

Nieuwsbrief

Februari 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

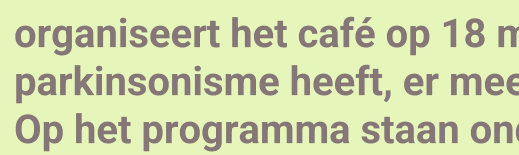
VRAGEN ??

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

Documenten op onze website

Als u op de titel klikt komt u op onze website bij alle documenten zoals Parkinson en Autorijden, fysiotherapie etc.

Als u hier klikt krijg u een lijst met vele relevante en betrouwbare parkinson websites



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/l/ mailing2/link/45330c92-ba28-44f2-b4cf-b849bd5828cb/68861>



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 aan kruisen 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 !

Terugblik op Woensdag 22 januari 2025

"Dit doet de politie voor de veiligheid van senioren" door Politie Alphen

Deze door de politie georganiseerde middag is zeer goed bezocht. Er is veel aandacht besteed aan de nieuwste babbeltrucs en andere manieren waarop criminelen proberen uw kostbaarheden en geld te stelen. Ook bankfraude kwam uitgebreid aan bod. Het was een zeer geslaagde middag.

Informatie over Cue2Walk (woensdag 26 februari in Café)

Looptproblemen behoren tot een van de meest hinderlijke symptomen van de ziekte van Parkinson. Het type en ernst van het looptprobleem verschilt per persoon en per situatie. Bij sommige mensen met parkinson zijn de looptproblemen subtiel, en staan vooral het maken van kleinere passen op de voorgrond, terwijl andere mensen met Parkinson last kunnen hebben van 'bevriezen' tijdens het lopen. Mensen met parkinson maken vaak gebruik van allerlei creatieve omwegen om het lopen te verbeteren. Dit worden ook wel compensatiestrategieën genoemd. De meest gebruikte vormen van deze compensatiestrategieën zijn 'interne cueing' (bijvoorbeeld tellen tijdens het lopen; zingen van 1-2-3-4 hoedje van papier) en 'externe cueing' (lopen op het patroon in het straatwerk, een extern ritme zoals een metronoom of op het klikklakken van klompen). Er zijn veel "cues" om in beweging te komen en 1 daarvan is Cue2Walk.



Elke 4e woensdag van de maand

VOORLICHTING,

INFORMATIE,

en

GEZELLIGHEID

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

- 26 februari – Informatie over gebruik Cue2Walk
- 26 maart – Praktijkvoorbeelden van oplichting
- 23 april – Voorlichting over aangepast schoeisel
- 28 mei – Informatie over hulpmiddelen Vegro
- 25 juni – Informatie over personalalarmering en opvolging.



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/Johnmeester**
- o interim Jenning 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



Parkinson Café Alphen is gratis

Parkinson Café Alphen,

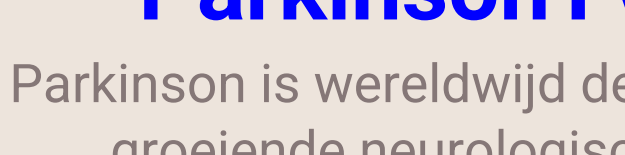
Inclusief thee en koffie is uw aanwezigheid GRATIS. Wij hopen altijd dat mensen wat in het donatiepotje stoppen of de QR code gebruiken om ons te ondersteunen. Wilt u mee doen aan cursussen, lezingen bij de vereniging, zij willen u graag als lid ontvangen en krijgt u het verenigingsblad regelmatig in 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 [\(parkinson-vereniging.nl\)](#)

[Klik hier voor het terugkijken naar parkinson tv](#)



Wetenschapvideo's 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

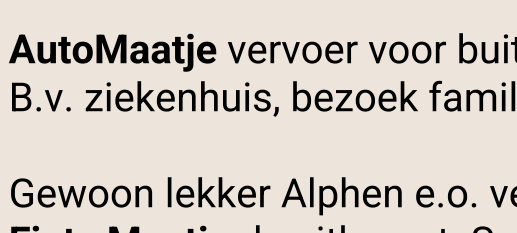
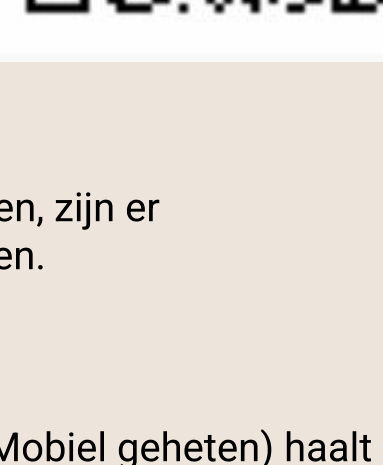
Nieuwsberichten en in de media-berichten over Parkinson en over Zeldzame erfelijke bewegingsstoornissen.

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

AutoMaatje vervoer voor buiten Alphen.

B.v. ziekenhuis, bezoeken 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 !

[ParticipleMobiel 0615441813](#)

[AutoMaatje 06 15 44 18 13](#)

[FietsMaatje \(meldt u aan\)](#)



GRATIS Informatie Map

Vraag er naar !

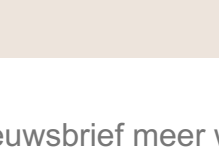
Het PCA bestuur heeft

informatie-mappen samengesteld voor de nieuwe bezoekers.

Bent u geïnteresseerd ?

INFORMATIE

Parkinson Café Alphen



Samen zijn we sterker !

mail naar:

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

of bel naar:

info: 06 39 69 75 55

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.

