

Uitnodiging

Wat:

Workshop Mondharmonica Therapie (MHT)

Parkinsonpatiënten hebben de neiging om steeds oppervlakkiger te gaan ademen. Een mondharmonica is het enige instrument waarop je zowel in- als uitademend speelt. Veel mensen met Parkinson merken dat hun stem zachter wordt. Ook articuleren en variëren in toonhoogte (intonatie) wordt lastiger. Hun ademhaling wordt vaak minder diep en krachtig door stijfheid van de borstwand, spieren en het middenrif. Tijdens de inademing zet de borst en middenrif niet voldoende uit. Daarom kan er vaak niet diep genoeg worden ingeademd. Tijdens de uitademing ontspannen ze daarentegen niet goed. U kunt dit o.a. verbeteren d.m.v. Mond Harmonica Therapie. John Baren van MHT Almere heeft ontdekt dat MHT ook goed is voor Parkinsonpatiënten Als eerste docent in Nederland geeft en verzorgt hij workshops MHT voor Parkinsonpatiënten hij ontving hiervoor de "Originaliteits-vrijwilligersprijs" 2017 van de stad Almere. MHT Zoetermeer is ook aanwezig en zal ondanks haar prille bestaan een demonstratie geven.

Wanneer:

dinsdag 15 mei 2018

Van 14.45 tot 16.30 uur

Inloop vanaf 14.30 uur

Waar:

Recreatieruimte Bijdorp

Bijdorplan 471- 477

2713 SZ Zoetermeer

ParkinsonCafé tel.06 22026165

E-mail: peecafezoetermeer@ziggo.nl

www.parkinsoncafezoetermeer.nl

U kunt deze uitnodiging verspreiden onder uw contactpersonen die op de hoogte gehouden willen worden van het ParkinsonCafé.

Het ParkinsonCafé wordt in principe **elke derde dinsdag van de maand** gehouden.

Het *ParkinsonCafé* Zoetermeer is een *ontmoetingsplek* voor lotgenotencontact van mensen met de ziekte van Parkinson of parkinsonisme, hun partners, familieleden, vrienden en andere belangstellenden. De bezoekers van het café kunnen elkaar ontmoeten in een open en ontspannen sfeer. (Je hoeft niet uit te leggen waarom je je anders beweegt en/of praat).

In het ParkinsonCafé wordt tevens informatie over diverse onderwerpen aangeboden die betrekking hebben op de aandoening. De informatie kan worden verzorgd door professionele deskundigen en door ervaringsdeskundigen.