

Redactie: Debby de Wal en Jacques de Roos
Contact via: info@parkinsoncafezoetermeer.nl
www.parkinsoncafezoetermeer.nl

Nieuwsbrief 2019 nr. 02

In dit nummer:

Verslag Quiz That's the answer

Terugblik

Boekbesprekingen

Kleine bijdrage en lidmaatschap Parkinsonvereniging.

Oproep Copy en kleine bijdrage parkinsoncafe.

Lid worden van de Parkinson vereniging?

Verslag Quiz That's the Answer

Bij de eerste bijeenkomst van dit nieuwe jaar kwam Bert van Leeuwen de quiz "That's the Answer" presenteren.



Allereerst wenst Annemieke Schipper alle aanwezigen namens het bestuur een heel goed Nieuwjaar toe.

Annemieke Schipper kan gelukkig weer bij ons aanwezig zijn, na haar val enige tijd geleden waarbij zij beide ellebogen brak. Zij is heel blij dat Bert van Leeuwen aanwezig kan zijn om vanmiddag de quiz te presenteren.

Bert van Leeuwen vertelt dat hij ook bekend is met de ziekte van Parkinson. Zijn vader, die ook een regelmatige bezoeker van onze ParkinsonCafé was, was parkinsonpatiënt. Helaas is hij in oktober jl. overleden. Zijn moeder is deze middag ook aanwezig. Bert legt uit hoe de quiz in zijn werk gaat: er zijn drie rondes. De eerste- en tweede ronde bestaat uit een aantal vragen, waarbij de aanwezigen met de uitgereikte groene en rode kaarten aan kunnen geven of het goed of niet goed is. Wie de vraag fout beantwoordt valt gelijk af. Wie in deze rondes een fout antwoord geeft valt af. In eerste- en tweede ronde blijven Henk van Eeden en Hans Brinkman over als finalisten



Vervolgens komt de derde ronde waarbij de alle aanwezigen hun antwoord op de multiplechoicevragen die getoond worden, kunnen invullen op een formulier. Er is een zeer gevarieerd aanbod van – soms hilarische – vragen. Er wordt veel gelachen.



In de pauze worden de formulieren door de jury gecontroleerd en dat levert nog een finalist op nl Mirjam de Vries

Deze 3 finalist strijden in de eindronde om de felbegeerde PeeCafeTrofee!

Al snel komt na een paar moeilijke vragen Hans Brinkman als overwinnaar uit de bus. Hij ontvangt uit handen van Bert van Leeuwen de **PeeCafeTrofee** en een doosje bonbons.



Op de foto: Hans Brinkman toont de geweldige beker met de grote oren 😊!!



Op de foto: o.a. Mirjam de vries en Henk van Eeden met de 2^e en 3^e prijs in de vorm van een kleine attentie

Bert van Leeuwen wordt na afloop hartelijk bedankt voor zijn onnavolgbare leuke presentatie van de Quiz en krijgt van Jacques de Roos een bos bloemen een een flesje vloeibare gezelligheid (wijn).

Ghislaine Painter vestigt aan het eind van de bijeenkomst de aandacht op een pas uitgeven boekje "reisgids voor mantelzorgers". (Zie ook bij de boekbesprekingen.)

De volgende bijeenkomst vindt plaats op DINSDAG 19 februari 2019

Het onderwerp zal dan zijn : LEA de robot rollator

Terugblik 2018

2018 was voor het bestuur een moeilijk jaar. Het was een jaar waarin alle zeilen bijgezet moesten worden. Bij bestuurslid Jacques de Roos werd na onderzoek in een vroegtijdig stadium prostaatkanker ontdekt. Dit gaf veel ongemak maar de behandelingen bleken later succesvol! De bestralingen en de hormoonkuur waren wel vermoeiend waardoor de werkzaamheden voor het café bemoeilijkt werden.

Ons café moest dit jaar afscheid nemen van een aantal bezoekers. Allen bereikten een vrij hoge leeftijd.

Een aantal bijeenkomsten werden goed bezocht maar iets wat het bestuur zorgen baart is het geleidelijk afnemende bezoekers aantal. Het is voor het bestuur, nu het café langer bestaat, moeilijk om elke maand een boeiend onderwerp te verzinnen. Hoogtepunten waren de bijeenkomsten over autorijden, slaap, stemming, medicijnen en fietsen. Dieptepunt in 2018 was de bijeenkomst over werk. Op deze bijeenkomst kwamen buiten het bestuur en een hulpverlener van ParkinsonNet maar 3 bezoekers!! Mochten tijdens de bijeenkomsten structureel minder dan 25 bezoekers komen dan moet het Café volgens de statuten van de vereniging de deuren sluiten. Het kan zijn dat het onderwerp niet aansluit bij de behoeften van de bezoekers. Het bestuur doet daarom een dringend beroep op u om uw wensen voor een onderwerp kenbaar te maken.

Boekbespreking "Reisgids mantelzorg"

Mantelzorgers raken bij de zorg voor hun partner of ouder vaak de weg kwijt in het oerwoud van regels en emoties. Daarom is er nu de Reisgids Mantelzorg die mantelzorgers helpt hun weg te vinden in de wereld van de zorg voor ouderen. Met een



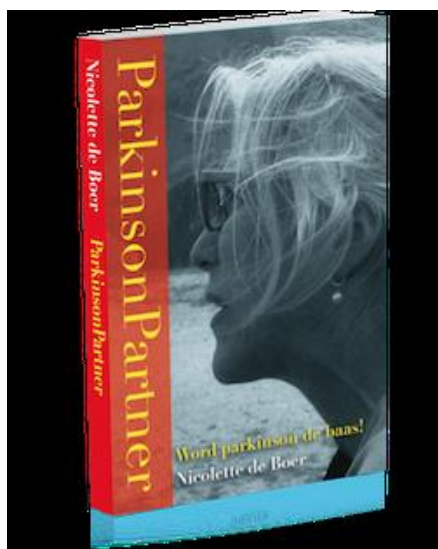
indeling naar vier 'mantelzorgroutes', want de ene zorg is de andere niet. Iemand met een gebroken arm heeft andere hulp en verzorging nodig dan iemand met dementie. Bij iedere route het boekje volop praktische tips om snel en efficiënt de juiste weg (terug) te vinden.

Ook behandelt het boek de belangrijkste aandachtsggebieden voor mantelzorgers. Hoe ga je soepel om met je partner, ouder, familie en met zorgverleners? Welke zorgwetten zijn belangrijk? Welke woonvormen bestaan er? Een wellicht het allerbelangrijkste: hoe houd je het vol?

Tenslotte laat het boek een aantal portretten zien wat het werk van zorgverleners inhoudt en wat hun drijfveren zijn.

De kosten van dit boekje bedraagt: €14,95 en is te bestellen via <https://www.reisgidsmantelzorg.nl/>

Boekbespreking "ParkinsonPartner"



Hoe ga je om met de ziekte van Parkinson? Wat staat de zieke te wachten? Wat staat de partner te wachten? Kan je sterker worden van een ziekte? 'Jazeker. Onze liefde werd dieper en we weten nu wat echt belangrijk voor ons is'. Het boek ParkinsonPartner toont hoe De Boer en haar partner droefheid en onzekerheid omzetten in kracht. 'Als je met Parkinson te maken krijgt dan kan je drie dingen doen: toelaten dat de ziekte jullie leven bepaalt, eraan onderdoor gaan of er sterker door worden. Wij hebben bewust de keuze gemaakt om hier samen sterker uit te komen en dat is elke dag een uitdaging'. Word Parkinson de baas!

Nicolette de Boer, gedragswetenschapper, docent, getrouwd, moeder van drie volwassen kinderen en grootmoeder van drie kleinkinderen. Haar passie is het gedrag van mensen en hoe je dat positief kunt beïnvloeden. Met ParkinsonPartner geeft zij praktische tips en adviezen voor partners van mensen met de ziekte van Parkinson. Te bestellen via:

<https://nicoletteboer.com/parkinsonpartner/parkinsonpartner-over-leven-met-parkinson-voor-partners-2/> **Leden van de vereniging krijgen korting.**

Nicolette geeft ook lezingen. Misschien is het een idee om haar eens uit te nodigen voor een bijeenkomst voor ons Café?

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 info@parkinsoncafezoetermeer.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 sponsors 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.

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;
- Maandelijks 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/

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

ParkinsonCafé Zoetermeer wordt mede mogelijk gemaakt door:



Meerzicht

Lid van ParkinsonNet



Unie van de Soroptimistclubs
in Nederland, Suriname en Curaçao

A Global Voice For Women