

Nieuwsbrief

APRIL 2025



PARKINSONISME

CAFÉ

Alphen aan den Rijn

[Alphen aan den Rijn en omstreken \(opgericht 2014\)](#)

Je merkt op de bijeenkomsten hoe divers de Ziekte van Parkinson kan verlopen. Ieder heeft op zijn eigen manier Parkinson. Iedereen van beginnend tot gevorderd is welkom in het café. Het is dan ook opvallend dat iedereen mee doet als er activiteiten zijn. Dat geeft wel aan dat iedereen zich thuis kan voelen.

[Klik hier naar de Parkinson Café Alphen website](#)[Klik hier naar de Parkinson Vereniging website](#)

Onze locatie: Wijkcentrum Kerk en Zanen

Altijd de 4e woensdag van de maand !

(Wij starten om 14.00 uur, toegang, koffie en thee gratis)

DE OUDE WERELD 57

2408 NV Alphen aan den Rijn

VRAGEN ??

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

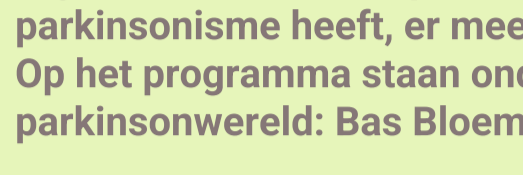
Stilstand

Ik ben de trotse bezitter van zo'n luxe merkhorloge. Je hoeft het niet op te winden en er zit geen batterij in die je moet verwisselen: het horloge laadt zichzelf op bij elke beweging van mijn arm. Maar als je langere tijd stiltzit dan staat na verloop van tijd ook het horloge stil.

Enkele jaren geleden kreeg ik de diagnose Parkinson. Mijn lichaam gaat steeds meer zijn eigen gang. De ongecoördineerde bewegingen van mijn benen en armen worden steeds heftiger. mijn horloge staat bijna nooit meer stil.

Har Slots

(bron: ikje in NRC)



Symposium Parkinson Café Delft: 'Er is leven na de parkinsondiagnose'

Het Parkinson Café Delft en omstreken viert in 2025 zijn tienjarig jubileum. Om dit heuglijke feit te markeren, organiseert het café op 18 mei een symposium. Iedereen die parkinson of een parkinsonisme heeft, er mee te maken heeft of gewoon geïnteresseerd is, is welkom. Op het programma staan onder andere een aantal bekende sprekers uit de parkinsonwereld: Bas Bloem en Teus van Laar.

Klik hieronder voor meer informatie
<https://www.parkinson-vereniging.nl/1/ mailing2/link/45330c92-ba28-44f2-b4cf-b849bd5828cb/68861>

Bijeenkomst 23 april

Een van de gevolgen van Parkinson is dat het looppatroon kan veranderen. De passen worden kleiner en men gaat meer schuiven in de schoenen. Goed (dat wil zeggen: aangepast) schoeisel kan voorkomen dat het lopen of wandelen een hele opgave wordt. Bij aangepaste schoenen hebben we al gauw het beeld van lomp, onaantrekkelijk en a-modieus schoeisel. Maar het kan anders. Wat er allemaal komt kijken bij het ontwerpen van aangepast schoeisel wordt duidelijk gemaakt door Maurice Vlot. Zijn bedrijf "La Mer" is gespecialiseerd op dit gebied.

U bent van harte welkom op deze interessante middag



Wil je ook een PesticideVrij Nederland? Doe mee met Pesticide Vrij-Dag!

Dagelijks worden er grote hoeveelheden chemische bestrijdingsmiddelen gebruikt in onze landbouw. Dit heeft ernstige gevolgen voor onze gezondheid, die van onze kinderen en voor de natuur om ons heen. Het is hoogste tijd voor verandering!

Iedereen heeft recht op een gezonde werk- en leefomgeving. Daarom komt de Parkinson Vereniging samen met Natuur & Milieu, FNV en veel andere organisaties in actie voor mens, dier en natuur. Help om samen deze boodschap uit te dragen, loop mee en onderteken de 'Oproep tot Actie'. Een gezond leefmilieu gaat ons allen aan; samen maken we onze oproep luider!

Lees meer over PesticideVrij-Dag en loop mee op 11 april in Den Haag.

[Doe mee!](#)

Als u naar de neuroloog of Parkinsonverpleegkundige op gesprek gaat.

Vul dan formulier: **"Wat vindt u belangrijk"** in

Deze lijst één (1) week vooraf aan het bezoek aanmaken en versturen s.v.p.

Het helpt u bij het voorbereiden van uw gesprek met de neuroloog of Parkinsonverpleegkundige.

Nadat u het ingevulde formulier hebt verzonden krijgt u in uw mail een copy, u kunt deze printen en meenemen naar uw afspraak.

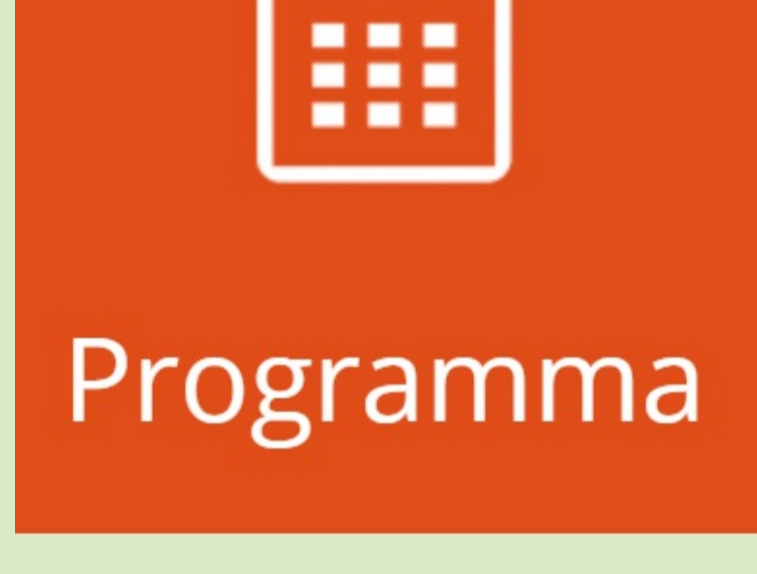
(Tevens wordt dit formulier naar de Parkinsonverpleegkundige gestuurd)

U kunt de onderwerpen aankruisen waar u hinder van ondervindt en die u wilt bespreken. Vervolgens maakt u de keuze welke 3 onderwerpen u het meest belangrijk zijn om te bespreken.

Formulier

[Wat vindt u belangrijk](#) (klik aan)

Maak geen misbruik van dit formulier !



Elke 4e woensdag van de maand

VOORLICHTING,

INFORMATIE,

en

GEZELLIGHEID

Elke 4e woensdag van de maand 14.00-16.00 uur (programma onder voorbehoud)

- 23 april – Voorlichting over aangepast schoeisel
- 28 mei – Informatie over hulpmiddelen Vegro
- 25 juni – Informatie over personalarmring en opvolging.



PARKINSONISME CAFÉ Alphen aan den Rijn

Parkinson Café Alphen

(Alphen aan den Rijn e.o.)

Het Parkinson Café wordt in samenwerking met de Parkinson vereniging georganiseerd.

Iedere 4e woensdag van de maand is er een informele bijeenkomst waar mensen met Parkinson, partners, mantelzorgers en andere betrokkenen elkaar in een ongedwongen sfeer kunnen ontmoeten en ervaringen kunnen uitwisselen. Bovendien staan er regelmatig informatieve presentaties op het programma.



Het bestuur

Voorzitter/Nieuwsbrief

- o Rien Crooij

Secretaris/penningmeester

- o John Zuiderduin

Programma

- o Ton Meester
- o Rhea Simon
- o Harry den Dekker

Documentatie

- o Ton Meester

Gastvrouwen

- o Rina Salentijn
- o Jacqueline Verweij
- o Lenny Zuiderduin
- o Tredy Balt (invalster)

Website / PR

- o Wim Bloemzaad



PARKINSONISME VERENIGING

Parkinson Café Alphen is gratis

Parkinson Café Alphen,

Inclusief thee en koffie is uw aanwezigheid GRATIS.

Wij hopen altijd dat mensen van het donatiepotje stoppen of de QR code gebruiken om ons te ondersteunen.

Wilt u mee doen aan cursussen, lezingen bij de vereniging, zij willen u graag als lid ontvangen en krijgt u het verenigingsblad regelmatig in de bus.

Lid worden v/d Parkinson Vereniging

De contributie bedraagt € 42,50 per kalenderjaar. Eenmaal aangemeld krijgt u een kennismakingspakket toegestuurd. Een hogere bijdrage is vanzelfsprekend welkom. Hiermee kunnen wij nog meer activiteiten organiseren die de kwaliteit van leven van mensen met parkinson(ismen) vergroten. U helpt ook al mee door een medebezoeker van het Parkinson Café lid te maken voor €3,75 per maand!

U kunt ook een familielid of vriend(in)

Lid-Maatje maken

voor maar € 25,- per jaar

[Lid-Maatje - Parkinson Vereniging](#)[\(parkinson-vereniging.nl\)](#)[Klik hier voor het terugkijken naar parkinson tv](#)

ONDERZOEK DOEN

ParkinsonTV

Parkinson is wereldwijd de snelst groeiende neurologische aandoening.

Onderzoek naar parkinson is daarom ontzettend belangrijk. Nederland loopt hierin voorop - in onderzoekscentra wordt volop onderzoek gedaan. In deze serie zoomen we steeds in op één van deze onderzoekscentra.



Nieuws

Parkinson en Bewegingsstoornissen

Nieuwsberichten en in de media-berichten over Parkinson en over Zeldzame erfelijke bewegingsstoornissen.

[Klik hier voor de laatste ontwikkelingen](#)[Klik hier voor het nieuws](#)

Met deze QR code kunt u een DONATIE doen voor Parkinson Café Alphen. Het bedrag kunt u zelf aanpassen

IDEAL QR:



VERVOERS PROBLEMEN

Voor iedereen, maar dan ook iedereen, zijn er mogelijkheden om zich te verplaatsen.

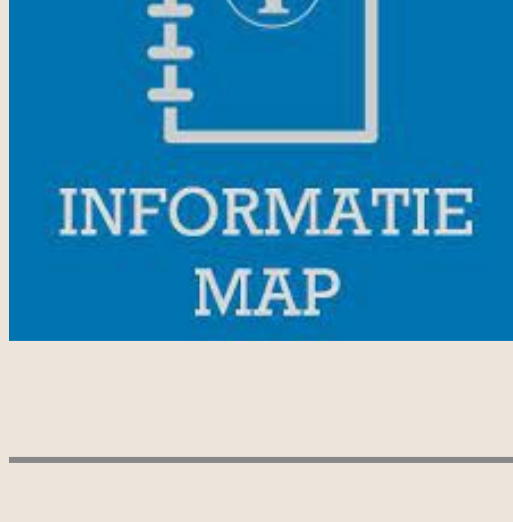
We noemen ze nogmaals op:

De ParticipeMobiël (voorheen TomMobiël geheten) haalt en brengt u voor de boodschappen, kapper etc. etc.

AutoMaatje vervoer voor buiten Alphen. B.v. ziekenhuis, bezoek familie etc. etc.

Gewoon lekker Alphen e.o. verkennen en lekker de frisse buitenlucht opzoeken, dan is Fiets Maatje de uitkomst. Samen met een vast maatje de buitenlucht in.

KLIK op onderstaande links !

[ParticipeMobiël 0615441813](#)[AutoMaatje 06 15 44 18 13](#)[FietsMaatje \(meldt u aan\)](#)

GRATIS Informatie Map

Vraag er naar !

Het PCA bestuur heeft

informatie-mappen samengesteld voor de nieuwe bezoekers.

Bent u geïnteresseerd ?

INFORMATIE

Parkinson Café Alphen

mail naar:

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

of bel naar:

info: 06 39 69 75 55



Samen zijn we sterker !

Wij doen het voor U!

Bezoek onze website

www.parkinsoncafealphen.nl

Deze e-mail is verzonden aan [\[email\]](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@parkinsoncafealphen.nl toe aan uw adresboek.

