

Café Nieuws Nov. '19

Het [afgelopen](#)



Parkinson Café vond plaats op:

Woensdag 27 november 2019

In wijkcentrum Kerk en Zanen DE OUDE WERELD 51 – 59 2408 NV Alphen aan den Rijn

Het onderwerp was:

Ritmische percussie workshop



Wederom een volle zaal met vreselijk enthousiaste gasten. Tijdens deze bijeenkomst gingen we letterlijk samen aan de slag. In een kring gingen we ieder met een klein slaginstrument, pijp of triangel muziek maken. Door de beat, het ritme krijgen de hersenen een prikkel om tot bewegen aan te zetten. Menigeen zal ondervonden hebben dat het lopen op ritme veel gemakkelijker gaat.

Vooral Parkinsonpatiënten merken dat zij kunnen baat hebben bij het dragen van een oortelefoon die ritmische muziek of beats laten horen. Kortom de beat van de drum kan u helpen gemakkelijker te bewegen en is nog leuk ook.

Iedereen deed mee op eigen manier en naar eigen mogelijkheden. Voor iedereen, ongeacht de ernst van de klachten, was er een plaatsje in de groep en een geschikt instrument.

Maar vooral dat iedereen merkte dat ze door het spelen en bewegen eigenlijk gewoon lichaams oefeningen aan het doen waren en zich moesten concentreren op de muziek.

