

# Nieuwsbrief van het Parkinson Café Laren

## jaargang 12 nr. 6 2022



Adres verschillende activiteiten  
Buurthuis Meentamorfose.  
Landweg 5  
1276 AS Huizen

Adres ParkinsonCafé Laren  
(maandelijkse bijeenkomst)  
Amaris Theodotion (Ridderzaal)  
Werkdroger 1  
1251 CM Laren

Website: <https://www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-laren>

Email: [parkinsoncafelaren@gmail.com](mailto:parkinsoncafelaren@gmail.com)

---

### **Van het bestuur.**

Het bestuur heeft weer met elkaar vergaderd. Deze vergaderingen zijn maandelijks en vallen meestal op de dinsdag na het ParkinsonCafé. Mocht u een vraag hebben aan het bestuur of een suggestie of idee, laat het ons dan vooral weten. De adressen staan onderaan de nieuwsbrief.

0-0-0-0-0-0-0

### **Het volgende ParkinsonCafé is**

**Donderdag 15 september a.s. om 14 uur in Amaris Theodotion (Ridderzaal).**

### **Neuroloog Rundervoort over Parkinson en Pesticiden**

Tijdens het Parkinson Café Laren en omstreken van 15 september gaat neuroloog Rob Rundervoort in op andere inzichten bij de behandeling van patiënten met de ziekte van Parkinson. Zo werd nog niet zo lang geleden veel aandacht geschonken aan motorische verschijnselen, terwijl nu de hersenen de meeste aandacht krijgen. Daarnaast gaat Rob ook in op de laatste zienswijzen omtrent de invloed van pesticiden. Rob is sinds 2020 verbonden aan het MC Tergooi.

De Parkinson Vereniging besteedt ook veel aandacht aan de invloed van pesticiden. Parkinson en pesticiden hebben helaas meer gemeen dan de letter P. Er gaat geen week voorbij of er meldt zich bij de vereniging een lid die een relatie tussen zijn of haar Parkinson en pesticiden vermoedt. Zij zetten deze persoonlijke verhalen in en koppelen deze aan de nieuwste wetenschappelijke inzichten over hoe Parkinson kan ontstaan. Samen met onder andere Pesticide Action Network, Greenpeace, Foodwatch, Meten=Weten, Natuur en Milieu maken

zij zich er sterk voor dat dit punt daar op de agenda's van onze bewindspersonen staat waar die hoort: Prominent. Onze gewassen beschermen ten koste van de volksgezondheid is voor hen geen optie!

Het is boven elke wetenschappelijke twijfel verheven dat we – door het gebruik van pesticiden – de kans vergroten dat mensen een neurodegeneratieve ziekte zoals Parkinson krijgen. Uit een review naar studies over mensen die beroepsmatig (lees langdurig en in relatief hoge concentraties) worden blootgesteld aan pesticiden blijkt dat die hogere kans minimaal 50%.

0-0-0-0-0-0-0

### **Terugblik ParkinsonCafé 18 augustus**

**Jan van Zijl**, voorzitter van de Parkinson-alliantie, verzorgde een inleiding over de Parkinson-alliantie. Jan van Zijl voelt zich opa en patiënt, in deze volgorde. Hij heeft zijn sporen verdient in de politiek, RWI, MBO-Raad en het ABP. Hij is voorzitter van de Parkinson Alliantie.

**Waarom een Alliantie?** Krachtenbundeling van de belangrijkste spelers op het terrein van de bestrijding van Parkinson en het draaglijk maken van de ziekte voor patiënten en mantelzorgers.

**Welke partijen vormen de Alliantie?** De Patiëntenvereniging, het ParkinsonNet, het Parkinsonfonds van de Vereniging, de Vereniging van Parkinsononderzoekers in oprichting Twee jaar geleden raakte Jan van Zijl er bij betrokken. Hij wist het moeizame proces vlot te trekken. Anderhalf jaar geleden stond de Alliantie er. Jan is onbezoldigd voorzitter en heeft 4 medebestuurders. Daarnaast zijn de beroepsverenigingen en het bedrijfsleven belangrijke contact voor de Alliantie.

Kern thema's op basis van het meer-jaren beleidsplan.

- 1) Onderzoek:  
meer middelen en meer gecoördineerde besteding van middelen aan zowel fundamenteel als toegepaste onderzoeken. De Alliantie formuleert onderzoek en innovatie agenda. ParkinsonNL deelt toe. ParkinsonNL beheert en genereert middelen. De alliantie evalueert en stelt bij. Onderzoekers voeren uit.
- 2) Meer samenwerking in de keten
- 3) Overleg met VWS. Dat resulteerde al in een gesprek met Mark Rutte en de minister op Parkinsondag. Het resultaat is nu al, dat er extra middelen binnenkomen.
- 4) Agenderen specifieke thema's, zoals diversiteit (waarom zijn allochtonen ondervertegenwoordigd); vroeg diagnose; relatie Parkinson – bestrijdingsmiddelen.  
De prijs van Bas Bloem gaat naar dit onderzoek en er komt een preventienota VWS.

Belangrijk actueel issue: er komt een fusie met het oude Parkinsonfonds.

Belangrijke terugkerende activiteit: Er komt een **Wereldparkinsondag**

Aan het eind werd er nog gediscussieerd over het concentreren van Parkinson-neurologen in ziekenhuizen, is dat belangrijk? En in verpleeghuizen? Welke rol kunnen de ParkinsonCafés spelen bij de beleidsplanning van de Alliantie (Jan van Zijl neemt dit mee).

Waarnemend voorzitter Gerdien de Wal bedankt Jan met een presentje voor deze boeiende lezing.

0-0-0-0-0-0-0

### **Terugblik gezamenlijke maaltijd op 02 september**

Zoals elk jaar zijn we het nieuwe seizoen met een gezamenlijke maaltijd begonnen. Er was een grote opkomst en wat was het gezellig! We genoten van een heerlijk buffet, terwijl ondertussen alle wederwaardigheden van de afgelopen tijd met elkaar konden worden uitgewisseld. De stemming zat er goed in, met prachtig pianospel van Marcus vd Heide. Kortom, een leuke happening!

0-0-0-0-0-0-0

### **Mantelzorgbijeenkomst**

Anky Perdijk organiseert weer een reeks bijeenkomsten, 1 x per 6 weken, voor mantelzorgers. Ze start in september en heeft inmiddels een aantal deelnemers. Als u ook mee wil doen, kunt u zich uiteraard bij haar opgeven [famperdijk@gmail.com](mailto:famperdijk@gmail.com),

0-0-0-0-0-0

### **Programma Najaar ParkinsonCafé**

<b>15 September</b>	Dr. Rundervoort, neuroloog Ter Gooi Ziekenhuis over pesticiden
<b>20 Oktober</b>	Frank Schopman over De ParkinsonPandemie van Bas Bloem
<b>17 November</b>	Somnoloog Karin van Dijk over Slaapstoornissen bij Parkinson
<b>15 December</b>	Kerststukjes maken

**OPROEP:** Weet u onderwerpen voor volgend jaar, laat het ons weten!

0-0-0-0-0-0-0

### **Parkietenkoor**

Tijdens het buffet hebben een aantal mensen te kennen gegeven toch weer te willen gaan zingen. Mochten er in minimaal 15 deelnemers verzameld worden, dan kan dit bij het bestuur gemeld worden en zou het koor weer van start kunnen gaan.

0-0-0-0-0-0-0

### **Boekennieuws**

Informatie over Parkinson en in bredere zin over de (verstoorde) werking van onze hersenen gaat alle patiënten en hun naasten aan. Daarom proberen we maandelijks boeken te noemen, die het lezen waard zijn. Deze maand hebben we geen nieuwe boeken te bespreken.

0-0-0-0-0-0

### **Mantelzorgbeurs 31 augustus in Kortenhoef**

De huisartsen in Kortenhoef organiseerden op 31 augustus een Mantelzorgbeurs voor mensen die te maken hebben met Parkinson, zelf of in hun omgeving. Wij hadden ook een stand met informatiemateriaal. We hebben een aantal mensen goede informatie kunnen meegeven.

0-0-0-0-0-0-0

## Belangrijke Gezondheid-informatie

Wij krijgen als bestuur regelmatig verzoeken om diverse (beweeg)activiteiten aan u door te geven. Wij geven maandelijks een opsomming van diverse activiteiten. Hebt u nieuwe tips, geef ze aan ons door.

### DE NORDIC WALKING GROEP HILVERSUM E.O.

We nodigen iedereen uit om mee te wandelen en zich aan te sluiten bij onze wandel groep. Ook omdat we voor de continuïteit uitbreiding nodig hebben in verband met het verloop van het aantal leden om begrijpelijke gezondheidsredenen. Wandelen in een groep is niet alleen gezellig, maar het dwingt jezelf ook in ieder geval de regelmaat vol te houden.

**Kom eens proeflopen?** Voor meer info bel met:

Ernst Kasanmoentalib (coördinator) 0653377896 of met Wil Clarijs (oprichtster)  
0617779013

- **Wanneer:** Iedere Maandag ochtend om 10.30 uur tot ca 11.30 uur
- **Waar:** Verzamelen op parkeerterrein van het Bezoekerscentrum van Natuurmonumenten aan het Noordereinde 54 in 's Graveland.

De warming up en Cooling Down met koffie wordt door een van onze leden verzorgd. (oa een gepensioneerd mensendieck therapeute)

Er is 1 paar Nordic walking stokken in bruikleen beschikbaar

Er zijn *geen kosten* verbonden aan het lidmaatschap van de wandelgroep.

Betaald parkeren op parkeerplaats Natuurmonumenten. Ca Euro 3,25

Gratis parkeren bij lidmaatschap Natuurmonumenten.

0-0-0-0-0-0

### **Mantelzorg.** Hulp nodig bij de zorg voor je naaste die Parkinson heeft?



Wij, Adriaan De Jong en Marion Smeekes van **Regie op Mantelzorg** helpen jou graag!

Als mantelzorger ben je er voor je naaste. Echter soms kom je tijd te kort, simpelweg omdat je te druk bent, of omdat je veel tijd kwijt bent aan het bellen met instanties en het regelen van zorg en ondersteuning. Dit vraagt meer van je dan je denkt. Tijd en energie die je liever aan je naaste of je gezin had besteed. In vele gevallen worden wij vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. Zie de link vanuit het ministerie van VWS

: <https://www.regelhulp.nl/.../onderste.../hulp-bij-regeltaken>.

Tel.nr. Adriaan : 0658903000 Tel.nr. Marion : 0627070307 [www.regieopmantelzorg.nl](http://www.regieopmantelzorg.nl)

0-0-0-0-0-0

Mijn naam is **Froukje van 't Hoff** en ik ben een dans-, gym- en beweegdocent gespecialiseerd in aangepast dansen en sporten voor mensen/senioren met een



chronische aandoening en/of lichamelijke beperking, waaronder Parkinson.

Al reeds eerder heb ik gymlessen aan de leden van het Parkinson Café Laren gegeven. Mijn huidige lessen zijn op de volgende locaties en tijden in Huizen en Laren. Jullie zijn van harte welkom voor een gratis proefles.

Voor meer informatie en graag van tevoren aanmelden:

telefoonnummer: 06-34110723 of mailadres: [freedance4ever@gmail.com](mailto:freedance4ever@gmail.com).

0-0-0-0-0-0



Elke vrijdagmiddag van 13.30 tot 15.00 uur bij **Ananda Yoga**, Boomberglaan 18 in Hilversum. De kosten zijn 5 lessen voor € 48.- (proefles gratis)  
De lessen worden gegeven door Marian van Deventer. Zij is gecertificeerd yoga docent, Mindfulnessstrainster en heeft een bijscholing gevolgd bij Yoga4Parkinson  
[www.yoga4parkinson.nl](http://www.yoga4parkinson.nl) en [www.anadayoga.nl/aanbod/lessen/yoga-4-parkinson](http://www.anadayoga.nl/aanbod/lessen/yoga-4-parkinson).

0-0-0-0-0-0

### **Hydrotherapie ParkinsonFit door FysioHolland STTC**

Heeft u pijnklachten als gevolg van Parkinson?

ParkinsonFit Hydrotherapie van FysioHolland STTC: een verlichtende training in het water onder begeleiding van een fysio- of oefentherapeut in extra verwarmd water.

De deelnemers aan deze groepsles hebben allemaal de ziekte van Parkinson, wat het sociale aspect van de groepsles ook erg belangrijk maakt. De ParkinsonFit lessen worden elke dinsdagochtend van 10-11 uur en van 11-12 uur gegeven in het **therapiebad van Sportcentrum “De Zandzee” in Bussum**. U kunt gratis en vrijblijvend een proefles bij ons volgen. Neem dan contact met ons op via (035) 524 35 27 of stuur een e-mail naar Daphne Siebenmorgen via [d.siebenmorgen@fysioholland.nl](mailto:d.siebenmorgen@fysioholland.nl).

0-0-0-0-0-0

### **ParkinsonSport**

De vereniging ParkinsonSport.nl [www.parkinsonsport.nl](http://www.parkinsonsport.nl) is voor en door mensen met Parkinson in 't Gooi. De vereniging draait op de vrijwillige inzet van sporters met Parkinson die de opleiding tot coach hebben gevolgd. Na een internationale training is de vereniging in maart 2019 gecertificeerd aanbieder van het Amerikaanse Rock Steady Boxing (RSB) *non-contact* boksprogramma. ParkinsonSport.nl | Rock Steady Boxing Het Gooi is 100% toegesneden op de symptomen van Parkinson. Veilig, non-contact fitness en boksen, doelgericht trainen op mobiliteit.

### **Bokszaal Coronel Sports.**

Dinsdag 10.15 uur – 11.30 uur en Donderdag 13.30 uur – 14.45 uur  
Coronel Sports, IJsselmeerstraat 5-B in 1271 AA Huizen.

0-0-0-0-0-0

### **Bijdrage Nieuwsbrief.**

Wij willen graag iedereen uitnodigen om een berichtje, verhaal of oproep in de nieuwsbrief te plaatsen. U kunt dit mailen naar de secretaris Gerdien de Wal, [gerdiendewal@gmail.com](mailto:gerdiendewal@gmail.com)

In de nieuwsbrief vindt u allerlei onderwerpen, waarmee wij u hopen te inspireren.

0-0-0-0-0-0

### **Nuttige informatie**

#### Bestuur Parkinson Café.

Anky Perdijk, voorzitter	06-12434292	<a href="mailto:famperdijk@gmail.com">famperdijk@gmail.com</a>
Gerdien de Wal, secretaris	06-53647104	<a href="mailto:gerdiendewal@gmail.com">gerdiendewal@gmail.com</a>
Ina Gevers, penningmeester	06-30766951	<a href="mailto:j.gevers7@kpnplanet.nl">j.gevers7@kpnplanet.nl</a>
Paul Engelkamp, ext communicatie	06-23284701	<a href="mailto:paul@engelkamp.nl">paul@engelkamp.nl</a>
Peter Versteeg, adviseur	06-17456799	<a href="mailto:pg.versteeg@casema.nl">pg.versteeg@casema.nl</a>
Algemene email		<a href="mailto:parkinsoncafelaren@gmail.com">parkinsoncafelaren@gmail.com</a>

#### Facebookpagina's

Bent u een Facebookgebruiker, dan kunt u nu de pagina van het **ParkinsonCafé Laren** vinden op Facebook. We vermelden daar actuele wetenswaardigheden. Ook een interessante pagina is de **Parkinsonproatgroep**, waar ervaringen en tips uitgewisseld worden.