



PARKINSONISME

CAFÉ

ZOETERMEER e.o.



Redactie: Anneke Huizinga

Contact via info@parkinsoncafezoetermeer.nl

www.parkinsoncafezoetermeer.nl

Nieuwsbrief 02 - 2024

Inhoud

Van de redactie	1
ParkinsonTV	2
Verslagen vorige bijeenkomst 16 januari	2
Cue2Walk	2
Maatjes voor mensen met parkinson	3
Lid worden van de Parkinson Vereniging?	4
Kleine bijdrage t.b.v. Parkinson Café.....	4
Sponsors.....	4

Van de redactie

Op dinsdag 20 februari verwelkomen we u graag op een bijeenkomst over blaas- en darmproblemen en wat een bekkenfysiotherapeut daarin kan betekenen. Mevrouw Dorien Bennink, hoofdonderzoeker, afdeling urologie LUMC doet met een team onderzoek naar deze behandeling: de LIPPE-studie.

De overige data (onder voorbehoud):

19 maart	Leefstijl en Parkinson
16 april	Geavanceerde therapieën door mevrouw dr. P. Doorlag, neuroloog met specialisatie Parkinson in Alrijne Ziekenhuis
21 mei	Nog in voorbereiding (Slaap en Parkinson geannuleerd)
18 juni	Creativiteit en Parkinson
17 september	Parkinson Algemeen
15 oktober	NVVE
19 november	Mentale kracht en Parkinson
17 december	Viering 12,5 jarig bestaan Parkinson Café

Op 13 april 2024 staat het Wereld Parkinson Dag symposium in Nieuwegein in het teken van "Goede zorg, mijn zorg" en er is een apart parallel programma-

onderdeel voor de doelgroep "Jong en Parkinson". Aanmelden kan via de website van de Parkinson Vereniging.

ParkinsonTV

Op 26 januari heeft u kunnen kijken naar een uitzending over Parkinson en Pijn. En op 23 februari om 16.00 uur praten experts over acceptatie en Parkinson.

Verlagen vorige bijeenkomst 16 januari

Cue2Walk

Op dinsdag 16 januari kregen we uitleg van Francie Schuurman over de werking van Cue2walk. Mensen die last hebben van freezing of gait kunnen baat hebben bij een apparaat dat geluid of een trilling afgeeft. Francie liet ons zien hoe dit apparaat werkt. Bijna iedereen met Parkinson heeft of krijgt last van loopproblemen. Ook bij stress nemen deze problemen toe. Een wetenschappelijk bewezen methode om een freeze te doorbreken is cueing. Dit is het aanbieden van een externe prikkel waar de patiënt zich op kan focussen, zodat een ander hersengebied geactiveerd wordt en de patiënt weer in beweging kan komen. Een Cue2Walk kan dan een goed hulpmiddel zijn.



De Cue2walk is een band die om de enkel of onderbeen geplaatst wordt, onder of boven de kleding. Het is makkelijk in gebruik en wordt helemaal op de eisen van de gebruiker ingesteld. Tijdens de bijeenkomst proberen een aantal mensen om hiermee te lopen. Het apparaat geeft een lichte trilling en/of een kort geluid zodra het actief is.

Als u geïnteresseerd bent in de Cue2Walk is aanmelding via de website mogelijke waarna een vrijblijvende intake gedaan zal worden. Vervolgens wordt de Cue2Walk aangemeten en ingesteld en wordt met een behandelaar geoefend. De kosten bedragen € 895 en worden (nog) niet vergoed door de verzekeraars.

Voor meer informatie: www.cue2walk.nl



Maatjes voor mensen met parkinson

Maria van den Akker van MEE Zuid-Holland Noord is coördinator Vrijwilliger Thuis in Zoetermeer voor mensen met enige vorm van beperking. Maria vertelt enthousiast wat vrijwilligers (maatjes) kunnen betekenen voor mensen met de ziekte van Parkinson met een klein sociaal netwerk en die thuis wonen.

Er worden verschillende vormen van vrijwilligerswerk geboden:

- het thuiszorgmaatje; men gaat samen iets leuks doen, een praatje maken of biedt respijtzorg voor de mantelzorg
- het vertrouwingsmaatje; biedt een luisterend oor en verslaglegging in diverse situaties
- het mantelzorgmaatje; biedt ondersteuning aan (zwaar) belaste mantelzorg door regelzaken, een luisterend oor of ontspanning.



Maatjes zijn altijd een aanvulling op de professionele hulp, dus geen vervanging.

Momenteel zijn al aan 5 mensen met Parkinson een maatje gekoppeld, en er ligt nog één aanvraag.

Henk, een ervaringsdeskundige die dus zelf parkinson heeft en een bezoeker van het café is, vertelt dat hij ruim een jaar geleden maatje is geworden met Mark die ook parkinson heeft. De beide heren bleken een geweldige klik te

hebben. Inmiddels doen ze heel veel samen, zoals foto's maken, fietsen, tafeltennissen, sporten en ook veel plezier maken. En er is nu zelfs een hechte vriendschap ontstaan!

Als men interesse heeft om zich aan te melden voor een maatje, dan moet eerste een aanvraag ingediend worden door een verwijzer, dan volgt er een huisbezoek en wordt een koppeling gezocht met een passende vrijwilliger. Ook kan men zich aanmelden als vrijwilliger. Alle aanvragen worden "op maat" bekeken.

Voor meer informatie:

Algemeen: Vrijwilligerthuis@meezhn.nl

Maria van den Akker: m.vandenakker@meezhn.nl of 06-10 64 67 65

Annemieke Evenblij: a.evenblij@meezhn.nl of 06-41 82 86 89

Martine de Waal: vrijwilligerthuis@meezhn.nl

En op de website Zoetermeervoorelkaar.nl.

Lid worden van de Parkinson Vereniging?

Dankzij de Parkinson Vereniging kunnen wij de bijeenkomsten van Parkinson Café Zoetermeer organiseren. Parkinson Café is een initiatief van de Parkinson Vereniging. U kunt al lid worden voor **€ 3,75 per maand**. Als u lid wordt profiteert u van vele voordelen:

- Altijd op de hoogte van de laatste ontwikkelingen op gebied van onderzoek en ontwikkelingen;
- Vijf keer per jaar Parkinson Magazine;
- Maandelijks nieuwsbrief;
- Korting op boeken en cursussen;
- Korting op landelijke informatiedagen;
- Veel aanvullende zorgverzekeringen vergoeden (deels) het lidmaatschap.

Kijk voor meer info <https://www.parkinson-vereniging.nl/word-lid/aanmelden>

U kunt voor elk willekeurig bedrag donateur worden. Voor meer info zie: <https://www.parkinson-vereniging.nl/word-donateur/aanmelden>.

U kunt ook lid worden door contact op te nemen met het secretariaat via info@parkinson-vereniging.nl of **030-6561369**.

Kleine bijdrage t.b.v. Parkinson Café

Het bestaan van het Parkinson Café hangt o.a. af van onze sponsors en (kleine) giften van onze bezoekers. Onze sponsors hebben ons geholpen aan een startkapitaal om het Parkinson Café 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 Parkinson Café Zoetermeer e.o.** Tijdens de bijeenkomsten staat op de tafels en bij de bar een "Sparki" waar u ook een (klein) bedrag kunt doneren. **Wij danken een ieder hartelijk die ons café heeft gesteund!!**

Sponsors



Meerzicht
Lid van ParkinsonNet



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

PELGRIMSHOEVE



SNUFFELMARKT



Fonds stichting Van der Toorn