0617456799

Hydrotherapie



STTC , Sport Therapeutisch Trainings Centrum , gebruikt het Therapiebad van de “Zand zee” in Bussum o.a. voor ParkinsonFit groepslessen .

Iedere dinsdagmorgen zijn er groepslessen van 45 minuten o.l.v. een oefentherapeut Mensendieck.

Bij de infotafel bij het Parkinson Café is verdere informatie te vinden. Ook kunt u informeren op de site van sttc

www.sttc.nu/hydrotherapie ,

email: d.siebenmorgen@fysioholland.nl

Tel: 035-5243527.

Vervoer



Zoals beloofd gaan we proberen het vervoer voor mensen die moeite hebben activiteiten van het Parkinson Café te bereiken te vergemakkelijken.

Wij willen daarvoor een lijst met vrijwillige chauffeurs opstellen en een lijst met passagiers.

Wij kijken dan of we chauffeurs en passagiers kunnen matchen.

Wij denken dat daarbij een vergoeding tegenover moet staan en adviseren daarbij 2,- € per rit. Wij vragen u zich op te geven bij Ineke van de Heijden.

035-5265272

inekevandeheijden@casema.nl

Voor rolstoelers wijzen wij nog op de mogelijkheid om bij De Zonnebloem een elektrische auto te huren

Mantelzorg



De eerstvolgende bijeenkomst van de mantelzorgers is op donderdagmiddag 11 januari.

Deze vindt plaats bij Anky Perdijk [Smeekweg 14 in Laren](#).

Voor info of aanmelding kunt u contact opnemen via de mail met Anky Perdijk famperdijk@gmail.com.

Lidmaatschap Parkinson Vereniging



Al eerder hebben wij opgeroepen om lid te worden van de Parkinson Vereniging.

Een aantal malen hebben wij ontdekt, dat mensen die denken lid te zijn van de Parkinson Vereniging donateur van het Parkinson Fonds blijken te zijn.

Wij roepen u op nog eens te controleren of u wel lid bent van de vereniging.

Het Parkinson Fonds is een stichting die gelden inzamelt voor onderzoek.

De Parkinson Vereniging is een patiëntenvereniging, die Parkinsonpatiënten vertegenwoordigt, informatie verstrekt en ook meewerkt aan onderzoek.

Als lid krijgt u:

- Betrouwbare en onafhankelijke informatievoorziening
- 5 x per jaar toezending van het verenigingsblad Parkinson Magazine
- Gratis toegang tot het Persoonlijk Parkinson Dossier (PPD) - tools om zelfmanagement van mensen met de ziekte van Parkinson te bevorderen

- Toegang tot landelijke bijeenkomsten met presentaties van neurologen en andere zorgverleners
- Toegang tot het Parkinson Café in uw directe omgeving, hier kunt u terecht voor interessante lezingen en om contact leggen met ervaringsdeskundigen van de ziekte: andere mensen met de ziekte van Parkinson, mantelzorgers en partners uit uw eigen regio
- Belangenbehartiging

Korting op trainingen, cursussen, boeken en deelname aan verenigingsbijeenkomsten

Meer weten kijk dan op de website van de vereniging <https://parkinson-vereniging.nl/>

Of vraag inlichtingen bij de infotafel van het Parkinson Café

Workshop Schilderen

Onder leiding van Jetty Rooseboom



Op vrijdag 12 januari 2018 om 10.00 uur gaan we weer gezellig schilderen in de serre van Theodotion.

Er kunnen 10 mensen met Parkinson aan meedoen dit om iedereen de aandacht te geven die nodig is.

Als er nog plaatsen over zijn mogen mantelzorgers ook mee doen. We hebben de serre tot 13.00 u tot onze beschikking.

De kosten zijn € 5,- incl. koffie/thee en wat lekkers.

Opgeven bij Ineke van de Heijden

Inekevandeheijden@casema.nl

Of tel. 035-5265272

N.B.! mochten meer dan 10 personen meewillen doen, dan wordt u op een wachtlijst gezet en wordt u voor een volgende keer uitgenodigd.

Kerststukken maken



Het is weer december en dus tijd om kerststukjes te maken.

We doen dat dat weer in Theodotion. Op 14 december wordt u verwacht met een pot of schaal en zo mogelijk een

snoeischaar. We beginnen om 14:30 uur, maar vanaf 14:00 uur bent u welkom. Als u nog mooi groen in de tuin hebt mag u dat meenemen.

De eigen bijdrage bedraagt € 3,- voor materiaal en koffie met lekkers, te betalen bij binnenkomst.

Ingezonden bericht.

Ankie van Dam zond ons een fotootje met bijbehorend gedichtje.



*Ik had altijd nog sjans
met mijn goeie balans.
Maar nu heb ik toch pech
want hij lijkt voorgoed weg.
Of krijg ik nog een kans?*

Het woord is aan Mariette

All I want for Christmas

... in ieder geval geen nieuw been en ook geen nieuw hoofd

Hamstring gescheurd, kuitspier gescheurd, man wat een pijn. Naar de huisarts, die me vertelt dat het 8 tot 10 weken kan duren, dat herstel. Pijn neemt toe. Weer naar de huisarts, want nu wil ik een nieuw been. Krijg geen nieuw been. Herstel duurt 8 tot 10 weken – ojaaa dat had je vorige keer ook gezegd. Dus geen nieuw been? Nee, geen nieuw been.

Nieuw hoofd dan? Ah toe neuroloog, alsjeblieft?

Stel je voor dat je een nieuw hoofd met hersenen en al mocht uitkiezen, een replica van een hoofd naar keuze. Stress.

Fotomodellenhoofd

Welk hoofd zou ik dan kiezen? Van dat fotomodel? Ja hier nee zeg, dan ga ik dus ook denken als een fotomodel en kan ik de chocola wel vergeten. Mijn fotomodellenhoofd zou zich ook vast een beetje schamen voor het niet zo fotomodellerige lichaam waar ze dan de catwalk mee op en neer moest. Op mijn bergschoenen.

Sportershoofd

Het hoofd van een sporter dan? Hm, twijfel, dan zou mijn atletische hoofd totaal in de war raken van het gebrek aan discipline. Benen en armen hebben best discipline, maar lang niet genoeg voor een sportershoofd.

Nobelprijswinnaarshoofd

Het hoofd van een Nobelprijswinnaar? Kweenie hoor, dan moet ik me ineens goed kunnen concentreren op iets groots of juist iets kleins. Aan de andere kant, daar een beetje op het podium een toffe prijs in ontvangst nemen... Ahjoh ik ga zelf wel voor die Nobelprijs.

Neurologenhoofd

Het hoofd van de neuroloog? No way, dan wist ik teveel over mijn eigen neurologenhoofd, dan zou ik de hele tijd gezond moeten doen van mijn neurologenbrein en zou ik alle mensen die ik zie beoordelen op hun neurologische gezondheid. Lieve neuroloog, je hoofd is echt fantastisch, maar ik hoef geen replica.

Wie zou er dan willen ruilen van hoofd?

Ik niet dus, ik wil wel iemands onderdelen, spare parts zeg maar, overnemen. Maar ik ben toch echt te gehecht aan mijn eigen hoofd, mijn eigen denkpatronen, mijn geheugen, mijn beslissingen, mijn alles - om meteen voor een heel nieuw hoofd te gaan. Blijkbaar hou ik toch het meest van mijn eigen hoofd en alles wat daarin rondgaat.

Daarom is Parkinson zo onhandig, het bedreigt je eigen hoofd en dus alles wat daarin rondgaat. Terwijl ik eigenlijk, eerlijk gezegd, nu je het zo vraagt en nu ik er eens goed over nadenk, terwijl ik dus eigenlijk juist zo vertrouwd ben met mijn eigen hoofd. Daarom doen mensen zo moeilijk over Parkinson. Ik dus ook, want ik wil mijn vertrouwde warhoofd niet ruilen, niet kwijtraken, niet niks.

Agenda komende maanden..

- **N.B.! 14 december:** Laren Parkinson Café 14:30 uur zaal open 14:00 uur
Traditioneel kerststukken maken.
- Woensdag 10 januari: 13:00 uur biljarttoernooi
- Donderdag 11 januari bijeenkomst mantelzorgers.
- Vrijdag 12 januari 10:00 uur schilderworkshop
- Woensdag 17 januari: 13:00 uur biljarttoernooi.
- Donderdag 18 januari: Parkinson Café Laren :Herman van Damme over “Stress en Parkinson”
- Donderdag 15 februari: Parkinson Café Laren: bewegen en dansen
- 27 februari Stampot eten

Voorlopige agenda vanaf maart 2018

- 15 maart: Parkinson Café Ad Nouws over zijn nieuwe boek.
- 19 april: Parkinson Café: nog onbekend (Dr Krul gaat niet door)
- 17 mei: Parkinson Café :10 jarig Jubileum Parkinson Café met o.a. optreden Parkietenkoor.
- 31 mei Parkinson Café Hilversum. 's Middags; programma volgt nog
- 21 juni: Parkinson Café: multidisciplinaire bijeenkomst. Interactief gesprek.
- 19 juli: Geen Parkinson Café

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

