

Parkinson? Houd zelf de regie!

Jaarlijks krijgen meer dan vijfduizend mensen te horen dat ze de ziekte van Parkinson of een verwante aandoening hebben.

Mensen beseffen op dat moment nauwelijks wat zo'n ziekte inhoudt. Ja, ze hebben wel eens gehoord dat prins Claus deze ziekte had en de Paus ook. Maar dat is het dan wel.

Maar al heel snel moeten er allerlei beslissingen genomen worden.

Pillen innemen, of beter wachten? Logopedist vragen om advies, voor straks als je misschien onduidelijk begint te praten? Contact met de bedrijfsarts maken, nu al? En zeker de fysiotherapeut niet vergeten. En wellicht ook nog even contact met de diëtiste en zeker met de ergotherapeut, zij heeft misschien praktische tips om je minder te vermoeien als je eten kookt of ander werk doet.

Er zijn nogal wat hulpverleners die zich met parkinson bezig houden. Het gevolg is vaak dat mensen met parkinson het eerste jaar na de diagnose, al hun tijd van leven, ook de tijd voor recreatie, besteden aan het bezoeken van hulpverleners en het opvolgen van de adviezen.

Over het algemeen zijn mensen die goed geïnformeerd zijn beter in staat hun leven te leiden als mensen die dat niet zijn.

Maar mensen die daarbij ook nog hun eigen beslissingen nemen, zijn over het algemeen gelukkiger. Misschien omdat ze een afweging maken tussen opbrengsten en lasten.

In deze cursus willen we u in twee dagen overtuigen dat het niet alleen nuttig is om zelf het initiatief te pakken maar we gaan ook proberen u zo te helpen dat u ook goede beslissingen kunt (blijven) nemen.

Kennis is macht

Parkinson is een ingewikkelde aandoening, het geeft lichamelijke veranderingen, geestelijke veranderingen maar ook emotioneel gaat een mens zich anders voelen. Dit heeft gevolgen voor je leven, je werk, je relaties, de mogelijkheden om je te ontplooiën enzovoort.

Wanneer je weet wat je te wachten kan staan, dan kun je jezelf voorbereiden, kun je bepaalde zaken opvangen.

Mensen met parkinson zijn meestal intelligent. Ze stellen zich vaak, zonder dat ze dit zelf beseffen, spontaan in op de veranderingen die ze bij zichzelf waarnemen.

In deze cursus gaan we samen onderzoeken wat de ziekte van Parkinson is, wat mogelijke gevolgen zijn voor jezelf maar ook voor je partner. En vooral ook welke informatie van belang is, waar we informatie kunnen vinden en waar we hulp en steun kunnen opzoeken op het moment dat we die kunnen gebruiken.

Dus wat is nuttig om te weten van deze ziekte, en waar vinden we die informatie en ondersteuning. Wat hebben we aan de Parkinson Vereniging, wat is ParkinsonNet en waar kun je in de gemeente het best naar toe?

In de cursus willen we u ook stimuleren om het zelfonderzoek niet uit weg te gaan. Wat zijn de gevolgen de ziekte voor het leven van u en uw partner en wat betekent het voor de relatie?

We gaan u informatie geven maar we geven u ook een aantal handreikingen, instrumenten waarmee u zelf periodiek kunt vaststellen hoe het met u beiden gaat. Nuchter. U kunt dan afgaan op feiten en niet alleen op gevoelens. Gevoelens zijn niet altijd de beste raadgevers.

We gaan ook veel aandacht besteden aan onderlinge communicatie. In de allereerste plaats die tussen u en uw partner. Het is heel belangrijk dat u belangrijke zaken met elkaar door blijft spreken.

Dat gaat vaak niet meer vanzelf, ook al was dat voor de ziekte geen enkel probleem. Nu moeten we het bewust blijven doen.

In de tweede plaats gaat het om het communiceren met al die hulpverleners die uw pad kruisen. Deze zijn niet altijd gewend om goed te luisteren en/of goed uit te leggen. Ook in de ontmoeting met deze groep is het van belang dat u ook hier uw eigen plan trekt.

Kortom vele redenen om deel te nemen aan de cursus Parkinson, houd zelf de regie! Het is een cadeau van de Parkinson Vereniging aan u, om een goede start te maken: een goed begin is het halve werk.

Locatie: **Geldrop, Gorinchem, Hoensbroek en Kolham. Start: najaar.**

Deze cursus kost €57,50 per persoon voor leden van de Parkinson Vereniging (en hun partner) en €94,95 per persoon voor niet-leden. Voor meer informatie en aanmeldingen kunt u zich wenden tot de Parkinson Vereniging, tel: 030-6561369 of e-mail: info@parkinson-vereniging.nl