

Parkinson Café Alphen

Alphen aan den Rijn e.o.



23 september gaan we elkaar weer ontmoeten bij Parkinson Café Alphen.

Wij pakken **23 september** de draad weer op en uiteraard houden wij ons strikt aan de regels, w.o. de 1,5 meter.

Zaal 4 is bij zaal 5 getrokken zodat er nu een veel grotere ruimte is gecreëerd en de 1,5 meter gewaarborgd kan worden..

Onderwerp:

De zin en onzin van vitaminen.

Onze spreekster voor deze middag is

mevr. Anke v/d Salm

apotheker in Alphen aan den Rijn

Zij zal ons een duidelijke uitleg geven over de werking van vitaminen
De commercie laat ons via indringende reclames weten dat we multivitaminen moeten slikken, aangepast aan onze leeftijdsgroep. Het blijkt echter dat we met de inname van ons dagelijkse, verse voedsel algemeen voldoende vitaminen naar binnen krijgen en het helemaal niet nodig is om deze multivitaminen te slikken. Bij ziekten echter, zoals b.v. Parkinson, is het wel aan te raden om een bepaald soort vitamine te slikken en ook bij geriatrische behandelingen wordt een specifiek vitamine voorgeschreven. Tijdens deze lezing zal zij u daarover voorlichten en kunt u haar ook vragen stellen over dit onderwerp.

Wij waken over uw en onze eigen gezondheid, dus doe het volgende: geef u op voor een bijeenkomst:

via de website: <https://www.parkinsoncafealphen.nl>

en klik op **“Ja ik geef mij op”**

Bij vragen mail naar: info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

of bel: **06 15 88 42 21**

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. Je merkt op de bijeenkomsten hoe divers de Ziekte van Parkinson kan verlopen. Iedere 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.



Basisdag 'Wat zijn parkinsonismen?'

Wilt u meer weten over een MSA, PSP, CBS, Vasculair Parkinsonisme of LBD? Kom dan zaterdag 3 oktober 2020 naar de Basisdag 'Wat zijn parkinsonismen?' in Roermond! Dr. M.L. Kuijf, werkzaam als neuroloog in het Maastricht UMC+, neemt u mee in de wereld van parkinsonismen. Binnen de neurologie is hij gespecialiseerd in bewegingsstoornissen. Uiteraard is er ook gelegenheid om vragen te stellen.

Ja, ik geef me op

Wat zijn Parkinsonismen ?
(klik op button)



Basisdag 'Wat is Parkinson?'

De Parkinson Vereniging houdt ook dit jaar de basisdag 'Wat is Parkinson?' voor nieuwe leden (patiënten en eventuele partners/mantelzorgers) met maximaal 2 jaar de diagnose parkinson. Dr. J. Hoff is sinds 2004 als neuroloog werkzaam bij het St. Antonius ziekenhuis en tevens lid van de Parkinson Adviesraad van de Parkinson Vereniging. Hij verzorgt deze middag een presentatie met basisinformatie over de ziekte van Parkinson.

Ja, ik geef me op

Wat is Parkinson ?
(klik op button)



De **Parkinson Op Maat-studie** kan waardevolle inzichten opleveren voor de behandeling van de ziekte van Parkinson. Alleen met uw hulp kunnen we dit belangrijke onderzoek laten slagen..

Neuroloog Bart Post beantwoordt 13 vragen over parkinson en medicatie. De antwoorden vindt u op de website: parkinson-vraagbaak/medicatie

1. Wat houdt ON en OFF in? Wat zijn de symptomen hiervan?
2. Is er medicatie om speekselvloed bij parkinson te onderdrukken?
3. Zijn er grafische afbeeldingen van de medicatiespiegel van medicijnen?
4. Wat is er bekend over het middel AtremoPlus bij parkinson?
5. Wat kun je doen om je medicatiegebruik laag te houden?
6. Hoe veelbelovend is Lrrk2 als medicijn en voor wie is het eventueel geschikt?
7. Hoe zorg je ervoor dat je geen last krijgt van de uitloop van medicatie?
8. Verloopt de ziekteprogressie sneller als je stopt met medicatie?
9. Wat zijn de bijwerkingen van levodopa op de lange termijn?
0. Wat is de rol van Inositol in het zenuwstelsel/bij parkinson?
1. Kan druk op de borst een bijwerking zijn van medicatie?
2. Zijn er medicijnen voor slaapproblemen bij parkinson?
3. Heeft slecht slapen invloed op de progressie van de ziekte van Parkinson?

Even wat bestuurs-nieuws

Wij proberen steeds de tijd voor te zijn en zoeken steeds aanvulling van de vrijwilligers om een zo goed mogelijk programma te bieden voor onze bezoekers.



Gerry Ploum

Onze medeoprichtster van Parkinson Café Alphen, programma maakster, fysiotherapeut, coach en bestuurslid gaat ons per 1 oktober verlaten. Na 7 jaar gaat Gerry zich meer storten op de kleinkinderen en geeft het stokje over aan Joost Siereveld.

23 september nemen wij op gepaste wijze afscheid van haar.

BELLEN BIJ VRAGEN

Neem contact met ons op bij vragen en/of problemen, wij kunnen u raad geven en/of doorverwijzen naar de juiste personen. Kijk dus op onze website voor de contactpersonen/bestuur etc.

www.parkinsoncafealphen.nl

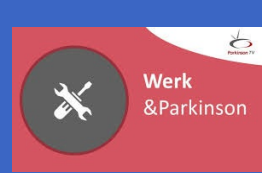
of mail naar:

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

Start Parkinson Academie na 1 september



In lijn met de coronamaatregelen kunnen we in september weer starten met het houden van bijeenkomsten. De locaties die we gewend zijn te gebruiken, zijn niet allemaal geschikt om conform de coronamaatregelen te gebruiken. Voor verschillende cursussen zijn we nog op zoek naar geschikte locaties om bijeenkomsten veilig te kunnen houden. De eerste cursussen waarvan de locaties bekend zijn, staan inmiddels al online. 'Parkinson? Houd je aandacht erbij!' in Groningen is vol. Als u zich daar voor ingeschreven heeft, ontvangt binnenkort bericht over tijdstip en locatie. Voor dezelfde cursus in Leiden en Bunnik kunt u zich nog wel aanmelden. De workshop voor naasten in Alkmaar is ook vol. Naasten van mensen met parkinson(ismen) kunnen zich nu aanmelden voor cursussen in Zwolle, Veldhoven en Bunnik. En binnenkort vindt u nog nieuwe locaties op de website.



Workshop 'Parkinson en Werk'

Helaas krijgen steeds meer mensen op jongere leeftijd de diagnose parkinson(isme). Dat betekent dus ook steeds vaker dat deze mensen nog actief zijn in het arbeidsproces. Heeft u parkinson(isme) en wilt u graag zo lang mogelijk met voldoening blijven werken in loondienst? Op zaterdag 26 september kunt u deelnemen aan de workshop 'Parkinson en Werk' in Bunnik. Daar ontmoet u ervaren trainers en deelnemers die net als u werkgerelateerde vragen hebben. Uiteraard hanteren we de RIVM richtlijnen, waaronder de 1,5 meter afstand.



Oproep voor onderzoek: Mantelzorgers zijn GOUD waard!

Het is dan ook belangrijk dat zij zich goed ondersteund en gesteund voelen. Dat is de insteek van het 'GOUDMantel-Parkinson' project: ondersteuning bieden voor mantelzorgers én gebruik maken van de waardevolle kennis die (oud)mantelzorgers hebben om ervaringen onderling uit te wisselen. Om meer inzicht te krijgen in de huidige mantelzorgondersteuning worden mantelzorgers en oud-mantelzorgers gevraagd om deel te nemen aan een vragenlijstonderzoek. Eerder is met subsidie van de Parkinson Vereniging al een kleine, verkennende studie uitgevoerd. Vanuit interviews met o.a. mantelzorgers en oud-mantelzorgers bleek er interesse voor het GOUDMantel-idee om onderling kennis uit te wisselen. De samenvatting van de resultaten leest u [hier](#).

Kijk eens naar Parkinson TV

ParkinsonTV is een maandelijks online <http://www.parkinsontv.nl/live> uitgezonden live programma (op uw PC of tablet) over de ziekte van Parkinson.

Iedere maand nemen presentator Marten Munneke of presentatrice Marlies van Nimwegen en vaste gast prof. dr. Bas Bloem plaats aan de ParkinsonTV-tafel. Tijdens de uitzending spreken zij, samen met een ervaringsdeskundige en een in parkinson gespecialiseerde zorgverlener, over een specifiek thema gerelateerd aan parkinson. Stel vooraf of tijdens de uitzending via het vragenblok rechts uw vraag over het betreffende thema. Wij doen ons uiterste best deze te beantwoorden. Heeft u een aflevering gemist?

Kijk dan hier terug welke afleveringen u gemist hebt:

www.parkinsontv.nl/gemist/

<http://www.parkinsontv.nl/>

<http://www.parkinsontv.nl/coronavirus-parkinson/gemistdetail>

www.parkinson-vereniging.nl/corona

Bestuur en gastvrouwen

- Voorzitter/website/PR/Nieuwsbrief:
 - Wim Bloemzaad
- Secretaris/penningmeester:
 - Rijk Salentijn
- Programma:
 - Gerry Ploum
 - Marga Geers
 - Rhea Simon
 - Joost Siereveld
- Documentatie:
 - Marga Geers
- Gastvrouwen:
 - Rina Salentijn
 - Vera Kruijdenberg
 - Lucy Berkien
 - Jacqueline Verweij

Informatie: info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

Website PCA: www.parkinsoncafealphen.nl

Website Vereniging: <https://www.parkinson-vereniging.nl/>

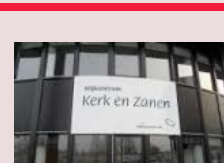


Agenda (v.a. 16.00 uur)

- **25 september** Geavanceerde therapie & Parkinson
- **23 oktober** Ergotherapie & Parkinson
- **27 november** Atypische parkinsonismen
- **18 december** Aanspreekpunt & Parkinson



SAMEN DOEN WE HET



Onze locatie

Wijkcentrum Kerk en Zanen
De Oude Wereld 51-59
2408 NV Alphen a/d Rijn

Zaal open 13:30 uur,
Start progr. 14.00 uur

gratis parkeren

Parkinson Café Alphen

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

info: **0172 43 49 75**

[Bezoek onze website](http://www.parkinsoncafealphen.nl)
www.parkinsoncafealphen.nl

Wij zijn er voor U !

Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl toe aan uw adresboek.

