

Nieuwsbrief van het Parkinson Café november 2015.



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



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

Buurthuis Meentamorfose.
Landweg 5
Huizen



Inhoud

Parkinson Café van 15 oktober 2015	2
Kook workshop 3 december.....	3
Café op 10 december.....	3
Parkinson Café van 19 november 2015.....	4
Wijnproefavond 4 november 2015.....	4
Wordt ervaringsdeskundige bij MEE	4
Daans verhaal	5
Geluk hebben.....	5
Keltische harp.....	6
Broeken voor Parkinsonmannen	6
Agenda komende maanden	6
Organisatieteam Parkinson Café	6
Nieuws van het ParkinsonNet	7



Parkinson Café van 15 oktober 2015

Het Parkinson Café van 15 oktober had een gevarieerd programma.



Allereerst kwam Ellen van Bruggen vertellen over de Tandarts Praktijk Geriatrie. Er komt meer kijken bij het onderhoud van je gebit dan je op het eerste gezicht zou denken. In een boeiende presentatie liet Ellen ons in de “bek” kijken. Ook kregen we veel tips met als rode draad: “laat geen tanden of kiezen uit je mond halen als het niet echt noodzakelijk is.”



Daarna was het tijd voor Luc en Tim om een toelichting te geven over “Parkinson Thuis Studie” Dit is een onderzoek naar de relatie tussen medicijnen, functioneren en het verloop van de ziekte. Er wordt daarbij gebruik gemaakt van een smartwatch en een smarttelefoon. Er was veel belangstelling om mee te doen. Verder informatie op www.parkinsonthuis.nl info@parkinsonthuis.nl of tel 085-8888660.



Tot slot was er een presentatie over verleden, heden en toekomst van het Parkinson Café door Ineke, Peter en George.

Kook workshop 3 december



Op 3 december wordt in Meentamorfose (adres zie kop van de brief) een workshop Indisch koken o.l.v. Francien Lorenzo voor bezoekers van het Parkinson Café gehouden . Ook als u geen liefhebber bent van koken, maar wel van eten, bent u van harte welkom om de

culinaire hoogtepunten te proeven. De kosten zijn 5 euro per persoon.

Opgeven bij Peter Versteeg. Er zijn nog maar een paar plaatsen vrij.

Als de inschrijving vol is, dan wordt in januari 2016 deze workshop herhaalt.

Café op 10 december



Traditioneel worden op de tweede donderdag van december in het café kerststukjes gemaakt en schilderijen geproduceerd. Het gaat er niet om een prachtig resultaat neer te zetten maar om gezellig bijeen te zijn met een praatje, drankje en hapje; en creativiteit . Wilt u zich wel van te voren opgeven bij Peter als u mee wilt doen. De kosten voor het materiaal zijn 2 euro p.p.

Parkinson Café van 19 november 2015



Het is de beurt aan neuroloog Dr. Laboyrie om een verhaal te komen vertellen. Natuurlijk wordt weer gesproken over de ontwikkeling binnen Parkinson maar is er ook speciale aandacht voor de verschillen en overeenkomsten tussen Parkinson en Parkinsonisme. Het traditionele openbare consult zal zeker onderdeel van de presentatie uitmaken.

De lezing van Dr Laboyrie begint om 14:30 uur Het Parkinson Café is om open 14:00 uur. Dus gelegenheid om de informatie tafel te bezoeken.

Wijnproefavond 4 november 2015



Op 4 november is er weer een wijnproefavond gehouden bij Siersma aan de Havenstraat 30 in Huizen.

Zoals u ziet was het een gezellige avond.

Wordt ervaringsdeskundige bij MEE



MEE Utrecht Gooi & Vecht is bezig met het opzetten van een database ervaringsdeskundigheid voor mensen die zorgvrager zijn, of op een ander manier bij de zorg betrokken zijn b.v. mantelzorgers.

Voor meer informatie en aanmelden zie:

www.mee-ugv.nl/ervaringsdeskundigen

Met vragen kunt u ook terecht bij Martha Boer via:

ervaringsdeskundigen@mee-ugv.nl of

T 088 064 34 28,

Daans verhaal

Geluk hebben



In onze fysiogroep hadden we het over een artikel dat in Parkinson Magazine had gestaan. Patiënte Mariëtte Robijn, ondanks haar ziekte druk in de weer met het IT-bedrijf dat zij samen met haar man runt en moeder van drie opgroeiende tieners, komt aan het woord. Ze zegt dat ze geluk heeft, want haar opgewekte karakter en de manier waarop man en kinderen op haar ziekte reageren helpen haar enorm.

Geluk? In onze groep werd gezegd: ‘Als ik zo’n verhaal lees over een jonger iemand met parkinson, denk ik: ik heb geluk

gehad, want ik kreeg het pas op latere leeftijd’.

Iedereen gelukkig, dus. Wij omdat wij op ons veertigste er nog geen last van hadden, zij omdat ze zo’n vrolijk en levenslustig type is. Tel je zegeningen... Intussen zitten wij, jong en oud, wel allemaal in hetzelfde schuitje. En om nu te zeggen dat het makkelijk is...

Positief denken is belangrijk, zeker. Dat zie je aan Mariëtte’s verhaal. Ik lees tot drie maal toe dat in huize Robijn ‘vreselijk wordt gelachen’, soms over niks, maar het houdt de stemming erin. Haar columns over omgaan met parkinson, die tot in Amerika en Canada worden gelezen, hebben ook die lichte toets. Dat maakt weer anderen blij. Iemand schreef: ‘Ik heb ontzettend last van een maskergelaat, behalve als ik jouw columns lees, dan straalt ik de hele dag’. Mooier compliment is niet denkbaar.

Inderdaad, Mariëtte heeft geluk, want het kan heel anders verlopen. In hetzelfde nummer lees ik bijvoorbeeld een verhaal over Jan Rademaker (54) en zijn gezin. Hij heeft het stevig voor de kiezen. MSA-patiënt, uit het arbeidsproces geraakt, kan bijna niet meer lopen, praten gaat ook heel moeilijk meer, moet vaak liggen, en zo is er nog het een en ander. Misschien wel het grootste verschil met Mariëtte: zijn humor is hij kwijt. Zijn vrouw Jetty: ‘Ik mis de Jan die hij was. Nu is hij tobberig, maar dat was altijd mijn afdeling. Hij maakte altijd grapjes en relativeerde wanneer ik ergens over tobde’. Twee tobbers moeten het dus samen zien te rooien. Dat lijkt me heel wat moeilijker dan Mariëtte’s verhaal, en niet alleen omdat Jan het fysiek zwaarder heeft. Jetty klinkt bitter. Haar baan – ze was verpleegkundige – is ze kwijt geraakt door Jans ziekte. ‘Ook daardoor voel ik mij als gepensioneerde. Ik ben pas vijftig en mijn leven lijkt voorbij’.

Als ik dat lees, ben ik wel even stil. Jan en Jetty en hun drie dochters, ze proberen het wel, ze zitten niet bij de pakken neer, ze maken bijvoorbeeld vakantieplannen, maar het valt niet mee. Ze hebben geen geluk. En ze moeten toch verder. Jan is net een blog begonnen, ‘en daar haal ik veel energie uit’. Mooi, denk ik dan, blijven doorgaan in die strijd tegen een onvermijdelijke neerwaartse spiraal. Zoals wij dat allemaal doen, ieder op onze manier.

Reageren? Ga naar:

dbvanderwaals@telfort.nl



Keltische harp



Janny Maramis, Ceintuurbaan 293, Bussum wil graag individueel Keltische harp spelen voor iemand die Parkinson heeft. Zij zegt:

“Ik heb al enkele mensen die af en toe komen. Ikzelf wil kijken hoe iemand met Parkinson dat ervaart”

Janny komt uit het speciaal onderwijs en is 64 jaar. Zij speelt 25min. muziekstukjes die zij op de muziekschool geleerd heeft. Daarna drinkt u met haar een kopje thee of koffie. Het is de bedoeling om ontspanning en een aangename middag te bezorgen voor zowel bezoeker als zichzelf.

Het is wel de bedoeling dat de persoon gebracht en weer opgehaald wordt.

Degene die dat doet mag ook bij het spelen erbij blijven.

Het mailsdrea van Janny is: jannymaramis@outlook.com

Broeken voor Parkinsonmannen

Een mevrouw uit Laren bied gratis mooie klassieke broeken aan met speciaal gemaakte klittenbandsluiting voor iemand met een taille van 100cm. De lengte van de broek is één meter. Mevrouw wil ze graag aan iemand met Parkinson geven, het zijn herenbroeken van mooie kwaliteit. Heeft u interesse, bel dan naar Ineke van der Heijden tel: 035-5265272

Agenda komende maanden

- 3 december: meentamorfose, Kookworkshop.
- 10 december Café: N.B. de **tweede donderdag** van december en dus schilderen en kerststukjes maken.
- 21 januari 2016 Café: mindfulness zie [website mindfulness](#) .
- Januari: eventueel tweede workshop koken
- 19 februari: Café Hans Holtslag met een nieuwe show.
- Februari: Meentamorfose Tafeltennistoernooi

Organisatieteam Parkinson Café

Peter Versteeg	035-5267803	pg.versteeg@casema.nl
Ineke van de Heijden	035-5265272	inekevandeheijden@casema.nl
Els Kole-Hillebrink	035-6947670	ehillebrink@hotmail.com
George van Heerden	035-6212848	georgevan.heerden@gmail.com
Algemeen		parkinsoncafelaren@gmail.com

Nieuws van het ParkinsonNet



ParkinsonNet is een landelijk netwerk van zorgverleners die gespecialiseerd zijn in het behandelen en begeleiden van parkinsonpatiënten. Meer dan 2700 zorgverleners (onder andere neurologen, fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten en verpleegkundigen) zijn aangesloten bij dit netwerk.

ParkinsonNet 't Gooi en het Parkinson Café Laren onderhouden een goede relatie. Zo verzorgen leden van het Net eenmaal per jaar een café met multidisciplinaire teams en het organisatie team van het Café bezoekt de vergaderingen van het ParkinsonNet. Dit is aanleiding om nieuws van het ParkinsonNet voortaan op te nemen in de nieuwsbrief van Het Café.

