

Bijeenkomst Parkinson Café Regio Nijmegen

13 mei 2022



Met Gabriël Roodbol verpleegkundig specialist
 GGZ en hoofddocent voor de opleiding van
 verpleegkundig specialisten in Nijmegen -
 Omgaan met psychische en emotionele
 veranderingen bij Parkinson

De zaal was weer “als vanouds” heel goed gevuld met ongeveer 80 bezoekers, die een zeer informatieve en boeiende bijeenkomst hebben

bijgewoond en waarover menig een zo enthousiast was dat na afloop aan Gabriël Roodbol werd gevraagd om nog eens terug te komen.

De dia's van de PowerPoint-presentatie als PDF kunnen worden aangevraagd via info@parkinsoncafenijmegen.nl

Hierbij wel het nadrukkelijke verzoek de informatie niet te verspreiden en voor eigen gebruik te behouden, omdat het auteursrecht bij Gabriël Roodbol berust.

Na de presentatie was er nog tijd om wat oefeningen te doen. Gabriël Roodbol leidde ons met een zachte stem en in duidelijke taal door “opdrachten” terwijl we geconcentreerd met de ogen dicht en bewust ademend hem volgden.

Bij mensen met Parkinson is de focus vaak gericht op alle problemen en beperkingen die zich door de ziekte voordoen. De “kunst” is je meer te richten op wat wel kan, wie je bent, hoe jij je wilt tonen aan anderen en een negatief zelfbeeld kunt “loskoppelen” van je gedachten en probeert afstand te nemen van negatieve gedachten. Een geweldige ervaring voor mensen met en zonder Parkinson en indrukwekkend hoe zoveel mensen zich eraan konden overgeven en hoe stil het in een zaal met zoveel mensen kan zijn.