

Beste Leden,

Op woensdag 15 juni 2022 wordt een speciaal Parkinson Café gehouden.

Na het succes van drie jaar geleden nu opnieuw een workshop salsadansen.

Dat bewegen goed is voor mensen met Parkinson is bekend. Inmiddels is ook bekend dat dansen een positief effect heeft op de algehele mobiliteit. De bekende neuroloog en Parkinson specialist Dr. Bas Bloem, van het Radboud UMC in Nijmegen, zegt hierover: 'Het blijkt dat dansen een positief effect heeft op de houding en het hele beweegpatroon van mensen met Parkinson. Ze worden soepeler en zelfs hun gezichtsuitdrukking wordt er minder star door'.

Daarnaast zorgt het (samen met lotgenoten) dansen ook voor plezier, opnieuw leren vertrouwen op het eigen lichaam en dat wat men nog wél kan. Door regelmatig te dansen gaan mensen met Parkinson zich zowel lichamelijk als geestelijk meer in balans voelen

Salsadushi dance company uit Gorinchem is uitgenodigd deze avond weer te verzorgen. Zij verzorgen met veel enthousiasme en persoonlijke aandacht lessen Salsa op diverse niveaus voor alle dansliefhebbers. Zij hebben specifieke aandacht voor de techniek van de bewegingen, spelen met de muziek en gaan voor plezier in het dansen. Salsadushi legde uit: "Salsa is net als lopen". Salsa is bewegen op Latijns-Amerikaanse muziek en kan voor mensen met Parkinson als cue (prikkel) werken voor het lopen. Tevens wordt er gebruikt gemaakt van gewichtsverplaatsing, wat kan helpen tijdens freezing in de dagelijkse praktijk. Iedereen wordt uitgenodigd mee te dansen of in elk geval mee te kijken.

Informatie locatie

Het Parkinson Café vindt plaats van 19.30 tot 21.30 uur in de aula van Vita College, Merwedekanaal 8 te Gorinchem. Deelname is gratis, voor consumpties zal een eigen bijdrage van 1 euro worden gevraagd. Belangstellenden dienen zich vooraf aan te melden via info@parkinsoncafeGORINchem.nl of telefonisch via nummer 06-57288893 (Ine de Ruijter, ergotherapeut bij Mijzo, bereikbaar van maandag t/m donderdag.)

Parkinson Café Gorinchem en omstreken is ook te vinden op www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-gorinchem en www.facebook.com/parkinsoncafeGORINchem.