

Parkinsoncafé



Themabijeenkomst *Mindfulness bij Parkinson*

Spreekster: Afke Freuling, verpleegkundige en eigenaar van coachingspraktijk 'Sterk door Mindfulness'

Het is bekend dat stress Parkinson-klachten kan verergeren. Tegelijkertijd kan de ziekte ervoor zorgen dat je gevoeliger wordt voor druk of spanning. Mindfulness is een manier om stress te reduceren. Afke gaat in op de vraag op welke manier mindfulness jou kan helpen om beter om te gaan met spanning en emotie, en daardoor mogelijk minder klachten door Parkinson te ervaren.

Toegang is gratis, graag wel even aanmelden.

Voor mensen met de ziekte van Parkinson of parkinsonismen en voor betrokkenen.



**Vrijdag
17 januari
2025**

**14.00-16.00 uur
Appingedam**

CONTACT EN AANMELDING

📞 06-11045253, Karin van der Meulen
✉ info@parkinsoncafe-eemsdelta.nl

LOCATIE

Gebouw Cadanz Welzijn (Aswa)
Burg. Klauckelaan 16
Appingedam



PARKINSONISME
VERENIGING



Cadanz Welzijn
SAMEN. LEVEN. DOEN. EEMSDelta.