

Redactie: Debby de Wal en Jacques de Roos

E-mail en adreswijzigingen sturen naar: peecafezoetermeer@ziggo.nl

www.parkinsoncafezoetermeer.nl

Nieuwsbrief 2017 nr. 8

In dit nummer:

Parkinson en eigen regie

Parkinson Academie

Oproep copy

Kleine bijdrage en lidmaatschap Parkinsonvereniging

Parkinson Academie

Workshop 'Parkinson(ismen) en de naasten'

Op **19 september** in Meppel en op **3 oktober** in **Zoetermeer** wordt de workshop 'Parkinson(ismen) en de naasten' gegeven. Deze workshop is bedoeld voor partners en **mantelzorgers** van de parkinson(isme)patiënt. [Klik hier](#) voor meer informatie en aanmelden.

Cursus Parkinson? Houd je aandacht erbij!

De cursus Parkinson? Houd je aandacht erbij! is een training die aandacht besteedt aan de mentale verandering met name op cognitief gebied. Deze cursus start bij voldoende aanmeldingen in het najaar op de volgende plekken: Den Dolder, Ede, Haarlem, Harderwijk, Haren (Gr), Hilversum, Maastricht, Purmerend, Steenwijk, Waddinxveen, Zwolle. [Klik hier](#) voor meer informatie en aanmelden.

Basiscursus "Wat is Parkinson? op 16 september

De basiscursus 'Wat is Parkinson?' is een informatieve dag met alle basisinformatie over de ziekte van Parkinson en parkinsonismen. De cursus is voor deelnemers (patiënten en hun eventuele partners/mantelzorgers) die maximaal 2 jaar geleden de diagnose ziekte van Parkinson hebben gekregen. [Klik hier](#) voor meer informatie en aanmelden.

Workshop Parkinson(ismen) en Werk op 18 november

De workshop op 18 november is bedoeld voor werknemers met de ziekte van Parkinson(ismen) en hun eventuele partners/mantelzorgers. [Klik hier](#) voor meer informatie en aanmelden.

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 peecafezoetermeer@ziggo.nl

ParkinsonCafé zal uw verhaal dan in de nieuwsbrief publiceren.

Parkinson en eigen regie



Jacques de Roos heet iedereen van harte welkom bij deze bijeenkomst.

Hij presenteert vandaag het programma aan de hand van een uitzending van ParkinsonTV



In deze uitzending voert de presentator Marten Munneke een gesprek over dit onderwerp met Professor Bas Bloem, mevrouw Agda van Dijk, specialist ouderengeneeskunde bij ZZG Zorggroep Nijmegen en met mevrouw Silvia Visser, Parkinsonpatiënt.

Zij proberen een antwoord te geven op de vraag hoe je de ziekte van Parkinson kunt combineren met het behoud van eigen regie. Eigen regie kan bijvoorbeeld inhouden het belang van goede informatievoorziening. Om daarna keuzes te kunnen maken betreffende de behandeling, medicijnen en therapieën. Die informatie kan komen van de neuroloog maar ook vanuit het netwerk om iemand heen. De patiënt kan zelf nadenken over wat belangrijk is, maar dat is geen plicht. De zorgverlener kan ook dat aanbieden.

De hele uitzending is nog te bekijken via ParkinsonTV: www.parkinsontv.nl

Het betreft de uitzending van 27 januari 2017.

Na de pauze toont Jacques nog een presentatie over de eigen regie en zelfmanagement.

Enkele belangrijke onderdelen daarvan zijn:

- Je bepaalt zelf wat voor jou van belang is om te weten
- Je bepaalt ook zelf welke informatiebronnen je prettig vindt
- Bereid je gesprek met je behandelaar vooraf op papier, bijv. een vragenlijst voor de neuroloog
- Verzamel je vragen tussen de afspraken in, niet één dag van tevoren
- Er zijn geen domme vragen

- Neem iemand mee
- Check voor vertrek of al je vragen beantwoord zijn



Knelpunten eigen regie:

- Apathie/Depressief
- De ziekte neemt een te grote plaats in je leven
- Te laat hulp inroepen
- Alleen te veel bezig zijn om zorg te organiseren
- Laat iemand je ondersteunen met eigen regie te nemen
- Eigen regie moet bij je passen
- Je moet overzicht hebben
- Wil je piloot zijn of passagier
- Samen met je hulpverleners besluiten nemen

Alle informatie vindt u in bijgaande bijlage.

De aanwezigen luisteren met grote belangstelling en geven na afloop nog hun mening over dit onderwerp.

Een van de bezoekers geeft aan dat zij bijvoorbeeld aan haar familie en vrienden heeft gevraagd om haar alles zelf te laten doen en niet te hulp te schieten of dingen voor haar te doen. En dat zij – indien dat nodig is – zélf aangeeft dat zijn hulp nodig heeft.

Tot slot neemt Annet Woltjer het woord. Zij heeft bij een eerder ParkinsonCafé al aangekondigd dat op 3 oktober a.s. de workshop “**Parkinson en de naasten**” plaatsvindt. Deze is alleen bestemd voor Mantelzorgers. De informatie hierover ligt op de tafels en via de link op de homepage: **Workshop Mantelzorg 3 oktober 2017**

Aanmelding dient te geschieden bij de Parkinsonvereniging

Jacques de Roos sluit de bijeenkomst af en bedankt iedereen voor hun komst en bijdrage aan het gesprek.

De volgende bijeenkomst vindt plaats op DONDERDAG 21 SEPTEMBER 2017, met het onderwerp: Parkinson en cognitie

Kleine bijdrage t.b.v. ParkinsonCafé

Het bestaan van het ParkinsonCafé hangt o.a. af van onze sponsors en kleine giften van onze bezoekers. Onze sponsors hebben ons geholpen aan een startkapitaal om het ParkinsonCafé op te zetten. Om ook in de toekomst zeker te zijn van onze bijeenkomsten vragen wij om een vrijwillige kleine bijdrage. Elk bedrag is welkom maar u mag ook een sponsor aandragen. Deze bijdrage kunt u storten op **NL40 RABO 0156 9062 44** t.n.v Parkinsonvereniging **onder vermelding van ParkinsonCafé Zoetermeer e.o..** Tijdens de bijeenkomsten staat bij de bar een "spaarvarken" alwaar u ook 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 ParkinsonCafé organiseren. ParkinsonCafé 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;
- Maandelijkse 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

De volgende vrienden maken ParkinsonCafé Zoetermeer e.o. mede mogelijk:



Unie van de Sorooptimisten
in Nederland, Suriname en Curaçao



Meerzicht. Lid van ParkinsonNet