

## Hardenberg e.o.

In deze nieuwsbrief vindt u een verslag van de bijeenkomst op donderdag 21 november 2019.

Verder informatie over websites, tips, het programma van Parkinson TV en de agenda voor de komende bijeenkomsten.

Veel leesplezier!

---

### **Verslag bijeenkomst Parkinson Café Hardenberg op donderdag 21 november 2019**

Op deze middag waren er veel bezoekers aanwezig.

We hebben samen geluisterd naar dr. Mevr. J.E. Lütke Farwick, neuroloog Saxenburgh Groep Hardenberg.

In het kort vertelde zij over de ziekte van Parkinson, diagnose stellen, behandeling in het algemeen. Een stukje basiskennis.

Na de pauze ging het over Geavanceerde therapieën bij de ziekte van Parkinson (apomorfine pomp, duodopa, DBS).

Deze behandelingen kunnen in beeld komen als de "gewone" medicatie niet meer voldoende is.

In de bijlage bij deze nieuwsbrief vindt u de PowerPoint presentatie van deze middag. Deze presentatie is alleen bedoeld voor eigen gebruik.

Hieronder 2 afbeeldingen van de duodopa pomp.



# Parkinson Café

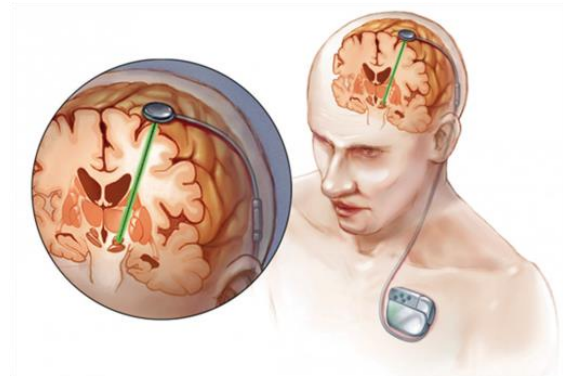
Hardenberg e.o.



Afbeelding van Apomorfine pomp:



Afbeelding van Deep Brain Stimulation (DBS):



Voor meer informatie over geavanceerde therapieën kunt u een brochure downloaden bij de Parkinson Vereniging:

[https://www.parkinson-vereniging.nl/l/library/download/urn:uuid:840cb7ce-4f3e-4e5e-91ce-a84800717bb6/geavanceerde\\_therapieen\\_bij\\_de\\_ziekte\\_van\\_parkinson.pdf?ext=.pdf](https://www.parkinson-vereniging.nl/l/library/download/urn:uuid:840cb7ce-4f3e-4e5e-91ce-a84800717bb6/geavanceerde_therapieen_bij_de_ziekte_van_parkinson.pdf?ext=.pdf)



## Hardenberg e.o.



"Vandaag was een Moeilijke Dag," zei Pooh.

Er was een pauze.

"Wil je erover praten?" vroeg Knorretje.

"Nee," zei Pooh na een tijdje.

"Nee, ik denk niet dat ik dat wil."

"Dat is oké," zei Knorretje, en hij ging naast zijn vriend zitten.

"Wat doe je nu?" vroeg Pooh.

"Niets eigenlijk," zei Knorretje.

"Maar ik weet wat Moeilijke Dagen zijn. En ik wil daar meestal ook niet over praten, op zo'n Moeilijke Dag.

"Maar weet je," vervolgde Knorretje, "Moeilijke Dagen zijn zoveel makkelijker wanneer je weet dat er iemand voor je is. En ik zal er altijd zijn voor jou, Pooh."


En Pooh zat daar zomaar wat te zitten, zijn heel Moeilijke Dag door zijn hoofd te malen, terwijl

stevige, betrouwbare Knorretje zwigend naast hem zat, te bengelen met zijn kortje beentjes.... En Pooh bedacht dat zijn beste vriend overschot van gelijk had.

Met heel veel liefdevolle gedachten voor iedereen die een Moeilijke Dag heeft. Hopelijk heb je een Knorretje in de buurt. (afkomstig van Hilde Joossens)

---

**Uitnodiging** voor naasten van mensen met de ziekte van Parkinson of Parkinsonismen:



**Parkinson Vereniging** **Parkinson Academie**

### Workshop Parkinson(ismen) en de naasten

**In Zwolle is een cursus speciaal voor naasten van mensen met de ziekte van Parkinson**

Als uw partner of naaste de diagnose parkinson krijgt, verandert er voor u waarschijnlijk ook het nodige. De workshop ondersteunt u met praktische tips, zodat u de zorg voor uw naaste langer kunt volhouden.

Start **woensdag 22 januari 2020**  
Tijdstip 13.00 – 16.45 uur  
Kosten Voor leden van de vereniging € 17,50 (incl. lesmateriaal)  
Niet-leden betalen € 35,00  
Trainers Monique Branse en Lon Hooghoudt  
Locatie Driezorg-Woonzorgcentrum Fermate,  
Händellaan 315 in Zwolle

De trainingsgroep bestaat uit maximaal 12 cursisten.

Er zijn diverse zorgverzekeraars die zelfmanagementcursussen zoals deze vergoeden. U kunt dit nakijken in uw polis.

**Aanmelden:**  
Via de website van de Parkinson Vereniging:  
[www.parkinson-vereniging.nl/academie](http://www.parkinson-vereniging.nl/academie)

Postbus 48 • 3760 CA Buskirk • 010-4561369 • [info@parkinson-vereniging.nl](mailto:info@parkinson-vereniging.nl) [www.parkinson-vereniging.nl](http://www.parkinson-vereniging.nl)

# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

## ANWB AutoMaatje



ANWB AutoMaatje Hardenberg is een samenwerking tussen de gemeente Hardenberg, De Stuw, ANWB.

Met ANWB AutoMaatje brengen vrijwilligers hun minder mobiele plaatsgenoten van A naar B, dit doen ze in hun eigen auto tegen een onkostenvergoeding van 30 cent per kilometer per rit. Het vervoer beperkt zich niet tot een bezoek aan het ziekenhuis, de dokter of een fysiotherapeut.

ANWB AutoMaatje kan ook ingeschakeld worden voor leuke uitjes, zoals een bezoekje aan bekenden, naar de kapper of gezellig winkelen. Ben je minder mobiel en voor jouw vervoer

afhankelijk van anderen? En blijf je daardoor te vaak thuis? Met ANWB AutoMaatje kom je weer onder de mensen.

Hoe werkt het? Om gebruik te maken van ANWB AutoMaatje kun je **contact opnemen** met De Stuw via 0523-267478. Tot 2 dagen van tevoren kun je een rit aanvragen, dan wordt er een chauffeur gezocht die mee kan.

Als je voor het eerst gebruikmaakt van deze sociale vervoerdienst komen AutoMaatje bij je thuis uitleggen hoe het werkt.

Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. Je betaalt de onkostenvergoeding van 30 cent per kilometer per rit aan de vrijwilliger als je gereden wordt. De chauffeurs zijn er klaar voor, dus meld je gerust aan voor ritjes.

## ANWB AutoMaatje Ommen:

Meer informatie of meedoen?

Bel: 06 – 5573 2945

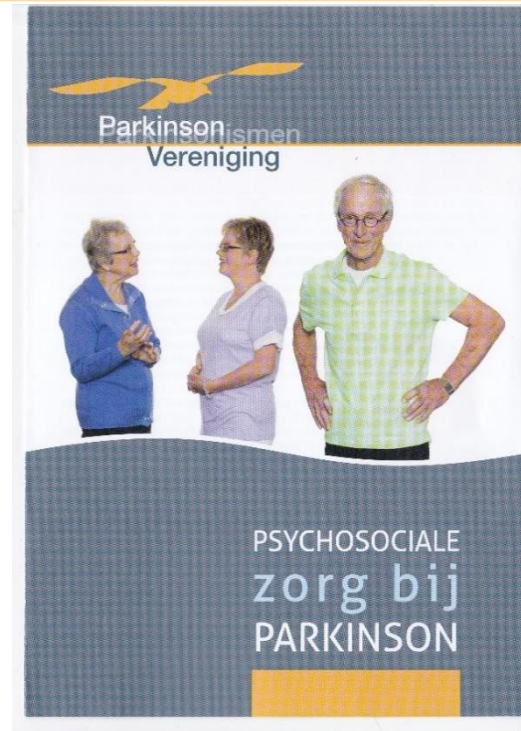
Maandag t/m vrijdag 9:00 - 12:00 uur.

Mail: [automaatjeommen@wijz.nu](mailto:automaatjeommen@wijz.nu)

# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

**10 november was het de dag van de mantelzorg!**



Er is een **nieuwe folder** uitgekomen:

Deze kunt u downloaden op de site van de Parkinson Vereniging:

[file:///C:/Users/Gebruiker/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge\\_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/Folder%20psychosociale%20zorg\\_def%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Gebruiker/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/Folder%20psychosociale%20zorg_def%20(3).pdf)



## **Medicijnen oraal innemen**

Het kan gebeuren dat het innemen van de medicijnen moeilijker wordt door slikproblemen.

# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

Voor tips: zie instructiefilmpjes:  
[www.apotheek.nl/instructies/](http://www.apotheek.nl/instructies/)  
Klik op: Slikken van medicijnen

## Bewegen met plezier!



(on)beperkt bewegen is een beweeggroep voor mensen met een chronische aandoening.

Waar en wanneer?

Dag: Dinsdagmiddag  
Tijd: 15.00-16.00 uur  
Locatie: Gymzaal Frits de  
Zwerverlaan 5 in Hardenberg  
Kosten: €10,50 per maand

Meedoen?

Neem contact op met Stars,  
onderdeel van De Stuw, via 0523  
- 267478 of [stars@destuw.nl](mailto:stars@destuw.nl)  
Vraag naar Anneke Schippers of  
Ruth Buitenhuis.

## Boekentip



## boekentip

### De ongemakkelijke lessen van Mrs. P door Dominique Prins-König.

Als journaliste Dominique Prins-König in 2018 hoort dat haar fysieke klachten veroorzaakt worden door de ziekte van Parkinson, is dat een donderslag bij heldere hemel. Haar bestaan staat op zijn kop. In een Facebookpost vertelt Dominique familie en vrienden over de komst van 'Mrs P'.

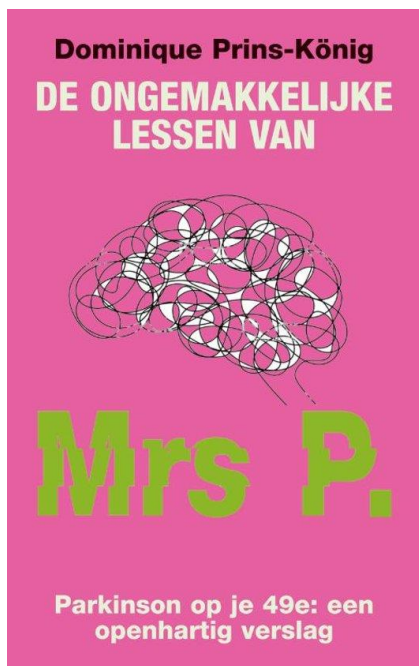
Hoe leer je omgaan met een chronische, progressieve aandoening? Focus je op de dingen die niet meer kunnen? Of kijk je naar wat je nog wel kunt? Accepteren of struisvogelpolitiek? Het blijkt geen eenvoudige taak. Pillenleed, zelfhulpboeken, werk, gezin; Mrs P. roept de ene na de andere uitdaging op.

Confronterend, rauw en met de nodige humor doet Dominique in

# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

dit boek verslag van haar nieuwe leven: een leven waarin Mrs P. niet meer is weg te denken.



Dit boek leest heel gemakkelijk. Een prettige schrijfstijl. Goed beschreven wat de diagnose 'ziekte van Parkinson' met je kan doen. Als mens wil je graag gewoon doorgaan. Maar dat lukt niet met Mrs P. In dit boek wordt duidelijk dat je het ook niet alleen hoeft te doen. Het is krachtig om hulp te zoeken. Herkenbare situaties. Dit boek is voor mensen met Parkinson én voor familie/vrienden een aanrader! Dit boek is ook te leen bij de Parkinsonbieb!



## Parkinson tv



Link:

<http://www.parkinsontv.nl/live>

U kunt de uitzendingen terug kijken via:

<http://www.parkinsontv.nl/gemist>

# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

## Agenda:



### Betekenisvol leven & Parkinson

Uitzending:

20 december 2019, 16.00 uur

Gast: Bas Bloem (neuroloog),  
Marten Munneke (presentator)



## Agenda 2020



### Programma 1e helft 2020

#### 16 januari 2020:

Aangepaste schoenen door Ger Bakker van OIM

Hoogeveen & Nieuwjaarsborrel

#### 19 maart 2020:

(Levens)testament en wat kun je regelen rondom zorg door Brendie Seinen (notarieel medewerkster) van Vechtstede Notarissen

#### 28 mei 2020:

Parkinson en Stress door Niels Farenhorst, psycholoog  
Saxenburgh Groep Hardenberg

De volgende nieuwsbrief zal  
verschijnen rond 20 januari 2020.



# Parkinson Café

Hardenberg e.o.

**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) 06-14056171

Alie (speciaal voor mantelzorgers) 06-43452999



*Meer informatie*



**Adres bijeenkomsten:**

Wijksteunpunt de Schout  
Schoutenhof 27  
7773 CC Hardenberg

Coördinator Parkinson Café  
Hardenberg e.o.:

Joke Pullen

Tel.: 06-14056171

Facebook:

[www.facebook.com/parkinsoncafehardenberg/](http://www.facebook.com/parkinsoncafehardenberg/)

Internet:

<http://parkinsoncafehardenberg.nl/>

Email:

[info@parkinsoncafehardenberg.nl](mailto:info@parkinsoncafehardenberg.nl)

---

Op blz. 11 van de nieuwsbrief vindt u nog de uitnodiging voor de workshop "Parkinson(ismen) en de naasten."

---

Hardenberg e.o.

*Wij wensen  
jullie  
een gezellige  
decembermaand  
en alvast  
een goed,  
liefdevol  
2020  
met veel  
mooie  
momenten.*



Hardenberg e.o.



Parkinson  Academie

## Workshop Parkinson(ismen) en de naasten

### In Zwolle is een cursus speciaal voor naasten van mensen met de ziekte van Parkinson

Als uw partner of naaste de diagnose parkinson krijgt, verandert er voor u waarschijnlijk ook het nodige. De workshop ondersteunt u met praktische tips, zodat u de zorg voor uw naaste langer kunt volhouden.

Start	<b>woensdag 22 januari 2020</b>
Tijdstip	13.00 – 16.45 uur
Kosten	Voor leden van de vereniging € 17,50 (incl. lesmateriaal) Niet-leden betalen € 35,00
Trainers	Monique Branse en Lon Hooghoudt
Locatie	Driezorg-Woonzorgcentrum Fermate, Händellaan 315 in Zwolle

De trainingsgroep bestaat uit maximaal 12 cursisten.

Er zijn diverse zorgverzekeraars die zelfmanagementcursussen zoals deze vergoeden. U kunt dit nakijken in uw polis.

#### **Aanmelden:**

Via de website van de Parkinson Vereniging:  
[www.parkinson-vereniging.nl/academie](http://www.parkinson-vereniging.nl/academie)