

Nieuwsbrief

december 2024



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 !

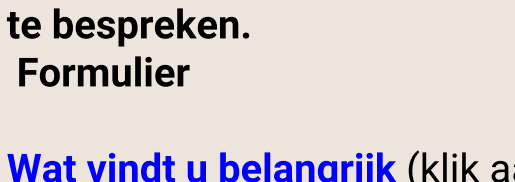
(Wij starten om 14.00 uur, toegang, koffie en thee gratis)

DE OUDE WERELD 57

2408 NV Alphen aan den Rijn

VRAGEN ??

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl



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 aankruisen 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 !

Parkinson Café Alphen presenteert 11 december;

De Juf, de Bakker en de Dominee

Een lieve juf, een vrolijke bakker en een muzikale dominee. Zij zijn de hoofdpersonen in een prachtig programma voor de gasten van Parkinson Café Alphen.

De juf is dol op zingen en ze kent ook talloze liedjes, maar het geheugen laat haar nog wel eens in de steek.....

Gelukkig schieten de altijd zingende bakker, de dominee én het aanwezige publiek haar te hulp.

Zo ontstaat een gezellig programma vol bekende liedjes, waar vooral senioren veel plezier aan beleven. Een programma dat uitnodigt tot meezingen!

Ze staan miljoenen in het geheugen gegrift:

Hoe zacht'kens glijdt ons bootje, Zie de liliën op het veld, Het karretje op de zandweg, Hela, gij bloempje, maar ook: In een blauw geruite kiel, Holland ze zeggen, Waar de blanke top der duinen.

Ze behoorden tot het standaard-repertoire op de Nederlandse lagere scholen. Maar er werd natuurlijk nog veel meer gezongen,

van Omdat ik zoveel van je hou, Daar bij die molen, Droomland, via Twee ogen zo blauw, Ik heb mijn wagen volgeladen,

tot Kleine kokette Katinka, De muis in de molen in mooi Amsterdam, Het kleine café aan de haven, Dans je de hele nacht met mij....

Deze liedjes, en nog veel meer, passeren de revue in een programma van zo'n twee keer drie kwartier met een pauze (zo u wilt ook korter). Een feest van herkenning, vrolijk, vol respect en sfeer gebracht door de Juf, de Bakker en de Dominee.

Kijk altijd op de website: www.parkinsoncafealphen.nl

Inlichtingen: info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl of 06 81461919

Locatie: Wijkcentrum Kerk en Zanen, de Oude Wereld 57, 2408 NV Alphen aan den Rijn. (volop gratis parkeerruimte)

Tijd: 13:45 tot 16:30 uur, inloop vanaf 13:30 uur.



Programma

Elke 4e woensdag van de maand

VOORLICHTING,

INFORMATIE,

en

GEZELLIGHEID

Elke 4e woensdag van de maand 14.00-16.00 uur

(programma onder voorbehoud)

- 22 januari – Voorlichting door politie over beveiliging
- 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 personalarmering en opvolging.



Locatie: Aarlanderveenseweg 6, 2445 AR Aarlanderveen

Tijd: woensdagavond van 19:30 – 21:00

Kosten: € 4,00 per keer

Informatie: Sjaak Leliveld.

Sla52@kpnmail.nl / 06-25118163

Tafeltennis voor mensen met Parkinson

In de gymzaal aan de Aarlanderveenseweg 6 in Aarlanderveen organiseert tafeltennisvereniging Spinmill iedere woensdag een spelavond voor Parkinson patiënten.

Veel beweging wordt aangeraden voor deze mensen. Bij tafeltennis maak je korte voetbewegingen, je moet snel reageren, met je rechter- of linkerarm het balletje terugslaan en soms je lichaam buigen om het balletje van de grond te pakken. En als je het een beetje onder de knie hebt, kan je onderling leuke wedstrijdes spelen.

Tussendoor houden we een kwartier pauze om gezellig bij te praten met een bakje koffie of thee. Er is ook een trainer aanwezig om uitleg en instructie te geven.

Heb je ook interesse om mee te doen, kom gerust een keertje langs of neem contact op met Sjaak Leliveld.

PARKINSONISME

ACADEMIE

Wat is parkinson? En wat zijn parkinsonismen? Welke medicijnen en behandelingen zijn er? Wat kan ik zelf doen om mij zo goed mogelijk te voelen? Bij wie kan ik hulp vragen? Hoe ga ik om met veranderingen in denken? Wie kan mij helpen om goed te kunnen blijven schrijven? Wat moet ik weten over de late fase van de ziekte? En waar kan ik als naaste hulp of een luisterend oor vinden?

De cursussen, trainingen, gespreksgroepen en workshops van de Parkinson Academie dragen bij aan een goede kwaliteit van leven voor mensen met parkinson(isme) en naasten. Leden van de Parkinson Vereniging kunnen deelnemen voor een speciale ledenprijs.

Bekijk het actuele aanbod op de website!



www.parkinson-vereniging.nl/academie

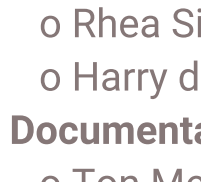
PARKINSONISME
CAFÉ Alphen aan den Rijn

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/penningmeester

o interim John Zuiderduin

Programma

o Ton Meester

o Rhea Aalst

o Harry den Dekker

Documentatie

o Ton Meester

Gastvrouwen

o Rina Salentijn

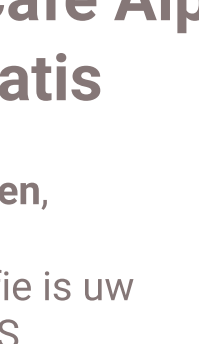
o Jacqueline Verweij

o Lenny Zuiderduin

o Trudy Balt (invalster)

Wedyte / PR

o Wim Bloemzaad



PARKINSONISME
VERENIGING

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 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)

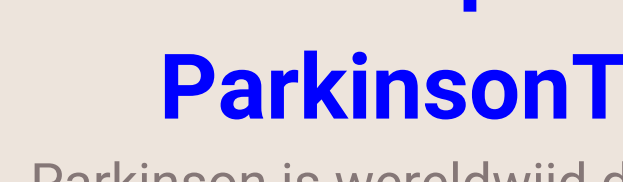
Lid-Maatje maken

voor maar € 25,- per jaar

[Lid-Maatje - Parkinson Vereniging](#)

[\(parkinson-vereniging.nl\)](#)

Klik hier voor het terugkijken naar parkinson tv

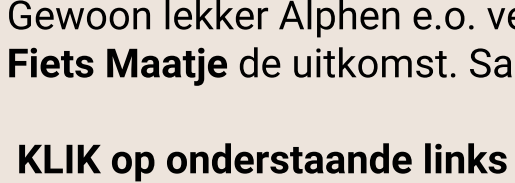


ONDERZOEK DOEN

Wetenschapsvideo'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 video zoomen we steeds in op één van deze onderzoekscentra.



VERVOERS PROBLEMEN

Voor iedereen, maar dan ook iedereen, zijn er mogelijkheden om zich te verplaatsen.

We noemen ze nogmaals op:

De **Participemobiel** (voorheen TomMobiel geheten) haalt en brengt u voor de boodschappen, kapper etc. etc.

AutoMaatje vervoer voor buiten Alphen.

B.v. ziekenhuis, bezoek familie etc. etc.

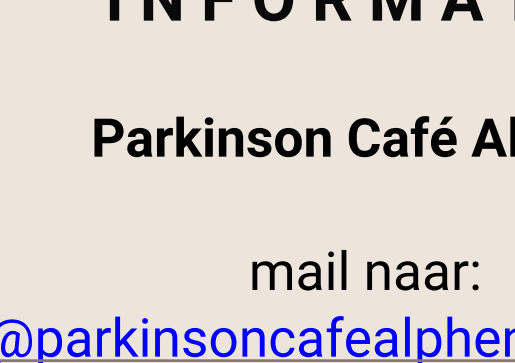
Gewoon lekker Alphen e.o. verkennen en lekker de frisse buitenlucht opzoeken, dan is **Fiets Maatje** de uitkomst. Samen met een vast maatje de buitenlucht in.

KLIK op onderstaande links !

[Participemobiel 0615441813](#)

[AutoMaatje 06 15 44 18 13](#)

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



INFORMATIE MAP

GRATIS Informatie Map

Vraag er naar !

Het PCA bestuur heeft

informatie-mappen samengesteld voor de nieuwe bezoekers.

Bent u geïnteresseerd ?

I N F O R M A T I E

Parkinson Café Alphen

mail naar:

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

of bel naar:

info: 06 39 69 75 55



Samen zijn we sterker !

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.



Laposta