



Meppel/Steenwijkerland

Nieuwsbrief april 2021 nr. 1 Corona en Parkinson(isme)



Beste Lezers,

We mogen elkaar nog steeds niet ontmoeten tijdens een fysieke bijeenkomst. Dat doet ons geen goed en daarom willen wij 1x per 4 maanden een digitale nieuwsbrief uitbrengen.

We zullen ons eerst even voorstellen:

Ons team bestaat uit 8 personen.

2 mensen met de Ziekte van Parkinson: Leny en Joke

2 mantelzorgers: Jelle en Jannet

4 zorgverleners aangesloten bij ParkinsonNet: Sandra , Jenneke, Helene en Desiree.

Dat maakt ons een goede mix en weten we waar de behoefte liggen om een bijeenkomst of digitale bijeenkomst te gaan maken.

Bij deze onze 1^{ste} digitale nieuwsbrief!

7 september 2016 was onze opening.

Jaarlijks hebben we 5x een avondbijeenkomst en 5x een middagbijeenkomst.

Gemiddeld komen er 45 bezoekers per bijeenkomst.

Daarnaast 2 grote bijeenkomsten met Prof. Teus van Laar (200 personen + wachtlijst).

Door Corona zijn we vorig jaar begonnen met een Parkinson Praathuis. Hier kunnen mensen (op afspraak) Coronaproof elkaar zien en even bijkletsen onder het genot van een bakje koffie. Helaas heeft het maar 1 keer plaatsgevonden want door de Coronamaatregelen ging de boel helemaal op slot.

Onze intentie is dat zodra het weer kan en mag, we elkaar zeker weer gaan zien!

In onze digitale nieuwsbrieven proberen we u op de hoogte te houden van het laatste nieuws, maar ook gezamenlijk informatie te delen. U kunt bijvoorbeeld diverse links aanklikken om een filmpje te bekijken, maar u kunt ook zelf informatie aanleveren voor de nieuwsbrief.

Dit keer gaat de nieuwsbrief over Corona en Parkinson(isme).

Voor velen een onderwerp die ze niet meer kunnen horen, maar toch gaan we het doen.

De meesten van jullie kennen mij, Leny Kaastra Brama. Ik ben 54 jaar en heb al 12 jaar de Ziekte van Parkinson met daarbij nog een onderliggende vervelende ziekte waar momenteel ook hard aan gewerkt wordt.

Wij (mijn man en ik) zijn ook slachtoffer geworden van Corona. Het begon op een zaterdag met wat hoesten (dat doe ik vaak i.v.m. verslikken), dus ik gaf er

eigenlijk geen acht op. Maar het werd van kwaad tot erger waardoor ik Zondag op de bank niets anders kon dan alleen liggen en slapen. Op Maandag heb ik de huisarts gebeld en gevraagd of hij bij ons thuis een test wilde afnemen. Ik was niet in staat om naar een teststraat te gaan. Zo gezegd zo gedaan.

Geen koorts, maar oh wat was ik ziek. Enorm benauwd, alsof er een olifant op mijn rug zat, een paard op mijn borst en ik door een rietje moest ademen. De huisarts heeft het zuurstof in mijn bloed gemeten en die was voldoende. De volgende dag ontving ik de uitslag van de test: positief.

Ik bleef erg ziek en benauwd, zelfs trap lopen was teveel. De huisarts heeft overleg gehad met de longarts en daarop moest ik medicatie slikken. Na 1 week begon ik wat op te knappen (had wat meer lucht).

Aangezien mijn man ook mijn mantelzorger is en wij dus in isolatie moesten (in 1 kamer), kwam mijn man er niet onderuit om ook corona te krijgen. Hij heeft het ervaren als een griep.

Ik ben momenteel redelijk opgeknapt, maar wel snel buitenadem. Huisarts geeft aan dat dit wel maanden kan duren. Mijn man is goed te pas. Als ik last blijf houden van de druk op mijn rug dan moet ik mij over 2 weken weer melden.

Heeft u ook ervaring met Corona en Parkinson? Laat ons weten hoe u het heeft ervaren? Dan kunnen we dit met uw goedvinden delen in deze nieuwsbrief.

De vrijwilligers van het Parkinson Café willen met deze nieuwsbrief in contact blijven met onze bezoekers. Wij zouden het leuk vinden als wij reacties van u mogen ontvangen en u een bijdrage wilt leveren voor een volgende nieuwsbrief.

Inleveren kan tot 30 juni 2021.

Reacties en/of bijdragen kunnen worden gemaild naar:
info@parkinsoncafeappelsteenwijkerland.nl

Meer informatie over Corona en Parkinson lezen, klik op de volgende links:

<https://www.parkinson-vereniging.nl/corona-bewegen>

<https://www.parkinsontv.nl/uitzendingen/coronavirus-parkinson/>

https://youtu.be/O4_zMagChc

Onze digitale bijeenkomst op 21 april 2021 bijwonen?

Klik hieronder voor de link.

Parkinson Café Meppel (Steenwijkerland) –

Digitale bijeenkomst op woensdag 21 april 2021

Geachte heer/mevrouw Parkinson Café Meppel (Steenwijkerland),

Aan de leden van de Parkinson Vereniging regio Meppel
(Steenwijkerland),

Door de huidige situatie is het nog steeds lastig om bijeen te komen.
Toch willen we samenkomen en informatie uitwisselen, dit doen we
online:

Woensdag 21 April a.s. en verwelkomen wij 2 Parkinson
verpleegkundigen Sandra Storck en Desiree Kruithof met het
onderwerp: 'Wat kan de Parkinson verpleegkundige voor u
betekenen?'

We willen u van harte aanbevelen om er online bij aanwezig te zijn via
Teams.

Klik op de link hieronder: ctrl+klikken met linkermuisknop.

Neem deel via uw computer of mobiele app

[Klik hier om deel te nemen aan de vergadering](#)

De inloop van het Parkinson Café is vanaf 10:00 uur en eindigt maximaal om 11:00 uur.

Indien het u niet lukt om in te loggen via de link, kunt u bellen op het telefoonnummer van het Parkinson Café: 06-53142159.

Deze is tijdens de bijeenkomst bereikbaar vanaf 10:00 uur.

Op www.seniorweb.nl kunt u meer informatie vinden over vergaderen met Teams.

Tot 21 april!

Namens het vrijwilligersteam Parkinson Café Meppel
(Steenwijkerland)

[Ga naar de website van Parkinson Café Meppel](#)
(Steenwijkerland)

Ook de Parkinson Vereniging biedt in vele vormen informatie aan. Bijvoorbeeld tijdens landelijke en regionale bijeenkomsten (Parkinson cafés), of in de vorm van een brochure, flyer of de digitale nieuwsflits. www.parkinson-vereniging.nl.

Lidmaatschap van de Parkinson Vereniging kost 40 p/j en sommige zorgverzekeraars vergoeden het.

Parkinson Lintje: welke
zorgverlener nomineert u?

Kent u een
ParkinsonNetzorgverlener die een
uitzonderlijke bijdrage levert om de
Parkinson zorg te verbeteren en
daarmee bijdraagt aan het verbinden
van mensen met Parkinson en hun
zorgverleners? Iemand die
bijvoorbeeld verbindende activiteiten
organiseert (in de regio) of juist in
coronatijd extra in verbinding blijft
met de mensen met Parkinson die hij
of zij behandelt? Nomineer diegene
dan voor het Parkinson Lintje!

[Net als in 2018](#) reiken Stichting
Parkinson Nederland, ParkinsonNet
en de Parkinson Vereniging drie
lintjes uit tijdens het online
ParkinsonNet congres op maandag
31 mei. Dus nomineer een
ParkinsonNetzorgverlener en wie
weet gaat hij of zij straks met het
lintje én een bedrag van €5.000,--
naar huis. Nomineren kan tot en
met 29 april 17.00 uur.

[Nomineer nu een zorgverlener](#)

(Online) World congress:
International Association of
Parkinsonism and Related
Disorders

Van 1 tot en met 4 mei 2021 wordt in Maastricht het wereldcongres van de IAPRD (International Association of Parkinsonism and Related Disorders) gehouden. Vanwege de COVID-19 pandemie zal dit echter nu volledig online plaatsvinden.

Op de eerste dag van dit congres, zaterdag 1 mei, zal de aftrap worden gegeven met een programma, geheel gericht op mensen met de ziekte van Parkinson en hun naasten. Dit programma is gebaseerd op een dag uit het leven van iemand met de ziekte van Parkinson.

Het grote voordeel is dat u niet hoeft te reizen, om toch alles mee te kunnen maken.

[Meld u nu aan voor dit congres](#)

Blijf fit en beweeg online

Door de richtlijnen van het R.I.V.M. zijn sportaccommodaties en sportclubs dicht en word je geacht zoveel mogelijk thuis te blijven.

Wat nu? Hoe blijf je fit als je niet naar je sportclub of fitness kan?

Onderstaande filmpjes zorgen ervoor dat u vanuit huis in beweging blijft.

[Klik hier voor de online beweeglessen](#)

Aangeboden en te koop:

Heeft u iets te koop en zoekt u iets dan mag u het ook doorgeven aan ons en gaan wij het plaatsen in onze digitale nieuwsbrief.



Tips en handigheidjes.

Heeft u tips of een handigheidje waar iemand wat aan heeft dan willen we dat hier plaatsen.

Wij hebben een nieuw telefoonnummer

en zijn bereikbaar op werkdagen van 9.00 uur tot 12.30:
06-53142159

Hartelijke groet Leny Kaastra Brama

Hartelijk dank voor uw lidmaatschap!

De Parkinson Cafés zijn een initiatief van de Parkinson Vereniging.
Bedankt voor uw lidmaatschap, mede door uw bijdrage worden
activiteiten voor mensen met de ziekte van Parkinson(ismen) mogelijk
gemaakt.

Samen staan we sterker.