

Redactie: Debby de Wal en Jacques de Roos

Contact via: [peecafezoetermeer@ziggo.nl](mailto:peecafezoetermeer@ziggo.nl)

[www.parkinsoncafezoetermeer.nl](http://www.parkinsoncafezoetermeer.nl)

## Nieuwsbrief 2018 nr. 4

---

### In dit nummer:

Verslag Parkinson heb je niet alleen

Boksen met Parkinson (aanvullende info)

Zingen met Parkinson

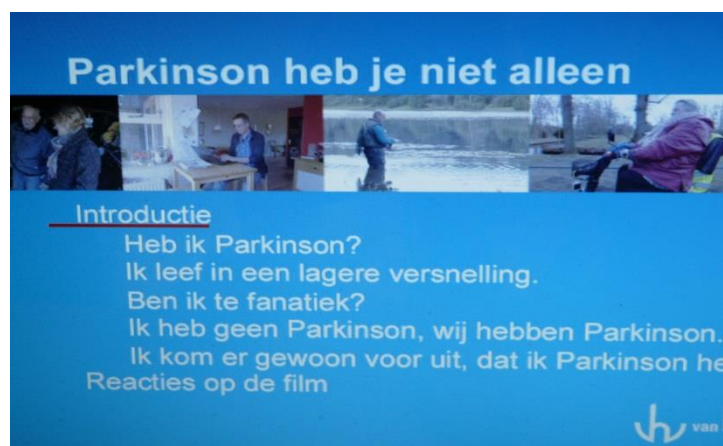
Kleine bijdrage en lidmaatschap Parkinsonvereniging

Oproep Copy en kleine bijdrage parkinsoncafe

Lid worden van de Parkinson vereniging?

---

## Verslag bijeenkomst: PARKINSON heb je niet alleen



Debby de Wal heet alle bezoekers van harte welkom en deelt mede dat het bestuur van het ParkinsonCafé een DVD heeft aangeschaft met de titel "Parkinson heb je niet alleen" waarvan vandaag een gedeelte getoond zal worden.

Het eerste deel betreft de een jonge Parkinsonner, de heer Albert Jan Bosch. Met als titel: "ik leef in een lagere versnelling". Hij kreeg last van stijfheidsverschijnselen en tragere bewegingen. Toen hij na het lopen van een marathon niet herstelde van zijn vermoeidheid bleek hij Parkinson te hebben. Hij heeft niet veel uiterlijke verschijnselen van de ziekte maar juist het onzichtbare gedeelte is heel groot, hij weet bijvoorbeeld soms niet wat hij moet zeggen of hoe te reageren. Door medicijnen, rust en veel dingen niet te doen, blijft hij nog goed functioneren. Hij blijft mogelijkheden houden om nog doelen na te streven. *Sinds lange tijd schrijft hij een column in het Parkinson Magazine.*

Het tweede deel gaat over de heer Hakkert, met als titel "Ben ik te fanatiek?" Bij deze man van 55 jaar is 14 jaar geleden de diagnose Parkinson gesteld.

Sindsdien is hij in de WAO. Samen met zijn vrouw vertelt hij over de impact van zijn ziekte op hun dagelijks leven. Hij beschikt over een prima conditie, sport veel (o.a. tafeltennissen, fietsen, vliegvissen, biljarten). De laatste jaren doen er zich echter meer wisselingen in zijn

motoriek voor en is er sprake van een verandering in zijn denken: hij wordt trager, kan minder goed plannen. Daarnaast is door de medicatie zijn gedrag veranderd: hij is overmatig fanatiek, kent zijn grenzen niet zo goed.

Het derde deel betreft mevrouw Voorzee. De titel is dan "Ik heb geen Parkinson, wij hebben Parkinson". Mevrouw Voorzee is 61 jaar, heeft al meer dan 15 jaar de ziekte van Parkinson. Dankzij de inzet van haar man als mantelzorger kan mevrouw Voorzee, die meerdere gezondheidsklachten heeft, nog thuis blijven wonen. De laatste tijd gaat zij motorisch en geestelijk achteruit. Ze is somber gestemd, heeft hallucinaties en heeft moeite met het vinden van een duidelijke dagstructuur.

Voor de heer Voorzee wordt de zorg voor zijn vrouw erg belastend. In overleg met de behandelend neuroloog wordt gekozen voor een opname op de Parkinson "short stay afdeling" in verpleeghuis Maartenshof in Groningen.

De beelden illustreren dat elke Parkinsonpatiënt anders is. Symptomen van de ziekte wisselen per patiënt en ook de manier waarop men met de ziekte omgaat.

Indien u de DVD een keer wil lenen om thuis op uw gemak te kunnen bekijken, neem dan contact op met Jacques de Roos: [peecafezoetermeer@ziggo.nl](mailto:peecafezoetermeer@ziggo.nl).



## **De volgende bijeenkomst vindt plaats op DINSDAG 17 april 2018**

**Het onderwerp is dan: Parkinson, wat weten we en Wereld  
Parkinsondag**

### **Boksen met Parkinson**

In Nieuwsbrief nr.3 stond een artikel over Boksen met Parkinson. Fysiotherapeut David Rigter geeft daar lessen in. Het is verstandig dat u eerst advies vraagt aan uw fysio- oefentherapeut of het wel veilig is om aan deze lessen deel te nemen mede omdat **de heer Rigter geen ParkinsonNet-therapeut is**. Wilt u weten of uw fysio- oefentherapeut een ParkinsonNet-therapeut is, klik dan even op deze link: <http://www.parkinsoncafezoetermeer.nl/wp/wp-content/uploads/2016/03/2016-Zorgverleners-ParkinsonNet-Zoetermeer.pdf>

## Zingen met Parkinson

Op donderdag 27 september 2018 organiseert Emiel Hoefnagel samen met het [Mr P's Singers](#) koor, parkinson-koor uit Nijmegen, een dag voor mensen met de ziekte van Parkinson en hun partner/mantelzorger in Ede. Het doel is die dag vooral veel samen te zingen. gemaakt website? Voor meer info zie: [zingenmetparkinson.nl](http://zingenmetparkinson.nl).

## Oproep copy

Heeft u iets interessants gezien over Parkinson of een leuk verhaal hierover of wilt u uw persoonlijke ervaring kwijt stuur dan deze naar [peecafoezoetermeer@ziggo.nl](mailto:peecafoezoetermeer@ziggo.nl)

ParkinsonCafé zal uw verhaal dan in de nieuwsbrief publiceren.

## Kleine bijdrage t.b.v. ParkinsonCafé

Het bestaan van het ParkinsonCafé hangt o.a. af van onze sponsoren en kleine giften van onze bezoekers. Onze sponsors hebben ons geholpen aan een startkapitaal om het ParkinsonCafé op te zetten. Om ook in de toekomst zeker te zijn van onze bijeenkomsten vragen wij om een vrijwillige kleine bijdrage. Elk bedrag is welkom maar u mag ook een sponsor aandragen. Deze bijdrage kunt u storten op **NL40 RABO 0156 9062 44** t.n.v Parkinsonvereniging **onder vermelding van ParkinsonCafé Zoetermeer e.o..** Tijdens de bijeenkomsten staat bij de bar een "SParki" alwaar u ook een kleine bijdrage kunt doneren. In maart hebben wij € 14,25 via de "SParki" opgehaald.

**Wij danken een ieder hartelijk voor wie ons café heeft gesteund!!**

## Lid worden van de Parkinson vereniging?

Dank zij de parkinson vereniging kunnen wij de bijeenkomsten van Parkinson Café organiseren. Parkinson Café is een initiatief van de Parkinson vereniging. U kunt lid worden van de parkinsonvereniging voor omgerekend **nog geen € 3,34 per maand!**

Als u lid wordt profiteer van vele voordelen:

- Altijd op de hoogte van de laatste ontwikkelingen op gebied van onderzoek en ontwikkelingen;
- Vijf keer per jaar Parkinson Magazine;
- Maandelijkse nieuwsbrief;
- Korting op boeken en cursussen;
- Korting op landelijke informatiedagen.

U bent al lid vanaf €40,- per jaar.

Veel aanvullende zorgverzekeringen vergoeden het lidmaatschap. Kijk voor meer informatie in uw polis.

Donateur worden kost minimaal € 25 per jaar

Voor meer info zie: [www.parkinson-vereniging.nl/de-vereniging-pv/lidmaatschap/](http://www.parkinson-vereniging.nl/de-vereniging-pv/lidmaatschap/)

U kunt ook lid worden door contact op te nemen met het secretariaat via [info@parkinson-vereniging.nl](mailto:info@parkinson-vereniging.nl) of 030-6561369.

**ParkinsonCafé Zoetermeer wordt mede mogelijk gemaakt door:**



Fonds 1818



Meerzicht  
Lid van ParkinsonNet



Unie van de Soroptimistclubs  
In Nederland, Suriname en Curaçao  
A Global Voice For Women