

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Nieuwsbrief april 2021 nr 2

Voorwoord van de coördinator:

Beste lezers,

Op het moment van schrijven schijnt de zon heerlijk. De lente gaat door, de eerste jonge eendjes zijn gespot en de bomen krijgen weer nieuwe bladeren.

Soms gebeuren er dingen in het leven waardoor iets niet gaat zoals je gepland hebt. Dit was ook het geval bij het maken van deze nieuwsbrief. Vandaar dat deze een maand later verschijnt dan de bedoeling was.

En tja...wanneer zal nu die eerste bijeenkomst van ons café zijn. Misschien in september 2021?

In deze nieuwsbrief beginnen we met een 'in memoriam', staat er een interview met Hans en Jenny van der Heijde in, een uitnodiging voor een congres, een boekentip en nog meer.

Een voordeel van deze coronatijd is dat er congressen online worden gehouden. Zo ga ik zaterdag 1 mei vanuit mijn luie stoel deelnemen aan een wereld congres rondom de ziekte van Parkinson. U leest hier meer over op bladzijde 4. Misschien ook iets voor u?

Veel lees plezier!

Joke Pullen

COLOFON:

Adres bijeenkomsten:

Wijksteunpunt de Schout
Schoutenhof 27
7773 CC Hardenberg

Coördinator Parkinson Café H'berg e.o.:

Joke Pullen

Tel.: 06-14056171

Email:

info@parkinsoncafehardenberg.nl

Internet:

<http://parkinsoncafehardenberg.nl>

Facebook:

www.facebook.com/parkinsoncafehardenberg



De Parkinson Vereniging is dé belangen-

behartiger voor 50.000 mensen met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme en hun naasten. Samen oefenen we meer invloed uit op het beleid van de overheid. We helpen elkaar met informatie, tips of een luisterend oor. Als u lid wilt worden of dit overweegt, vindt u meer informatie op: <https://www.parkinson-vereniging.nl/help-mee/lid-worden>

De volgende nieuwsbrief zal eind juni 2021 verschijnen .

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

IN MEMORIAM



Jan Harm Klekamp

Op 6 maart 2021 is Jan Harm Klekamp overleden. Jan Harm is 63 jaar geworden. Jan Harm stond aan de wieg van Parkinson Café Hardenberg e.o. In 2014 was hij één van de personen die het initiatief namen tot het oprichten van wat later een bloeiend Parkinson Café geworden is. De laatste jaren was Jan Harm via de klankbordgroep nog steeds actief bezig achter de schermen.

Een van de mooiste momenten in de geschiedenis van ons Parkinson Café voor mij, is het lied 'Als de liefde niet bestond' van Toon Hermans dat Jan Harm tijdens een bijeenkomst (maart 2016) heeft gezongen. Vond het prachtig en ontroerend.



Jan Harm was altijd een trouw bezoeker van het café én een gewaardeerd lid van de werkgroep. Ondanks zijn afnemende gezondheid maakt hij tot het laatst toe allerlei soms wilde plannen. Hij weigerde zich neer te leggen bij parkinson.

Jan Harm laat vooral bij Marlous en kinderen een lege plek achter, maar ook bij ons.

Wij wensen Marlous en kinderen heel veel sterkte toe.

Joke

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Als de liefde niet bestond (Toon Hermans)

Als de liefde niet bestond

Zullen ze stilstaan

De rivieren

En de vogels

En de dieren

Als de liefde niet bestond

Als de liefde niet bestond

Zou het strand

De zee verlaten

Ze hebben niets meer te bepraten

Als de liefde niet bestond

Als de liefde niet bestond

Zou de maan

Niet langer lichten

Geen dichter

Zou meer dichten

Als de liefde niet bestond

Nergens zouden

Bloemen staan

En de aarde

Zou verkleuren

Overal gesloten deuren

En de klok

Zou niet meer slaan

Als de liefde niet bestond

Dan was de hele 'vrijerij' bedorven

De wereld was gauw uitgestorven

Als de liefde niet bestond

Als de liefde niet bestond

Zou de zon

Niet langer stralen

De wind...

Parkinson Café

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief



Op zaterdag 1 mei is er een congres dag speciaal voor mensen met de ziekte van Parkinson en familie, vrienden, collega's en burens.

Het programma is gebaseerd op een dag uit het leven van iemand met de ziekte van Parkinson.

Er worden korte videoportretten (5 minuten) van ervaringsdeskundigen m.b.t. de onderwerpen getoond. Daarna wordt het onderwerp door een professionele deskundige toegelicht (15 minuten).

Tijd: 13.00 uur – 16.30 uur (pauze van 14.10 uur - 14.20 uur en 15.20 uur – 15.30 uur)

Onderwerpen:

- off-momenten bij het opstaan
- angst/depressieve klachten
- freezing
- medicatieproblemen
- DBS
- hallucinaties
- voeding
- slaapproblemen

Een kaart voor deelname kost voor leden van de Parkinson Vereniging € 5,00.

Niet leden betalen € 25, 00.

Als u nu lid wordt van de Parkinson Vereniging betaald u €45,00: € 40,00 lidmaatschap en € 5,00 voor deelname.

Voor aanmelden en meer informatie: www.parkinson-vereniging.nl/iaprd

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief



Toen was gezond
nog heel gewoon
**Hans en Jenny
van der Heijde.**



Jenny, in 1955 in Bergentheim geboren, ontmoette Hans (1950) dankzij wat bemiddelwerk van een vriendin. Hans kwam uit Westerhaar. Daar schrokken de ouders van Jenny van, want Westerhaar stond slecht bekend. Ruw volk, drinkebroers. Dat was Hans ook wel, zolang het maar cassis was. En dat hij ook naar de kerk ging, hoewel de "verkeerde", was ook in zijn voordeel. Hij mocht blijven.

In Almelo volgde Jenny de opleiding voor ziekenverzorgende. Daarvoor moest zij intern en dus het huis uit. Dat had ook wel voordelen. Zij trouwden jong, heel jong. Jenny was 17 en Hans 21, de bruiloft was echter niet, wat je je voorstelt bij "de mooiste dag van leven". De dag ervoor kwam ze uit het ziekenhuis. Ze was nog zo ziek dat ze het bed in ging en Hans alleen de felicitaties in ontvangst liet nemen. De bruiloft moest doorgaan, vond zeker de familie. Zo ging het vroeger. Naar de buitenwereld toe moest alles goed lijken. Het paste ook in die tijd. Een belangrijke taak van iedere ouder was, de kinderen netjes het huwelijk in te sluisen. Dat werd beschouwd als een verdienste. Je had het kind dan immers netjes afgeleverd.

Hans en Jenny komen uit totaal verschillende achtergronden. Zo was Hans niet van hetzelfde geloof als Jenny. Hans zijn ouders zagen de relatie somber in. Dit kon niet goed gaan. Het jonge stel ging regelmatig tegen de stroom in maar altijd met elkaar en zijn inmiddels bijna 50 jaar getrouwd. Het is dus wél goed gegaan. Hun vier kinderen hebben hun eigen keuzes mogen maken.

Soms worden keuzes nogal gestuurd, door datgene wat je overkomt. De oudste dochter van Hans en Jenny heeft toen zij 26 was een hersentumor gekregen. Dat had een enorme impact en heeft haar hele leven op de kop gezet. Het is voor iedereen die zoiets overkomt erg moeilijk om hier mee om te gaan. Maar ook voor een partner, een kind of een broer/zus heeft het grote gevolgen. Daar kan Hans ook als patiënt over meepraten.

Op 60-jarige leeftijd, 10 jaar geleden dus, kreeg Hans last van zijn arm (tennisarm?) en van spanning (burn-out?). Het duurde even tot het doordrong, maar het bleek Parkinson te zijn. Niet veel later kwam er een crisis in de bouw. Ontslag dreigde voor heel veel mensen. Hans had altijd met veel plezier gewerkt. Breed lachend staat hij op een foto met Hennie Huisman en op een andere foto is hij te zien met Marco Borsato alsof het zijn boezemvriend is. Hans z'n dakconstructies zien er dan ook prachtig uit. Aanvankelijk waren er nog de nodige

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

problemen, maar gelukkig trof hij een goede, begripvolle arts en ging hij de ziekte wet in, met de diagnose Parkinson. Zo hebben ze nog kunnen genieten van de vrijheid. Bijvoorbeeld met de caravan naar Zwitserland. Heerlijk!

Momenteel is Hans 70. Fysiek gaat het nog best goed, mentaal wel wat minder. Het gehoor is een stuk slechter geworden en dat brengt je in een isolement. Allerlei gezellig bedoelde



bijeenkomsten worden als te druk ervaren. Jenny moet de antwoorden op de gezondheidsvragen geven. Ook een moeilijke positie en een andere rol voor haar en dat is ook belastend. Zeker de partner ziet en ervaart de achteruitgang. Dat geeft spanning en verdriet. Over zo iets klaag je niet, maar toch... Wat altijd gebleven is, is de liefde voor elkaar en de goede communicatie binnen het gezin. Dat is maar goed ook, want zo blijft het leven tenminste leuk, aldus Jenny en Hans van der Heijde vanuit

hun mooie, nieuwe huis in Ommen.

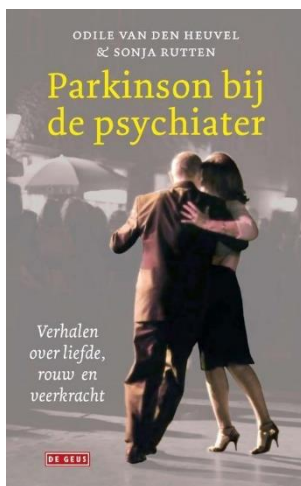
Rob Oude Nijhuis

Foto's: Als bruidspaar; als zilveren bruidspaar mét de kinderen; Hans op 10-03-2021



Boekenrubriek

Parkinson bij de psychiater



Verhalen over liefde, rouw en veerkracht

Auteur: Odile van den Heuvel Sonja Rutten

Samenvatting

Bij de ziekte van Parkinson denken we vooral aan trillende handen en traagheid. Maar parkinson gaat ook gepaard met psychiatrische problemen, zoals angst, depressie en psychose. In een reeks ontroerende, aangrijpende en komische waargebeurde verhalen nemen psychiaters Odile van den Heuvel en Sonja Rutten ons mee in hun dagelijkse werk met parkinsonpatiënten. Op een frisse en heldere manier komen in hun verhalen de meest voorkomende psychische klachten bij parkinson aan bod.

Dit boek maakt het onderwerp psychiatrische problemen bij de ziekte van Parkinson bespreekbaar. Het boek leest vlot en dokterstaal is er niet bij. Dit boek is ook goed te gebruiken om te laten lezen aan familie, vrienden enz. om de eigen situatie te verduidelijken, bijv. over depressie.

Een aanrader!

Dit boek zal t.z.t. ook te leen zijn in de Parkinsonbieb.



In de laatste nieuwsbrieven is er op de laatste pagina een puzzel, kleurplaat of een spreuk in het dialect te vinden.

Heeft u een idee voor deze pagina?

Laat het weten en mail met Joke: info@parkinsoncafehardenberg.nl

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Even met iemand praten?



Soms is het fijn om even met iemand te kunnen praten over wat u bezig houdt als het gaat over de ziekte van Parkinson en alles wat er bij komt kijken.

Dan kunt u bellen met: Joke (ervaringsdeskundige), mobiel 06-14056171 of Alie (speciaal voor mantelzorgers, mobiel) 06-4345299



ANWB AutoMaatje

Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. Je betaalt de onkostenvergoeding van 30 cent per kilometer per rit aan de vrijwilliger als je gereden wordt.

Aanvragen van een rit 2 dagen van tevoren.

Meer informatie of meedoen?

ANWB AutoMaatje Hardenberg:

Bel: De Stuw 0523-267478.

Mail: automaatje@destuw.nl

ANWB AutoMaatje Ommen:

Rijdt alleen indien nodig naar huisarts/ziekenhuis!

Bel: 06 – 5573 2945

Maandag t/m vrijdag 9:00 - 12:00 uur.

Mail: automaatjeommen@wijz.nu



Parkinson Café

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Beeldbellen....

Heeft u behoefte aan digitaal contact met mensen van Parkinson Café Hardenberg e.o.? Nu in verband met het coronavirus, de bijeenkomsten van het Parkinson Café niet door gaan, zoals veel activiteiten, zijn velen van ons veel thuis. Heeft u behoefte aan contact middels een digitale bijeenkomst (bijv. Google duo of WhatsApp video bellen) van het Parkinson Café Hardenberg e.o.? Laat het ons weten!



Als hier belangstelling voor is, kan dit op een donderdag middag rond 14.00 uur. Eventueel is een ander tijdstip ook bespreekbaar. Iedereen verzorgt zijn eigen koffie of thee en samen kunnen er ervaringen uitgewisseld worden. Of gewoon....even kletsen.

Wie wil meepraten, mail met Joke: info@parkinsoncafehardenberg.nl

PARKINSON TV



Medicatiebijwerkingen & Parkinson

Uitzending start op 28 mei 2021 om 16:00 uur



Cognitie & Parkinson

Uitzending start op 25 juni 2021 om 16:00 uur



Het Mantelzorgnetwerk Hardenberg/Ommen wil mantelzorgers ondersteunen in de zorgtaak die zij vervullen voor iemand in hun naaste omgeving. Als mantelzorgers kun je hier terecht met al je vragen. Het contact verloopt via de website, de email maar ook telefonisch. We bieden informatie of kunnen met je op zoek gaan naar passende ondersteuning. Je treft een luisterend OOR en jouw behoefte is het vertrekpunt in het zoeken naar concrete oplossingen voor je situatie.

Parkinson Café

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Mantelzorgnetwerk Hardenberg:

T 06 120 297 83

info@mantelzorgnetwerkhardenberg.nl

www.mantelzorgnetwerkhardenberg.nl/

Mantelzorgnetwerk Ommen:

T 06 19 450 256

info@mantelzorgnetwerkommen.nl

<https://www.mantelzorgnetwerkommen.nl/>

Mantelzorgmakelaar Janet Hoving

Telefoon: 06-24644677

Mail:

Website:

Facebook:

WhatsApp

info@mantelzorgmakelaar-janet.nl

<https://www.mantelzorgmakelaar-janet.nl/>

<https://www.facebook.com/MantelzorgmakelaarJanet/>

Ik VAL
en ik struikel
Ik STUNTEL
en ik duikel
Ik HAPER
en ik KLOOI
Maar HÉ!
Ik DOE het toch maar Mooi!

©BRIEVENBUSGELUK ♥

Hardenberg en omgeving; nieuwsbrief

Kleurplaat

Met de kleurplaat op de volgende bladzijde heb ik een aantal kaartjes gemaakt. Misschien een idee voor u. Gewoon met papier wat u in huis heeft.

Werkwijze van het voorbeeld van de kaart met de roze bloem:

- Kleur de bloem(en) in
- Knip de bloem uit
- Plak de bloem op wit papier (19,5 x 8,5 cm)
- Vervolgens plakt u op gekleurd papier (20 x 9 cm)
- Tot slot plakt u dit op wit papier (21,5 x 9,5 cm)



Veel plezier ermee!

