

Parkinsoncafé Gorinchem



Annelie Theunissen – diëtist, kok & leefstijlcoach van Uniek en Smaakvol.

Annelie helpt bij al uw vragen over voeding én leefstijl, van jong tot oud. Met een positieve, persoonlijke en laagdrempelige benadering gaan we samen aan de slag met uw voedingsvragen rondom de ziekte van Parkinson. Denk ook aan een fysieke verandering zoals gewichtsafname, gewichtstoename, of juist het opbouwen van spiermassa. Wanneer u streeft naar meer fitheid, energie en meer zelfvertrouwen wil én kan ik u helpen. Ongeacht uw voedingsvraag, wil ik u voorzien van een voedingsadvies dat realistisch, leefbaar en haalbaar is. Ik ga niet uit van een strikt en streng dieet, maar van aanpassingen in de leefstijl én mindset. Door kleine, haalbare aanpassingen kunt u een gezondere leefstijl gemakkelijker en langer volhouden en daardoor uw doelen bereiken.

Wanneer: Dinsdag 17 maart 2026

Hoelaat: 19:30 uur – 21:30 uur.

**Waar: Woonzorgcentrum Bannehof
Voermanstraat 169 in Gorinchem.**

Het Parkinson café is een laagdrempelige ontmoetingsplek voor mensen met de ziekte van Parkinson(ismen), hun partners, familieleden, mantelzorgers en belangstellende.

In een ontspannen sfeer wordt er per keer een onderwerp besproken. Naast het uitwisselen van informatie en ervaringen kunt u in het Parkinson Café contact leggen met lotgenoten.

Informatie te verkrijgen en aan te melden bij voorkeur via:

Info@parkinsoncafeGORINchem.nl

Telefonisch via het nummer: 06-57288893 (Ine de Ruijter, ergotherapeut bij Mijzo.)

Parkinson Café Gorinchem - Parkinson Vereniging (parkinson-vereniging.nl)



PARKINSONISME

CAFÉ Gorinchem e.o.

Jaarprogramma 2026

Dinsdag	17-3-2026	Diëtiste Annelie Theunissen.
Dinsdag	19-5-2026	
Dinsdag	15-9-2026	
Dinsdag	17-11-2026	