

MEI 2018

# NIEUWSBRIEF

Parkinson  Café  
Harderwijk (NO Veluwe) 

Woensdag 16 mei 2018 was het dan zo ver! Sandy Raaijmakers was onze gast en gaf een demonstratieles met als thema "Dance with PD", een beweging- en dansprogramma. Sinds het bestaan van het Parkinson Café Harderwijk is dit de eerste keer dat we een thema herhaald hebben omdat na de vorige workshop onder leiding van Margriet Middel de reacties zo enthousiast waren en er gevraagd werd om herhaling. Nou.. graag!



Door ziekte kon Margriet Middel de avond niet verzorgen, maar gelukkig bleek Sandy bereid haar taak over te nemen en met succes! Sandy en Margriet verzorgen overigens samen ook danslessen in o.a. Harderwijk.

Om 19.30 uur ging in Ontmoetingscentrum de Aanleg in Harderwijk de actieve avond van het Parkinson Café van start. Sandy gaf eerst een korte uitleg over het thema en daarna was het meteen raak! Bekwaam en enthousiast gaf Sandy ons instructies.

Er werd een kring gemaakt waarbij Sandy de hele groep op sleeptouw nam. Op een aangename en enthousiaste manier coachte ze alle deelnemers.

De avond werd op een vakkundige en aanstekelijke manier geleid door Sandy Raaijmakers, waarbij ze de bezoekers alle dansoefeningen voor deed, onder begeleiding van toepasselijke muziek. Iedereen was zeer actief in de weer. Met een glimlach! Om op zo'n avond gezamenlijk bezig te zijn geeft verbinding en dat was goed merkbaar. De afsluiting was ook verrassend en leuk: in de kring bedankte iedereen om de beurt elkaar voor de fijne avond. Een mooi gebaar om af te sluiten!

Dank Sandy! Wij hebben er van genoten! En jij ook, zo te zien op onderstaande foto...



## 16 mei 2018: Care to dance?

Care to Dance? is een dansprogramma dat speciaal is ontwikkeld voor mensen met de ziekte van Parkinson, eventueel begeleid door hun partner, mantelzorger, een familielid of vriend. De lessen die Margriet Middel en Sandy Raaijmakers geven zijn speciaal ontwikkeld voor mensen met de ziekte van Parkinson, ongeacht leeftijd en mobiliteit. Het programma heeft een heilzame werking op mensen met de ziekte van Parkinson. Bewezen is dat het volgen van deze lessen een duidelijk toegevoegde waarde heeft voor de fysieke en mentale gezondheid van Parkinson patiënten. En vergeet niet: dansen met een partner of hele groep geeft een gevoel van saamhorigheid, waarbij plezier maken met elkaar voorop staat. Wie weet kunt u het plezier van bewegen (weer) ervaren!

Weet u dat u danslessen in Harderwijk kunt volgen bij Margriet Middel en Sandy Raaijmakers? Klik op de knop rechts of **HIER** en u komt op de website van Cultuurkust Harderwijk waar u meer informatie aantreft.

**Aanbevolen!**



# AGENDA

## U bent van harte welkom op 3 juli 2018

Bioscoopbezoek als afsluiting van het seizoen!

Op dinsdag 3 juli sluiten we het seizoen 2017-2018 gezamenlijk af met een bezoek aan Kok Experience; gezellig naar de film in Harderwijk! Geef u tijdig op, want het aantal deelnemers is beperkt! U kunt genieten van de schitterende natuurfilm "Wild" over de Veluwe; unieke beelden!

### Deelname is gratis!

Geef u op door een email te sturen naar:  
[info@parkinsoncafe-harderwijk.nl](mailto:info@parkinsoncafe-harderwijk.nl)

Aanvang: ± 14.00 uur  
 Einde: ± 17.00 uur

U kunt zich aanmelden door een e-mail te sturen naar:

[info@parkinsoncafe-harderwijk.nl](mailto:info@parkinsoncafe-harderwijk.nl)



## Agenda

**3 juli**

**Afsluiting  
seizoen:**

**Film:  
WILD**

**Aanvang 14.00 uur**

Vergeet u zich niet aan te melden?  
 Er zijn beperkt plaatsen beschikbaar.

### Overige data in 2018:

*19 september,  
 Gerhard Wekking,  
 psycholoog*

*14 november,  
 Leo Harmsen,  
 vertelt en deelt.*

## MET DANK AAN ONZE VRIENDEN EN SPONSOREN

Wijk Ontmoetingscentrum  
 de Aanleg Harderwijk

**JUMBO**

**KOK EXPERIENCE**  
 Fun, Food, Movies & Artisan

**ParkinsonNet**

**Zuidam**  
 banketbakkerij

**Parkinson Café**

Harderwijk (NO Veluwe)

[www.parkinsoncafehardenwijk.nl](http://www.parkinsoncafehardenwijk.nl)  
[info@parkinsoncafehardenwijk.nl](mailto:info@parkinsoncafehardenwijk.nl)  
 Tel: 06-10 55 23 39

