

# Nieuwsbrief van het Parkinson Café jaargang 5 nr. 3; maart 2017.



Parkinson Vereniging regio 't Gooi  
website: [www.parkinsoncafelaren.nl](http://www.parkinsoncafelaren.nl)  
Email: [parkinsoncafelaren@gmail.com](mailto:parkinsoncafelaren@gmail.com)

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

Buurthuis Meentamorfose.  
Landweg 5 Huizen

---

## Inhoudsopgave

|  |   |
|--|---|
| Inhoudsopgave .....                      | 1 |
| Het café van donderdag 16 februari ..... | 1 |
| Het café van donderdag 16 maart.....     | 2 |
| Driedaagse workshop schilderen.....      | 2 |
| Mag ik u voorstellen?.....               | 3 |
| Het woord is aan Mariette .....          | 3 |
| Zeg Leven, we moeten even praten.....    | 3 |
| Paaskrans .....                          | 5 |
| Tafeltennis-biljart-sjoel-toernooi.....  | 5 |
| Vervoer gezocht. ....                    | 5 |
| Agenda komende maanden. ....             | 5 |
| Organisatieteam Parkinson Café .....     | 5 |

---

## Het café van donderdag 16 februari



Het was een boeiende lezing over voeding en Parkinson. Erik de Groot en Saskia Smit vertelde in een duo presentatie over het gebruik van voeding voor een gezond leven. Extra aandacht werd daarbij besteed aan de voeding die specifiek voor Parkinson Patiënten nuttig is. Er waren veel vragen uit de zaal en er kon ook enkele producten gekocht worden om uit te proberen. De lezing kunt u terugzien op onze website door [hier](#) te klikken.



## Het café van donderdag 16 maart



Op donderdag 16 maart gaan we het hebben over valpreventie. Een interessant onderwerp voor iedereen die ouder en instabieler wordt, maar specifiek voor Parkinson Patiënten, die een hogere kans op vallen hebben dan gemiddeld. Marjolijn Kuijt van Versa Welzijn komt ons een en ander vertellen. De presentatie begint om 14:30. Zaal open 14:00 uur. Koffie en thee en een glaasje na afloop zijn gratis. Er wordt wel een vrijwillige bijdrage gevraagd

## Driedaagse workshop schilderen



De workshop van 10 januari j.l. heeft zoveel enthousiasme opgebracht dat er als vervolg een driedaagse workshop gegeven is door Eduard Moes in zijn eigen atelier. Hier nog een korte impressie.



## Mag ik u voorstellen?

Tot ons genoegen stellen wij u voor aan Mariette Robijn.  
Zij zal in de nieuwsbrief een blog verzorgen. We zijn daar heel erg blij mee.  
Zij verteld zelf wie zij is.



Dank jullie wel dat ik voor jullie nieuwsbrief mag schrijven. Ik ben nog nooit bij een Parkinson Café binnen geweest, omdat ik het in m'n hoofd heb gehaald dat dat niks voor mij is. Ligt niet aan jullie – ligt aan mij.

Ik hoop dat ik jullie iets breng met mijn blogs. Als je iets wilt vragen of roepen over mijn blogs, dan vind ik dat altijd interessant, je krijgt altijd antwoord.

Groetjes, Mariette

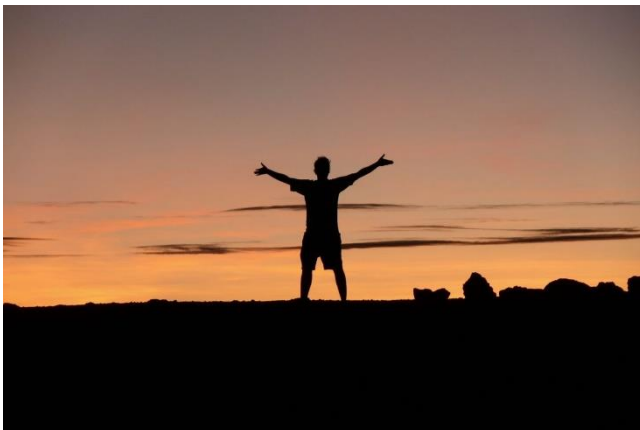
### Bio

Geboren op 6-6-66 in Nunspeet, jongste in een gezin met 4 kinderen. Supergezond opgegroeid met veel buitenspelen en bomenklimmen. Twee universitaire studies afgerond, stage gelopen in Tokio, paar jaar in de Londense City gewerkt en in 1994 terug in Nederland de man van mijn leven ontmoet. Met ons gezin wonen we in Huizen. De kinderen zijn nu 19, 16 en 15. We hebben altijd gewerkt, sinds een paar jaar werken we samen in ons bedrijf Finodex. Sinds de diagnose parkinson in 2012 ben ik iets minder gaan werken (nu 70%), ben vooral anders gaan werken. De diagnose parkinson kwam totaal onverwacht en binnen 3 weken. Ik was net 46.

Ik wandel, ik doe fitness en ik boks bij Sparking Boxing in Ede. Bloggen doe ik erbij, in het Nederlands en in het Engels. Ik ben gastblogger van de Michael J. Fox Foundation, van de National Parkinson Foundation, van ZorgkaartNederland en van ParkinsonNet.

## Het woord is aan Mariette

Zeg Leven, we moeten even praten



Je had me vanalles en nog wat beloofd, Leven. Je beloofde me geluk, succes, beetje roem ook al wist ik niet waarmee, een gezin met de man van mijn leven en ik werd ook 100, Leven. Kunnen we het daar even over hebben, als je je heeeel even vrij kunt maken van het oplijnen van nog meer verrassingen?

### **Het is menens**

Je voelt zeker wel, Leven, dat ik het meen. Je bent me nu al 50 trouw gebleven, ook al was het af en toe meer dun dan dik. Dus ik hou wel van je, je brengt me veel, maar ik heb het idee dat je een beetje van 't pad af bent.

### **We hadden een afspraak, Leven.**

Kijk, we hadden een afspraak, een soort raamcontract. We konden niet alles vastleggen, snap ik best, dus we gingen voor de grote lijn. Die van geluk, gezin, gezondheid. En geld, want op een stuk karton zit ik niet lekker. Dat heb je goed gedaan, Leven, we zitten met ons gezin in een prachtig, veilig huis en we moeten afvallen. Jouw verdienste, Leven. En je hebt er recht op dat wij het niet verprutsen. Eerlijk is eerlijk.

Maar Leven, zeg zelf, je hebt hier en daar wel wat zaken gemist. Dan heb ik het niet over de Wereld of Andere Mensen, nee, Leven, dit gaat over jou en mij.

### **Je weet waar het misging**

Je weet waar het misging, Leven, je weet dat we tot op de dag van vandaag verdriet hebben om het kind dat stierf. Je weet, Leven, dat er vanalles om ons heen gebeurt, met mensen van wie we houden. Je weet ook dat toen je even niet zat op te letten, we ineens met Parkinson opgescheept zaten. En bedankt. Hoe zie je dat voor je, had je het idee dat wij dat wel konden? Of ga je nu over de kleine lettertjes beginnen? Oja, ooojaaa! Moet je doen, Leven, moet je vooral doen! Je weet heel goed dat wij geen tijd hadden voor zoiets onzinnigs als kleine lettertjes. Parkinson, daar krijg je kleine lettertjes van, omdat je handschrift krimpt, maar dat geldt toch zeker niet voor ons contract?

### **Leven zegt iets terug**

Wat zeg je, Leven? Of ik klaar ben met m'n klacht? Welnee, ik begin pas net. Okey al goed al goed ik luister naar je. He? Geen contract? Hoezo, zitten we hier een beetje in het luchtledige samen te werken?

Het Leven antwoordt: dat contract, meisje, dat heb jij je in je hoofd gehaald. Er is geen contract. Stel je voor, meisje, dat ik met iedereen een contract moest afsluiten over wat-ie wel en niet van me zou krijgen. Dan zat iedereen nog in de wachtkamer van het leven te onderhandelen over ziektes, geluk, geld, vluchteling zijn – überhaupt leven. Nee meisje, daar hebben we helemaal geen tijd voor. En nee, we doen ook niet in standaardlevens, om het overzichtelijk te houden. Alsof jij dat gewild had, meisje. Dat je verlies moet lijden, met je kind en met je gezondheid, dat stond echt niet in dat denkbeeldige contract van je. Maar meisje, ik blijf wel bij je, want ik ben je Leven.

Ja maar ja maar probeer ik nog terwijl de druppels over mijn wangen rollen.  
Ja maar ja maar hoe moet dat dan, Leven?

Leven schudt haar hoofd en zegt: dat weet je best, meisje, doe maar gewoon waar je goed in bent, doe maar gewoon wat goed is voor iemand anders. Dat Parkinson is waardeloos, klopt, maar je hebt mij toch nog? Je kunt alle kanten met me op, we hebben geen contract en geen kleine lettertjes. We hebben elkaar.

En Leven neemt me bij de hand.

Mariëtte Robijn

[www.marietterobijn.com](http://www.marietterobijn.com)

## Paaskrans



Op 4 april is er weer een mogelijkheid om een paaskrans te maken. We beginnen om 13:30uur en gaan door tot 16:30 uur. De locatie is Theodotion in de serre achter de Ridderzaal.

Voor koffie wordt gezorgd. Ook is er materiaal aanwezig. De eigen bijdrage is 3 euro.

Er kunnen max 15 mensen meedoen. U kunt zich opgeven bij Ineke.

## Tafeltennis-biljart-sjoel-toernooi



Een groep van 8 mensen hebben een gecombineerd toernooi gehouden in de Meentamorfose. De uitslag was niet verrassend. Joan won het biljarten, Peter het tafeltennissen en Gerard het sjoelen. Allen gefeliciteerd.

## Vervoer gezocht.

Een lotgenoot uit Weesp zou graag het Parkinson Café willen bezoeken, maar heeft steeds problemen met vervoer. Is er iemand, die haar zou willen ophalen en thuisbrengen?

Dat zou erg fijn zijn. Geeft u zich op bij George van Heerden

<mailto:parkinsoncafelaren@gmail.com>

## Agenda komende maanden.

- 16 maart: Valpreventie door Marjolein Kuijt
- 20 April: Dr Krul over Parkinsonisme
- 18 Mei: Multidisciplinair
- 15 Juni: De laatste fase van het leven al of niet met Parkinson

## Organisatieteam Parkinson Café

|                      |             |  |
|----------------------|-------------|--|
| Peter Versteeg       | 035-5267803 | <a href="mailto:pg.versteeg@casema.nl">pg.versteeg@casema.nl</a>               |
| Ineke van de Heijden | 035-5265272 | <a href="mailto:inekevandeheijden@casema.nl">inekevandeheijden@casema.nl</a>   |
| Anky Perdijk         | 035-5313074 | <a href="mailto:famperdijk@gmail.com">famperdijk@gmail.com</a>                 |
| George van Heerden   | 035-6212848 | <a href="mailto:georgevan.heerden@gmail.com">georgevan.heerden@gmail.com</a>   |
| Algemeen             |             | <a href="mailto:parkinsoncafelaren@gmail.com">parkinsoncafelaren@gmail.com</a> |