

## Uitnodiging

---

### Wat:

### Workshop met de Ronnie Gardiner Methode



Marjan de Kleijn en Odette Groenheide van Oefentherapie Oostland geven een workshop met de Ronnie Gardiner Methode.

De Ronnie Gardiner Methode (RGM) is een multi-sensorische oefenmethode voor de hersenen, waarbij op het ritme van muziek oefeningen worden gedaan aan de hand van geprojecteerde symbolen.



Het doel van de RGM is om zoveel mogelijk gebieden in de hersenen tegelijk aan het werk te zetten. Als men zich hierin traint, dan wordt de samenwerking tussen linker- en rechter hersenhelft gestimuleerd, worden bestaande neurologische verbindingen versterkt en de aanmaak van nieuwe verbindingen gestimuleerd. Bovendien wordt de aanmaak van neurotransmitters gestimuleerd. Hierdoor kunnen hersenfuncties herstellen/verbeteren, hetgeen onder meer kan leiden tot verbetering van de concentratie, energieniveau, het geheugen, balans en het spraak-, lees- en leervermogen. Ook is de RGM goed voor de stemming van deelnemers, het is intensief én leuk om te doen. RGM geeft velen zelfvertrouwen en het gevoel weer mee te kunnen doen.

### Wanneer: dinsdag 15 oktober 2019

van 14.45 tot 16.30 uur

Inloop vanaf 14.30 uur

### Waar:

Recreatieruimte Bijdorp  
Bijdorplan 471- 477  
2713 SZ Zoetermeer

ParkinsonCafé tel: 06 22 02 61 65

E-mail: [info@parkinsoncafezoetermeer.nl](mailto:info@parkinsoncafezoetermeer.nl)

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

U kunt deze uitnodiging verspreiden onder uw contactpersonen die op de hoogte gehouden willen worden van het ParkinsonCafé.

Het ParkinsonCafé wordt in principe **elke derde dinsdag van de maand** gehouden. Het *ParkinsonCafé* Zoetermeer is een *ontmoetingsplek* voor lotgenotencontact van mensen met de ziekte van Parkinson of parkinsonisme, hun partners, familieleden, vrienden en andere belangstellenden. De bezoekers van het café kunnen elkaar ontmoeten in een open en ontspannen sfeer. (Je hoeft niet uit te leggen waarom je je anders beweegt en/of praat).

In het ParkinsonCafé wordt tevens informatie over diverse onderwerpen aangeboden die betrekking hebben op de aandoening. De informatie kan worden verzorgd door professionele deskundigen en door ervaringsdeskundigen.

### **ParkinsonCafe is een initiatief van de Parkinson-Vereniging**

