

NIEUWSBRIEF JULI 2026

Zoals u vrijwel allemaal begrepen heeft, hebben we in juni vanwege de hittegolf moeten besluiten om het Parkinsoncafé te annuleren. Het auditorium van Kempenhof wordt weliswaar niet heel erg heet, maar er is geen echte airco dus vandaar ons besluit om hierin geen risico's te nemen.

Dat betekent dus dat de spreker die we hadden uitgenodigd, Hans van Amstel Jonker van de NVVE, naar een later tijdstip verplaatst wordt. Mogelijk wordt dit pas februari volgend jaar, omdat we nu al redelijk ver vooruit onze planning vastgelegd hebben. Mocht er eerder een mogelijkheid zijn dan zullen we zeker een beroep op hem doen, hetgeen hij ook al heeft toegezegd als dat past in zijn agenda.

In de maanden juli en augustus hebben we geen café maar we vinden het toch prettig om contact met u te onderhouden middels deze nieuwsbrief.

In deze brief vindt u een aardig stukje ("Kansen") van een vriend van een van ons. Mocht u nou zelf graag eens 'n stukje schrijven, dan zullen we zeker ons best doen om dit te plaatsen. Het onderwerp doet er niet zoveel toe; zoals u nu ook ziet hoeft dat niet noodzakelijkerwijs aan de ziekte van Parkinson gebonden te zijn. We kijken graag uit naar jullie stukjes!

Kansen

Mijn ogen zijn niet best, ik ben ernstig slechtziend. Tja, de een heeft een zwak hart,



de ander kampt met benauwdheid, een derde hoort steeds slechter. De perfecte mens moet nog geboren worden. Er is geen koe zo bont of er zit wel een vlekje aan, zei mijn oma al. Met het stijgen der jaren worden al die kwaaltjes er niet beter op. Maar als je alle klachten op een grote hoop veegt, dan vissen de meeste mensen toch hun eigen mankementje eruit. Daar heb je immers mee leren omgaan!

Pijntje hier, pijntje daar, dat hoort bij onze leeftijd en daar af en toe eens over klagen, hoort ook bij onze leeftijd. We willen wat aandacht, een beetje compassie, als dat klagen maar niet te lang duurt, want dan wordt het zeuren.

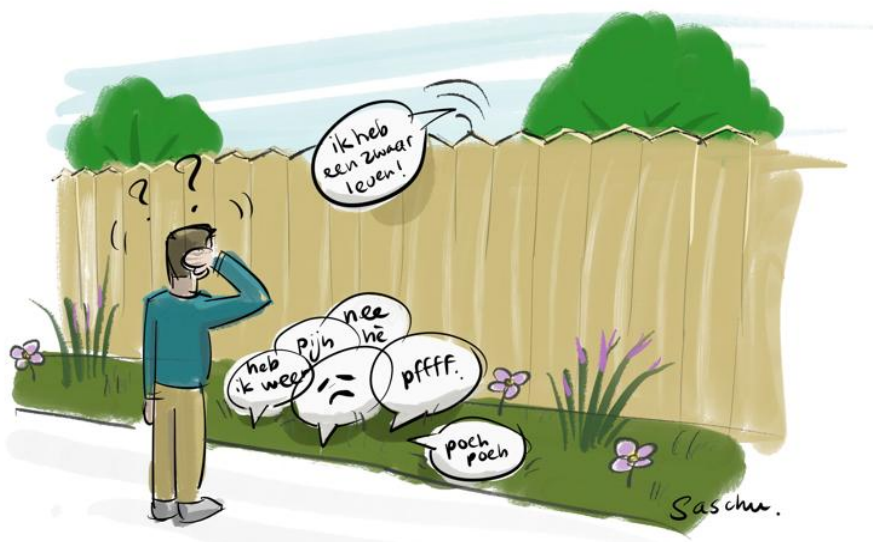
En als we allemaal ergens de pest aan hebben, dan is het wel aan zeurkousen.

Dus is de afspraak als we met een stel leeftijdgenoten bij elkaar zitten, maximaal vijf minuten klagen over lichamelijke ongemakken,

nou, hoogstens tien minuten dan..., maar daarna: **over de schutting ermee.**

Je kunt beter naar de positieve kanten kijken. We leven in een tijd dat de techniek ons bij veel kwalen kan helpen. Prima hoorapparaten, goede brillen. Een rollator als het lopen wat moeilijker gaat, een scootmobiel als het echt niet meer lukt.

Operaties, medicijnen. Ja, die chemische troep, riep mijn moeder. Maar zonder die chemische troep zouden we veel meer last hebben van al die kwaaltjes en kwalen. Of we waren er allang niet meer.



Ik ben blij dat ik in deze tijd leef en over allerlei hulpmiddelen kan beschikken die me helpen om te gaan met mijn slechte gezichtsvermogen. Ik kan kranten en boeken lezen op mijn iPad, ik kan mijn eigen handschrift niet meer lezen maar ik kan typen op mijn laptop.

Er zijn luisterboeken, er zijn hulpmiddelen om tv-programma's en ondertitels toch te kunnen volgen. De tekst op het scherm van mijn mobieltje kan ik laten voorlezen.

De digitale techniek (die door veel ouderen verfoeid wordt) geeft mij juist mogelijkheden. 'k Zie -met mijn slechte ogen- kansen! Halleluja, mooi dat ik in deze tijd leef!

Hans Könemann

Wist u dat....

- er een speciaal boekje bestaat over een aantal zorgboerderijen en dagbesteding in Valkenswaard. In ons café hebben een paar boekjes voor u beschikbaar en uiteraard zijn ze ook op andere plaatsen verkrijgbaar. Ook op internet kunt u ze vinden.
- er op 5 september in Valkenburg een Bike en Hike voor Parkinson plaats vindt. Het is een fiets- en wandelevenement waar mensen met Parkinson(ismen), hun naasten, zorgverleners en supporters samenkomen. Met als doel samen een gezellige dag te beleven en geld op te halen voor onderzoek zodat we Parkinson ooit echt de wereld uit kunnen helpen!

- er op 29 september een Benefietconcert is in Nijmegen voor onderzoek naar Parkinson, georganiseerd door Bas Bloem samen met Concertgebouw de Vereniging. Het evenement duurt van 14.00 tot 17.00 uur en combineert muziek, wetenschap en een kunstexpositie.
<https://www.parkinson-vereniging.nl/uitgelicht-bericht/2026/05/19/benefietconcert-voor-onderzoek-naar-parkinson>
- er in het Parkinsonmagazine van mei weer heel interessante artikelen staan. Onder andere van Jobien Wind, die een coaching bureau had. Ze constateert daarin dat ondernemers het lastig vinden om hulp te vragen. Waar hebben we dat meer gehoord????
Ze heeft zelf de ziekte van Parkinson en is met dat bureau gestopt. Ook vermeldt ze nog dat het belangrijk is om een netwerk te hebben waar je een beroep op kunt doen.
- er ook weer enkele artikelen in staan over het belang van bewegen bij de ziekte van Parkinson. Bijvoorbeeld elke dag een ommetje maken ondanks de hitte; dat kan natuurlijk ook vroeg of later op de dag.

Programma Parkinsoncafé 2026

Juli:	Geen café;
Augustus:	Geen café;
25 september:	Gerard Achten van Veilig Verkeer Nederland en Sven Hansen, ergotherapeut, over mobiliteit met fiets en auto;
30 oktober:	Dhr. P. Geels, specialist ouderengeneeskunde van Kempenhof;
27 november:	Kim Rijkelijkhuizen, Parkinsonverpleegkundige MMC, over geavanceerde technologieën (DBS, apomorfinepomp, levodopa-pomp).
18 December:	Bianca Spee, Radboud Universiteit Nijmegen, over creativiteit en Parkinson

Parkinson TV 2026, telkens om 16.00 uur

25 september:	Tremor & Parkinson
30 oktober:	Lotgenotencontact & Parkinson
27 november:	Mobiliteit & Parkinson
18 december:	Parkinson TV in beweging

*Een zonnige groet
van alle medewerkers
van het Parkinsoncafé*

