

Bijeenkomsten 2019

Parkinson Café Alphen aan den Rijn – Jaarprogramma-2019

Het Parkinson Café is een laagdrempelige ontmoetingsplek voor mensen met de ziekte van Parkinson(ismen), hun partners, familieleden en mantelzorgers. In een ontspannen sfeer worden er onderwerpen besproken. Naast het uitwisselen van informatie en ervaringen kunt u in het Parkinson Café ook contact leggen met lotgenoten.

Locatie

Wijkcentrum Kerk en Zanen
De Oude Wereld 51-59
2408 NV Alphen aan den Rijn

4e woensdag van de maand

Tijd: 14.00 – 16.00 uur (13.30 uur inloop)

LET wel: Door onvoorziene omstandigheden kan het programma aangepast worden !

23 januari:

Boxen met Parkinson door GoFysio

27 februari:

Stress met Parkinson.

Onder leiding van Astrid Lenting-Schouten Specifiek onderwerp
Ontmoet Psychologie & Mindfulness

27 maart:

Wat kan de Gemeente, Tom in de Buurt en het Gilde voor u betekenen? Hebt u hulp nodig op allerlei gebied of vragen en weet u niet waar u moet zijn om antwoorden te vinden? De vertegenwoordigers van de Gemeente, Tom in de Buurt en het Gilde vertellen deze middag over het uitgebreide pakket aan diensten die zij aanbieden en waar u gebruik van kunt maken. Na hun presentatie is er voldoende mogelijkheid om

individueel specifieke vragen te stellen.

24 april:

Veiligheid in en om het huis.

Ergotherapeut en de politie.

22 mei:

Hoe bereid je een gesprek met de neuroloog voor?

Door Jolanda van Gorkum, neurologisch verpleegkundige.

26 juni:

Informeel samenkomen: Spelletjes, demonstratie Smovey, gesprekken met elkaar, of te wel een gezellige middag. (door Martien Steenkamer en Marga Geers)

24 juli:

Praatmiddag voor mantelzorgers en parkinsonpatiënten. Dit doen we in 2 zalen om optimaal van elkaar informatie te krijgen en te delen.

28 augustus:

Informatie over veel gebruikte medicatie bij mensen met de ziekte van Parkinson. (Neuroloog Paulien Doorlag).

25 september: 5 jaar Parkinson Café Alphen

Valpreventie bij mensen met de Ziekte van Parkinson. (door Ramona Pereira (Fysiotherapeute) en Agnes Langevoort (Ergotherapeut))

En natuurlijk vieren we ons 5 jarig bestaan.

23 oktober:

Dynamische Stoelgymnastiek met muziek (door Gwendolijn Sluis)

27 november:

Ritmische percussie workshop in een drumcirkel. Ritme laat de mens met Parkinson gemakkelijker met plezier bewegen. (door Hans Beenhakker)

11 december:

Kerst theatervoorstelling: "De Juf, de Bakker en de Dominee".