

Nieuwsbrief

JUNI 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

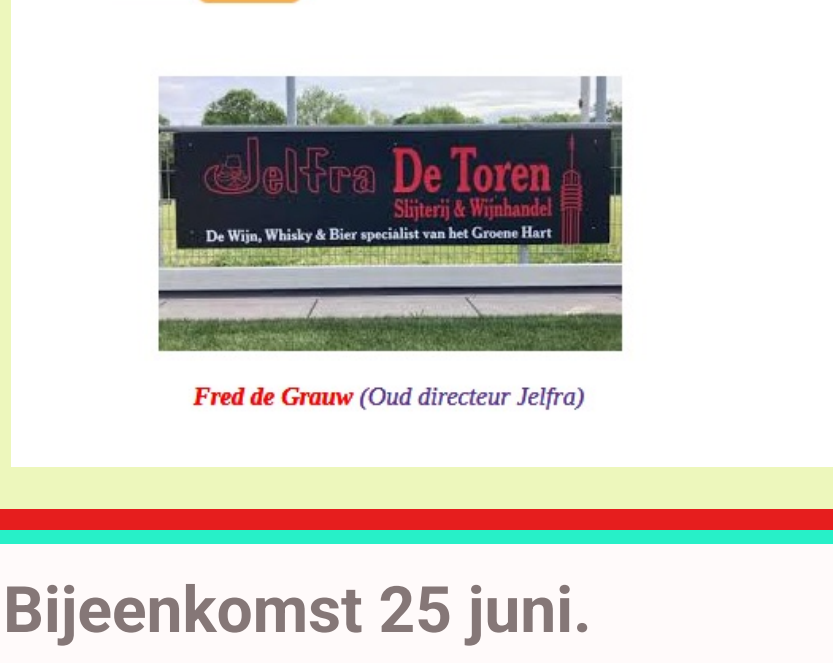
Bijeenkomst 28 mei

De firma Vegro heeft op 28 mei een uitgebreide collectie hulpmiddelen getoond. Er is veel uitleg gegeven over zowel kleine als grote, dagelijks te gebruiken hulpmiddelen die gerelateerd zijn aan de Parkinson tekortkomingen. Deze artikelen dragen bij tot de zelfstandigheid van de gebruiker.

Tevens was er een ergotherapeut aanwezig om professionele adviezen te geven.

De belangstelling was groot, er waren 32 gasten aanwezig waaronder 4 nieuwe gasten (van harte welkom)

Het was een zeer interessante middag



Dank zij deze sponsors
- Bouw Meesterschilders
- Fred de Grauw (vh Jelfra)
- Tuyn Optiek (Talba)
hebben wij een nieuwe geluidsinstallatie kunnen aanschaffen. Wij danken onze sponsors van harte voor hun bijdrage aan Parkinson Café Alphen.

Bijeenkomst 25 juni.

Alarmering en opvolging

Iedereen moet langer zelfstandig blijven wonen. Personenalarmering is daarbij van belang. Wat zijn hierbij de mogelijkheden en hoe is de opvolging geregeld (sociaal of professioneel)? Hoe komt een hulpverlener binnen in de woning als niemand de deur kan openen? In de presentatie zal ook aandacht worden besteed aan de faciliteiten die ActiVite kan bieden.

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.

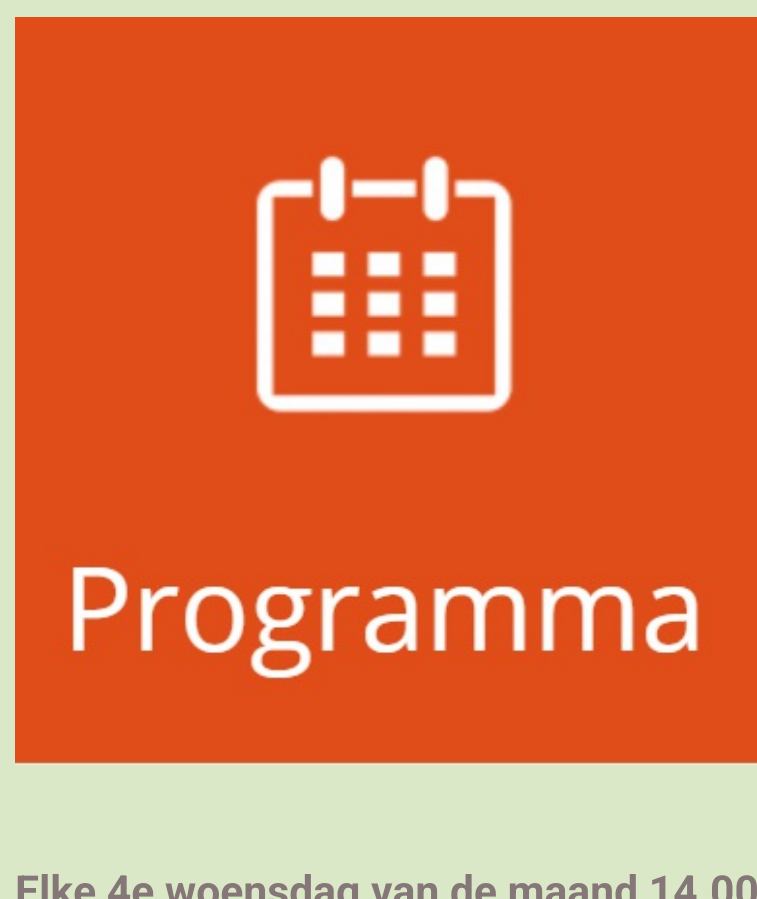
(Tevens wordt dit formulier naar de Parkinsonverpleegkundige gestuurd)

U kunt de onderwerpen aanraken waar u hinder van ondervindt en die u wilt bespreken. Vervolgens maakt u de keuze welke 3 onderwerpen voor 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)

- 25 juni – Informatie over personenalarmering en opvolging (ActiVite)
- Julie VAKANTIE
- 27 augustus - Gewoon testament en levenstestament (notaris)
- 24 september - Valse e-mail adressen en foute websites: hoe herkent u ze? (politie)
- 22 oktober - T'ai Chi lezing
- 26 november - Het belang van gezonde voeten. Lezing door medisch pedicure
- 10 december (let op, de 2e woensdag van deze maand!!) Gezellige middag met hapje en drankje en optreden van Shanty koor

LEAP-studie: vroege start met Levodopa is veilig

Levodopa is het meest gebruikte en effectieve medicijn voor de behandeling van symptomen bij de ziekte van Parkinson. De LEAP-studie van Amsterdam UMC vergeleek een 'vroege-start' met een 'uitgestelde-start'. Na verloop van 80 weken en nogmaals na drie en vijf jaar waren er géén verschillen in ernst van symptomen, voortgang van de ziekte of het optreden van motorische complicaties. Wel had de vroege-startgroep een betere kwaliteit van leven. Dit ondersteunt dat vroegtijdig starten met levodopa veilig is en symptomen effectief verlicht.

Veel stappen gezet voor onderzoek; Stapril brengt € 282.490,- op!

In april gingen ruim 2.000 mensen met hun deelname aan Stapril de uitdaging aan om dagelijks 10.000 stappen te zetten. Hiermee leverden zij niet alleen een persoonlijke prestatie, maar ook een inspanning met een groter doel: geld inzamelen voor ParkinsonNL. In totaal bracht Stapril 2025 maar liefst € 282.490,- op! Vele wandelaars deelden hun verhaal op social media en kwamen door hun dagelijkse wandeling aan hun stappendoel. We maakten er een mooie aftermovie van. Dank aan alle wandelaars en donateurs!

BikevoorParkinson 2025: mis het niet!

Het is echt een traditie geworden op de eerste zaterdag in september. De BikevoorParkinson wordt op 6 september i.s.m. Philippe Gilbert Cauberg Classic alweer voor de 11e keer georganiseerd. En inmiddels bekend als hét jaarlijks unieke fietsevenement waar mensen met parkinson(ismen), naasten, zorgverleners en iedereen die deze mensen een warm hart toedraagt samenkomen. Naast een gezellige dag fietsen in Zuid-Limburg halen we geld op voor een mooi parkinson project. Op 6 september komen opnieuw honderden fietsers samen in Valkenburg aan de Geul.

Ook meedoen? Schrijf je snel in!

[Inschrijven BikevoorParkinson](#)

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 Trudy 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 wak in 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](#)



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 **Participemobiel** (voorheen TomMobiel geheten) haalt en brengt u voor de boodschappen, kapper etc. etc.

AutoMaatje vervoer voor buiten Alphen.

B.v. ziekenhuis, bezoek familie etc. etc.

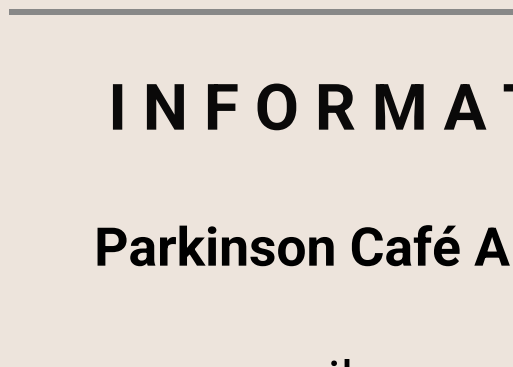
Gewoon lekker Alphen e.o. verkennen en lekker de frisse buitenlucht opzoeken, dan is **Fiets Maatje** de uitkomst. Samen met een vast maatje de buitenlucht in.

KLIK op onderstaande links !

[Participemobiel 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.



