

Redactie: Debby de Wal en Jacques de Roos
Contact via: info@parkinsoncafezoetermeer.nl
www.parkinsoncafezoetermeer.nl

Nieuwsbrief 2018 nr. 12

In dit nummer:

Uitnodiging That is the answer

Verslag Feiten en Fabels

Tango & Parkinson @ the Office

Kleine bijdrage en lidmaatschap Parkinsonvereniging.

Oproep Copy en kleine bijdrage parkinsoncafe.

Lid worden van de Parkinson vereniging?

That is the Answer



Dit jaar willen wij het Parkinsoncafé-jaar openen met een leuk item.

Niemand minder dan de wel bekende Bert van Leeuwen zal de vrolijke Quiz "What is the Answer" presenteren.

Bert is o.a. bekend van de Quiz "That's the Question" en het "Familediner"

Het eerste rondje consumptie is voor u gratis en wij serveren u tijdens de bijeenkomst ook nog lekkere hapjes.

In verband met het maken van de hapjes en de verwachte drukte moet u zich van te voren telefonisch of per e-mail aanmelden. Dit kan tot 10 januari.

ParkinsonCafé tel: 06 22 02 61 65

E-mail: info@parkinsoncafezoetermeer.nl

Alleen aan wie de uitnodiging is gestuurd en uw partner/mantelzorger zijn van harte welkom!

Verslag : Feiten en fabels met muzikale omlijsting

2018 werd met een feestelijke bijeenkomst afgesloten.

Deze middag werd muzikaal omlijst door de sopraan Sandra van den Brand en aan de piano begeleid door Hetty Bosveld.

Jacques heet alle aanwezigen welkom, in het bijzonder Sandra van den Brand en Hetty Bosveld.

De aanwezigen krijgen bij hun drankje heerlijke bonbons en koekjes gepresenteerd.

Sandra zingt deze middag zeven mooie kerstliederen uit diverse landen.



Have yourself a merry little christmas H. Martin (1914-1911)

Away in a manger W.J. Kirkpatrick (1838-1921)

Bethlehem C.M. Schönberg (1944-)

De sterre gaat stralen Welsh Trad. Melodie

What Child is This Engels volksliedje

Son of Mary J.W. Peterson (1921-2006)

Cantique de Noël A. Adam (1803-1856)



De liederen worden afgewisseld door de vragen over feiten en fabels.

De bezoekers mogen roepen of iets een feit of een fabel is. Het is leuk en leerzaam.

Hieronder vindt u een deel over feiten of fabel:

De ziekte van Parkinson is een spierziekte

- Parkinson is een ziekte van de hersenen, ook al uit de ziekte zich lichamelijk door bijvoorbeeld trillen, traagheid of bevrozen. De spieren zelf zijn niet aangedaan door de ziekte van Parkinson. De spierkracht kan verminderd zijn bij mensen met parkinson, niet omdat de spier zelf beschadigd is, maar omdat de aansturing is verminderd, en deels ook omdat de spieren minder intensief gebruikt worden (en daardoor weer zwakker worden).

De ziekte van Parkinson is een spierziekte

- Parkinson is een ziekte van de hersenen, ook al uit de ziekte zich lichamelijk door bijvoorbeeld trillen, traagheid of bevrozen. De spieren zelf zijn niet aangedaan door de ziekte van Parkinson. De spierkracht kan verminderd zijn bij mensen met parkinson, niet omdat de spier zelf beschadigd is, maar omdat de aansturing is verminderd, en deels ook omdat de spieren minder intensief gebruikt worden (en daardoor weer zwakker worden).

Emoties hebben geen invloed op het bewegen bij parkinson

- Stress en andere negatieve emoties hebben een negatieve invloed op de symptomen. Omgekeerd kunnen positieve emoties ook een gunstige invloed hebben op de symptomen.

Emoties hebben geen invloed op het bewegen bij parkinson

- Stress en andere negatieve emoties hebben een negatieve invloed op de symptomen. Omgekeerd kunnen positieve emoties ook een gunstige invloed hebben op de symptomen.



Het is een hele aangename en sfeervolle middag en iedereen heeft het naar haar/zijn zin.



Er worden nog diverse versnaperingen gepresenteerd en aan het eind van de bijeenkomst bedankt Jacques beide dames hartelijk voor hun muzikale bijdrage. Hij overhandigt hen een presentje en wenst allen mooie kerstdagen en een fijne jaarwisseling toe.





Tango & Parkinson @ the Office

Bericht van Ingeborg van der Meer: Ingeborg is bij ons bekend vanwege een workshop dansen die zij in het verleden aan ons gegeven heeft.

De basis van de Argentijnse Tango is lopen, samen lopen. Daarnaast is het belangrijk zo veel mogelijk in balans te blijven tijdens het Dansen. Lopen en je evenwicht bewaren worden zo als vanzelf geoefend in de Tango! Het ritme van de muziek en het fysieke contact met je partner ondersteunen daarbij.

Nu mijn Dansvloer voor een tijd in een leegstaand kantoorpand kan blijven liggen én zich een hele goede tangodanser gemeld heeft die me wil assisteren, wil ik graag starten met Tangolessen voor mensen met de ziekte van Parkinson. Ook partners zijn van harte welkom!

Ik ben speciaal opgeleid om te Dansen met mensen met de ziekte van Parkinson. Tijdens de lessen die ik wekelijks gaf, merkte ik dat de Argentijnse Tango heel geschikt is om in beweging te komen, makkelijker te bewegen en samen te genieten van de Dans!

The Office ligt in de buurt van het VredesPaleis in Den Haag. Het gebouw is goed toegankelijk voor mensen die slecht ter been zijn.

Heeft u interesse?

Laat het me weten!

Mail: ingeborg@bewogenbewegen.nl

Mobiel: 06 13709912

Oproep copy

Heeft u iets interessants gezien over Parkinson of een leuk verhaal hierover of wilt u uw persoonlijke ervaring kwijt stuur dan deze naar info@parkinsoncafezoetermeer.nl

ParkinsonCafé zal uw verhaal dan in de nieuwsbrief publiceren.

Kleine bijdrage t.b.v. ParkinsonCafé

Tijdens de bijeenkomsten staat bij de bar een "SParki" alwaar u een kleine bijdrage kunt doneren.

Wij danken een ieder hartelijk voor wie ons café heeft gesteund!!

Lid worden van de Parkinson vereniging?

Dank zij de parkinson vereniging kunnen wij de bijeenkomsten van Parkinson Café organiseren. Parkinson Café is een initiatief van de Parkinson vereniging. U kunt lid worden van de parkinsonvereniging voor omgerekend **nog geen € 3,34 per maand!**

Als u lid wordt profiteer van vele voordelen:

- Altijd op de hoogte van de laatste ontwikkelingen op gebied van onderzoek en ontwikkelingen;
- Vijf keer per jaar Parkinson Magazine;
- Maandelijks nieuwsbrief;
- Korting op boeken en cursussen;

- Korting op landelijke informatiedagen.

U bent al lid vanaf €40,- per jaar.

Veel aanvullende zorgverzekeringen vergoeden het lidmaatschap. Kijk voor meer informatie in uw polis.

Donateur worden kost minimaal € 25 per jaar Voor meer info zie: www.parkinson-vereniging.nl/de-vereniging-pv/lidmaatschap/

U kunt ook lid worden door contact op te nemen met het secretariaat via **info@parkinson-vereniging.nl** of 030-6561369.

ParkinsonCafé Zoetermeer wordt mede mogelijk gemaakt door:



Meerzicht



Unie van de Soroptimistclubs
in Nederland, Suriname en Curaçao

A Global Voice For Women

Lid van ParkinsonNet