

# Parkinson Café Alphen

*Alphen aan den Rijn e.o.*

## Bijeenkomsten ?

**Kom woensdag 25  
augustus naar  
Parkinson Café Alphen**

Na een bovenverwachting hernieuwde start na de lockdown op 28 juli gaan we op:

**25 augustus om 14.00** uur weer in **Buurthuis Kerk en Zanen** een gezellige bijeenkomst houden.

**een presentatie door een  
oefentherapeut van de**

**Ronnie Gardiner Methode**

**'Zet je brein in beweging'**

*door*

*Helene Broekhof en Ada van Schaik*

*en een presentatie over*

**"Tworby"**

*door Maarten Valks en Bob van den Berg*

**Kijk voor meer informatie op onze  
website:**

**[www.parkinsoncafealphen.nl](http://www.parkinsoncafealphen.nl)**

Bij vragen mail naar:  
**[info@parkinsoncafealphenaanandenrijn.nl](mailto:info@parkinsoncafealphenaanandenrijn.nl)**

## "Ronnie Gardiner Methode"



**'Zet je brein in  
beweging'**

De **Ronnie Gardiner Methode (RGM)** is een gestructureerde, multisensorische oefenmethode voor de hersenen, waarbij op ritme en muziek de conditie van de hersenen wordt verbeterd.

De methode zet het brein letterlijk in beweging met als resultaat: een betere coördinatie, een verbetering van de motoriek en een verbetering van cognitieve functies, zoals het uitvoeren van dubbeltaken, een hogere denksnelheid en een beter spraakvermogen.

RGM wordt in Nederland steeds meer ingezet.

Tevens een presentatie en demonstratie over



**Tworby**

Bewegen is goed voor iedereen, maar zeker als je de ziekte van Parkinson hebt. Een fietstochtje maken is erg plezierig, je bent in beweging, lekker buiten en je kunt meestal wat verder komen dan met de benenwagen. Niet iedereen kan of durft nog op een tweewieler te fietsen. Daarom heeft Tworby een ombouwmodule ontwikkeld die het mogelijk maakt om iedere (elektrische)

of bel: **06 25 28 98 98**

**Uiteraard zullen we aan uw gezondheid en van onze medewerkers hoge eisen stellen.**

*Meldt u zich wel even aan zodat we de maximale aantallen in de gaten kunnen houden.*



### **Parkinson Café Alphen**

*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.

*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.*



**De Parkinson Academie** biedt een breed scala aan informatiedagen, workshops en cursussen voor mensen met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme, partners of mantelzorgers en andere belangstellenden.

Door het volgen van deze scholing kunt u uw kennis en vaardigheden (verder) ontwikkelen en zo meer grip krijgen op uw kwaliteit van leven.

fiets om te bouwen tot gestabiliseerde driewieler.

Op deze manier zorgen zij voor de verbetering van de zelfredzaamheid, vrijheid, vitaliteit en veiligheid van de gebruikers.

Twee medewerkers van Tworby zullen in ons café aanwezig zijn om toelichting te geven en vragen te beantwoorden. Ook is er de mogelijkheid om een proefritje te maken.

Ze geloven in een samenwerking waarbij mensen met Parkinson langer mobiel kunnen blijven en de vrijheid hebben om zelfstandig in beweging te blijven.

[Komt u ook kijken?](#)

## **BELLEN BIJ VRAGEN**

Neem contact met ons op bij vragen en/of problemen, wij kunnen u raad geven en/of doorverwijzen naar de juiste personen.

Kijk dus op onze website voor de contactpersonen/bestuur etc.

[www.parkinsoncafealphen.nl](http://www.parkinsoncafealphen.nl)

of mail naar:

[info@parkinsoncafealphenaannderijn.nl](mailto:info@parkinsoncafealphenaannderijn.nl)



### **Het ProPark onderzoek**

De huidige behandeling van Parkinson schiet ernstig tekort en houdt geen rekening met verschillen tussen patiënten; het ProPark onderzoek brengt een persoonlijke behandeling een belangrijke stap dichterbij.

De onderzoekers willen beter snappen hoe het komt dat de klachten van Parkinson per persoon zo verschillen. Om dat te kunnen doen, moeten ze weten welke stofjes en deeltjes in het

Klik hier voor meer INFO



## AANMELDEN en/of INLICHTINGEN

Bontius Stichting  
Albinusdreef 2  
2333 ZA Leiden  
(071) 526 5749

[bontiusstichting@lumc.nl](mailto:bontiusstichting@lumc.nl)

Wat is nu eigenlijk Parkinson?  
Informatie over de ziekte van Parkinson,  
haar verloop en tips.



Parkinson Café  
Parkinson Café Alphen

# Heeft u nog steeds geen boekje

## "Wat is nu eigenlijk Parkinson"

U kunt deze nog steeds  
gratis krijgen en ophalen  
bij **Parkinson Café  
Alphen**

*Iedere 4e woensdag van de maand  
zijn we in Buurthuis Kerk en Zanen  
aanwezig.*

lichaam iets kunnen zeggen over hoe  
ziek iemand is. Die stofjes en deeltjes  
noemen we biomarkers.

Sommige biomarkers voor Parkinson  
zijn al bekend. Als er bijvoorbeeld veel  
van een bepaald soort eiwit in de  
hersenen zit, is dat een aanwijzing dat  
iemand Parkinson heeft. De  
onderzoekers willen de al bekende  
biomarkers verder onderzoeken en op  
zoek gaan naar nieuwe biomarkers.  
De onderzoekers willen al deze  
gegevens in een soort streepjescode  
stoppen.

### Hoe werkt de streepjescode aanpak?

Onderzoekers hopen met het  
combineren van informatie meer te  
leren over de ziekte. Heeft iemand met  
bepaalde bijwerkingen bijvoorbeeld ook  
veel van één soort stofje in het bloed?  
Dan weet een arts dat iemand met dat  
stofje in het bloed beter een ander  
medicijn kan gebruiken.

Welke waarden er te vinden zijn in  
bloed, ontlasting en in de huid.  
Welke bijwerkingen iemand heeft bij  
bepaalde medicijnen.  
Welke klachten iemand heeft, het  
ziektebeeld.

De onderzoekers controleren  
verschillende dingen:

Voor het onderzoek zijn 1.250 mensen  
met de ziekte van Parkinson nodig. De  
ene helft van de groep heeft minder dan  
5 jaar Parkinson. De andere groep heeft  
de ziekte al tussen de 5 en 10 jaar.

### Welke resultaten verwachten de onderzoekers?

De onderzoekers verwachten dat ze veel  
leren over al bekende én nieuwe  
biomarkers. Alle informatie wordt  
verzameld in een soort bibliotheek.  
Daarmee wordt een systeem  
gemaakt waarbij elke patiënt een eigen  
streepjescode krijgt. Daarin staat  
informatie over het ziektebeeld dat bij  
die ene patiënt hoort. De arts weet  
daardoor beter welke behandeling een  
patiënt nodig heeft.

## Kijk eens naar Parkinson TV

ParkinsonTV is een maandelijks online [www.parkinsontv.nl/live](http://www.parkinsontv.nl/live) uitgezonden live programma (op uw PC of tablet) over de ziekte van Parkinson.

Iedere maand nemen presentator Marten Munneke of presentatrice Marlies van Nimwegen en vaste gast prof. dr. Bas Bloem plaats aan de ParkinsonTV-tafel. Tijdens de uitzending spreken zij, samen met een ervaringsdeskundige en een in parkinson gespecialiseerde zorgverlener, over een specifiek thema gerelateerd aan parkinson. Stel vooraf of tijdens de uitzending via het vragenblok rechts uw vraag over het betreffende thema. Wij doen ons uiterste best deze te beantwoorden. Heeft u een aflevering gemist?

Kijk dan hier terug welke afleveringen u gemist hebt:

[www.parkinsontv.nl/gemist/](http://www.parkinsontv.nl/gemist/)

[www.parkinsontv.nl/](http://www.parkinsontv.nl/)

[www.parkinson-vereniging.nl/corona/](http://www.parkinson-vereniging.nl/corona/)

## Bestuur en gastvrouwen

- Voorzitter/website/PR/Nieuwsbrief:
  - **Wim Bloemzaad**
- Secretaris/penningmeester:
  - **Rijk Salentijn**
- Programma:
  - **Marga Geers**
  - **Rhea Simon**
  - **Joost Siereveld**
- Documentatie:
  - **Marga Geers**
- Gastvrouwen:
  - **Rina Salentijn**
  - **Vera Kruidenberg**
  - **Lucy Berkien**
  - **Jacqueline Verweij**

Informatie:

[info@parkinsoncafealphenandenrijn.nl](mailto:info@parkinsoncafealphenandenrijn.nl)

Website PCA:



# Parkinson TV

## Agenda 2021

- **Mondzorg & Parkinson**
- 29 januari 2021, **(kunt u terug kijken)**
- Gasten: Piet Boersma (ervaringsdeskundige), Nicole Teeuwisse (tandarts geriatric - Zuyderland Thuis), Marten Munneke (presentator)
- **Nieuwe therapieën & Parkinson**
- 26 februari 2021, **(kunt u terug kijken)**
- Gast: Bekendmaking volgt., Marlies van Nimwegen (presentatrice)
- **Onzichtbare aspecten & Parkinson**
- 19 maart 2021, 16.00 uur, **(kunt u terug kijken)**
- Gast: Bekendmaking volgt., Marlies van Nimwegen (presentatrice)
- **Wereld Parkinson Dag 2021**
- 9 april 2021, 16.00 uur, **(kunt u terug kijken)**
- Gast: Bekendmaking volgt., Marlies van Nimwegen (presentatrice), Marten Munneke (presentator)
- **Medicatiebijwerkingen & Parkinson**
- 28 mei 2021, 16.00 uur, **(kunt u terug kijken)**
- Gast: Bekendmaking volgt., Marlies van Nimwegen (presentatrice)
- **Cognitie & Parkinson**
- 25 juni 2021, 16.00 uur **(kunt u terug kijken)**

[www.parkinsoncafealphen.nl](http://www.parkinsoncafealphen.nl)

Website Vereniging:

[www.parkinson-vereniging.nl/](http://www.parkinson-vereniging.nl/)



## Onze locatie

### Buurthuis Kerk en Zanen

De Oude Wereld 51-59  
2408 NV Alphen a/d Rijn

Zaal open 13:30 uur,  
Start progr. 14.00 uur

gratis parkeren

- Gast: Bekendmaking volgt. , Marten Munneke (presentator)
- **Emotie & Parkinson**
- 24 september 2021, 16.00 uur
- Gast: Bekendmaking volgt. , Marlies van Nimwegen (presentatrice)
- **Ademhaling & Parkinson**
- 29 oktober 2021, 16.00 uur
- Gasten: Bekendmaking volgt. , Maarten Nijkrake (fysiotherapeut) , Marten Munneke (presentator)
- **Leven met geavanceerd therapie & Parkinson**
- 26 november 2021, 16.00 uur
- Gast: Bekendmaking volgt. , Marlies van Nimwegen (presentatrice)
- **Revalidatie & Parkinson**
- 17 december 2021, 16.00 uur
- Gast: Bekendmaking volgt. , Marten Munneke (presentator)

### Parkinson Café Alphen

[info@parkinsoncafealphenaanndenrijn.nl](mailto:info@parkinsoncafealphenaanndenrijn.nl)

info: 06 25 28 98 98

Bezoek onze website

[www.parkinsoncafealphen.nl](http://www.parkinsoncafealphen.nl)



**Samen doen we  
het !**

***Wij zijn er voor U !***

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [info@parkinsoncafealphenaanndenrijn.nl](mailto:info@parkinsoncafealphenaanndenrijn.nl) toe aan uw adresboek.

