

Nieuwsbrief van de maand december 2019

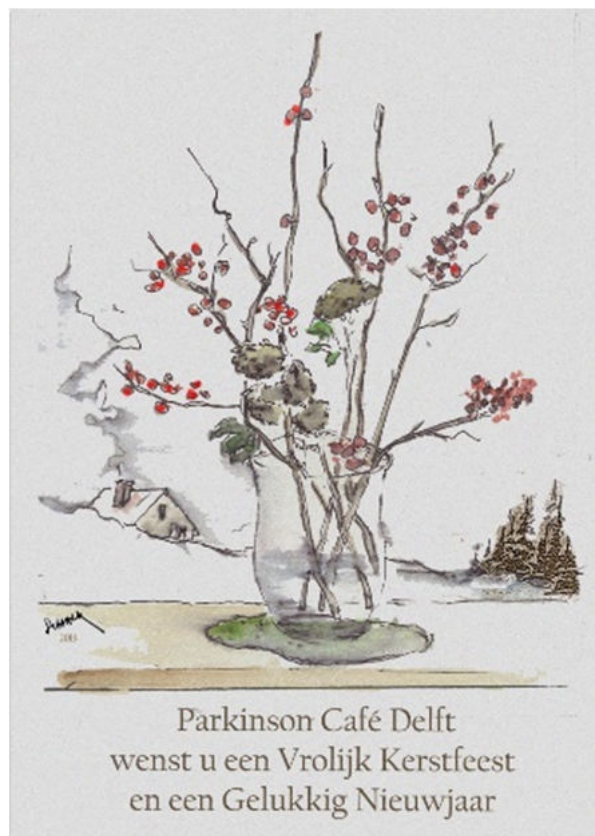


Parkinson Café Delft en omstreken
Basalt (voorheen Sophia Revalidatie),
Reinier de Graafweg 1,
2625 AD Delft

website:
<https://parkinsoncafedelfteo.nl>
email:
info@parkinsoncafedelfteo.nl

Inhoud

Terugblik 17 december: Kerstdiner	2
Vooruitblik 21 januari: Bewegen.....	3
Programma 1e helft 2020.....	4



Terugblik 17 december: Kerstdiner

Dit jaar hebben we voor ons kerstdiner een beroep gedaan op Basalt Revalidatie. Zo zaten we in de zaal waar we altijd onze bijeenkomsten houden, deze keer aangekleed in kerstsfeer. En dat beviel uitstekend.



We beginnen zoals meestal met een paar foto's van de ontvangst. Daarna het buffet met het lekkere eten en mensen die lekker aan het eten zijn.



Ook van het uitdelen van folders de kerstkaart en het blijke zijn mooie foto's.



Deze keer had de organisatie een speciaal bedankje voor Cocky, Brigitte, Saskia en de receptioniste voor hun inzet door het jaar heen.



Bij de bediening en het opruimen hadden we hulp van 8 leden van studentenvereniging Virgiel. Zij doen vrijwilligerswerk onder de naam Virgiel Doet. Heel hartelijk dank voor hun inzet deze avond! We hopen vaker een beroep op hen te mogen doen.



Verder (geen foto) een bijzonder woord van dank aan Marco en zijn medewerkers van het restaurant van Basalt voor de aankleding van de ruimte en hun hulp bij het inrichten 's middags, en aan Rick Rust van Rust Food die het servies, bestek en glaswerk belangeloos ter beschikking stelde.

Vooruitblik 21 januari: Bewegen



Deze keer komt Trudy Bloem ons onderhouden over het belang van bewegen. Voor wie Trudy nog niet zo goed kent: in onze nieuwsbrief van oktober 2018 staat een uitgebreid interview ter gelegenheid van haar nominatie voor het Parkinson Lintje dat dat jaar voor het eerst werd uitgereikt en dat ze korte tijd later ook daadwerkelijk kreeg. U vindt deze nieuwsbrief op onze website onder "Downloads".

Hieronder laten we Trudy zelf aan het woord.

"Mijn naam is Trudy Bloem en ik vind het weer een eer om op het volgende café weer wat te mogen vertellen. Ik probeer altijd bij ieder café aanwezig te zijn en vind het altijd weer bijzonder om te zien wat een belangrijke rol het café speelt in het leven van patiënten met de ziekte van Parkinson en hun partners, familieleden en zorggevers."

"Ik ben coördinator van het ParkinsonNet Delft, Rijswijk, West en Oostland. Maar ik ben vooral Fysiotherapeut die voornamelijk Parkinsonpatiënten behandelt en begeleidt. Je zou kunnen zeggen dat bewegen echt mijn ding is. Op het komende café hoop ik jullie weer te informeren over het nut en de noodzaak van bewegen en de laatste inzichten met jullie te delen, maar ook om jullie iets te vertellen over de PWR Power Moves. Dat is een methode die zijn oorsprong heeft in de Verenigde Staten maar inmiddels ook is ingeburgerd in jullie regionale Parkinson-Netwerk."

"Dus behalve vertellen erover gaan we het ook samen doen. Er zijn inmiddels verschillende trainers in ons netwerk en wij gaan deze avond samen met jullie aan de slag. Mijn motto blijft: Maak de patiënt met de ZvP en zijn familie expert in deze ziekte. Dat geldt dus ook als het gaat om bewegen en wat dat voor je kan betekenen. Ik heb er zin in en hoop dat jullie er allemaal bij kunnen zijn. Op ieder niveau kan je hier aan meedoen dus kom naar het café."

Programma 1e helft 2020

Tijdens het kerstdiner werd een flyer uitgedeeld met ons nieuwe programma, dat aansluitend ook op onze website is gezet. De onderwerpen zijn:

21 januari

Bewegen

Trudy Bloem, fysiotherapeut ParkinsonNet

18 februari

Dilemma's in Parkinson en een persoonlijk pad met Mucuna Pruriens

Jan Kommer

17 maart

Angst, depressie en slaapproblemen bij de ziekte van Parkinson

Sonja Rutten, psychiater

21 april

Hulpmiddelen

19 mei

Feestelijke bijeenkomst, 5-jarig bestaan

16 juni

De Ronnie Gardiner Methode

Odette Groenheide, Oefentherapie Oostland