



PARKINSONISME
CAFÉ

EXPOSITIE ONTDEK PARKINSON

Aanleiding

Op donderdag 19 september 2024 vieren we als Parkinson(isme)Café Noordoost Brabant (Maashorst) ons 10-jarig jubileum. We hebben als organiserend team een feestelijk programma samengesteld voor onze bezoekers en andere geïnteresseerden. Deze dag zal gehouden worden van 11:00-16:00 in Zalencentrum Het Witte Huis, Reekseweg 7 te Zeeland.

Bedenker & organisator

Parkinson is de snelst groeiende hersenziekte ter wereld en in Nederland zijn er 63.500 mensen die leven met de diagnose parkinson(isme).

Als partner van een persoon met parkinson en coördinator van het ParkinsonCafé, wil ik graag aandacht vragen voor de ziekte. Ik wil naast van mensen met parkinson(isme) en andere geïnteresseerden informeren over deze progressieve ziekte, omdat er bij het grote publiek nog steeds zoveel onbekendheid is over wat deze ziekte precies inhoud.

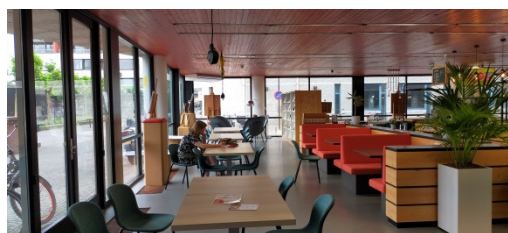
- Jet Lucassen

Expositie

Wat is parkinson(isme) nou precies? Kan ik de ziekte ook krijgen? Hoe leef je met deze progressieve ziekte? En wat brengt de toekomst voor mensen met parkinson(isme)? Leer over parkinson en test je kennis met 27 veelvoorkomende misverstanden over de ziekte.

In de bibliotheek van Uden, Mondriaanplein 16, zal van vrijdag 13 september tot vrijdag 20 september de informatieve expositie 'Ontdek Parkinson' te zien zijn.

Op 13 en 14 september zal de expositie bemand worden door professionals, naasten en personen met parkinson(isme), welke geïnteresseerden kunnen informeren over de ziekte. Op vrijdag zal dit zijn tussen 11:00-17:00 en zaterdag tussen 10:00-16:00.



De expositie komt op de plek van deze vier tafels met stoelen.

De bibliotheek zal een collectie van hun boeken over parkinson(isme) bij de expositie uitstallen.

Parkinson(isme) Café xs



Naast het bekijken van de expositie is er ook de gelegenheid om gezellig te blijven praten en lotgenoten te ontmoeten. Parkinson(isme)Café xs hebben we het genoemd. In samenwerking met Brownies & Downies kun je tegen betaling koffie/thee of een lunch bestellen.

Activiteiten

Op 13 en 14 september vragen we ook door middel van enkele spelactiviteiten aandacht voor de ziekte. Door bijvoorbeeld een bibberspiraal kunnen kinderen en volwassenen ervaren hoe lastig het is om je doel te bereiken als je handen trillen en niet doen wat jij wilt.

Spel	Informatie
Bibberspiraal Probeer de stok met de ring langs de draad van het ene uiteinde naar het andere te brengen zonder de draad aan te raken. Zo ontdek je hoe lastig het is om je doel te bereiken als je bibbert. 	Tremor Wat vaak voorkomt is dat mensen met parkinson gaan beven. Een tremor noem je dat. Je vinger, hand, arm, been of kin kan bijvoorbeeld gaan beven. Dit gebeurt vooral wanneer een deel van het lichaam ontspannen is. Dat is heel vervelend. Drinken, schrijven of typen gaat dan moeilijker. Op sommige momenten gaat het beter dan op andere. Niet alle mensen met parkinson beven.
Doolhof Breng de bal van de ene kant naar de andere kant. Daarvoor moet je denken welke weg door het doolhof de juiste is. Moet je praten om samen de juiste bewegingen te maken. Nu merk je hoe makkelijk het is om goed dubbeltaken te kunnen uitvoeren. 	Denken Mensen met parkinson denken langzamer en vergeten soms meer. Ook hebben ze moeite met plannen en organiseren. Vooral twee dingen tegelijk doen (dubbeltaken), wordt steeds moeilijker. Bijvoorbeeld autorijden en tegelijkertijd praten, koken en naar een podcast luisteren.
Vangspel Sta klaar om een stok te vangen. Jij weet niet welke en wanneer er een stok naar beneden valt. Goede concentratie, snel reageren en bewegen is daarbij belangrijk. Als je een stok mist, dan ontdek je hoe frustrerend dit is ook al doe je nog zo je best. 	Traagheid Iemand met parkinson doet dingen trager. Over elke beweging moet je nadenken voordat je die kan maken. Bijvoorbeeld als je een glas wilt pakken, boodschappen doet of gaat klussen. Ook kunnen ze zich moeilijker concentreren.

Uitnodigen

We zullen door middel van publicaties in de pers, flyers en de lichtkrant in de bibliotheek, mensen in Uden en omgeving op de hoogte brengen van de expositie en bijbehorende activiteiten. Maar ook winkelend publiek willen we 13 en 14 september motiveren om een bezoekje aan de bibliotheek te brengen. Omdat de bibliotheek niet op de looproute ligt, willen we dat op een leuke manier doen.



Rad

Op het rad staan 4 verschillende vragen met de 4 basiskleuren. Als ze een kleur gedraaid hebben, krijgen ze deze vraag mee op een briefje met dezelfde kleur. In de bibliotheek kunnen ze bij de expositie het juiste antwoord vinden op de vraag. Stop het briefje met antwoord en mailadres in de daarvoor bestemde antwoordenbox. Uit de correcte antwoorden wordt een winnaar getrokken. De persoon wordt persoonlijk benaderd en verrast met een leuke prijs.



Kleurwedstrijd

In de weken voorafgaand aan de expositie, zal er bij supermarkten en ondernemers in Uden een kleurplaat liggen. Kinderen kunnen deze kleurplaat op 13 en 14 september inleveren. Er worden drie prijswinnaars getrokken.

Locatie activiteiten en uitnodigen



Mensen uitnodigen en motiveren om een bezoekje aan de expositie in de bibliotheek te brengen willen we doen op de hierboven aangegeven locatie. Daar zal het rad geplaatst worden. Bij slecht weer plaatsen we een partytent.

De spelactiviteiten zullen plaatsvinden voor de bibliotheek, naast de ingang. Bij slecht weer kunnen we gebruik maken van de overkapping.

Feestelijke opening



Op vrijdag 13 september zal om 11:00 de expositie feestelijk geopend worden.