



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

NIEUWSBRIEF APRIL 2017



Prettige Paasdagen

Vooruitblik:

Mei

Hans Holtslag met "Kristallen tranen"

26 mei komt Hans Holtslag op uitnodiging van het Parkinsoncafé naar V'waard. De voorstelling start om 14.00 uur in het auditorium van Kempenhof.

Hans is een professionele acteur en daarom vragen we een entreeprijs van € 5,00 p.p. (inclusief koffie/thee).



**Reserveren is niet nodig
en er is geen
kaartverkoop vooraf.**

Parkinsoncafé 28 april, 14.00 uur Maria Grijpma "Klein geluk voor de mantelzorger"

Zorg je minimaal 8 uur per week voor een naaste? Doe je dat al drie maanden of langer? Word je hier niet voor betaald?

Zeg je 3x JA, dan ben je mantelzorger.

Naar aanleiding van haar nieuwe boek 'Klein geluk voor de mantelzorger' geeft Maria Grijpma een sprankelende en interactieve bijeenkomst.

Doel van de lezing:

Mantelzorgers ervan bewust maken dat goed voor jezelf zorgen noodzakelijk is, om het zorgen voor een ander vol te houden, én dat het nog fijn is ook. Zo ben je je eigen beste vriend en raak je niet overbelast. En de patiënt kan veilig ziek zijn, omdat er een stevige mantelzorger naast hem staat.

Mantelzorg verlenen is verrijkend maar ook zwaar. Gaan zorgen voor een ander is iets wat je vaak 'overkomt': je geliefde, een ouder, een kind of een vriend wordt ziek en jij neemt de zorg op je. Maar wie niet oppast vergeet zichzelf, met alle nare gevolgen van dien!

Het boek 'Klein geluk voor de mantelzorger' staat bomvol inspiratie om overbelasting van mantelzorgers te voorkomen. Er zijn 4 miljoen mantelzorgers in Nederland, waarvan 10-17% overbelast is.

Het boek van Maria Grijpma (Waalre) is na de lezing te koop voor € 17,50

Website: www.mooiemorgen.nl





PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Vooruitblik (vervolg)

Juni

Lichttherapie
(onder voorbehoud)

Juli

Praatgroepjes
(onder voorbehoud)

Wensen

Wanneer je ouder wordt,
worden je wensen simpeler,
je vraagt niet meer om het
onmogelijke

In de ogen van een kind, wat
zou je willen doen,
zeg je al snel, dat deden wij
ook toen!

Fietsen, steppen, rolschaat-
sen, verstoppertje spelen
met de jeugd van toen,
ach wat zouden we het nog
graag in beperkte mate
overdoen.

Maar fietsen, tja dat gaat
niet meer, steppen dus ook
niet
rolschaatsen kun je wel
vergeten, dat wordt 'm ook
niet.

Knikkeren, nou ik kom nooit
meer overeind, dus dat spel
is bij voorbaat ondermijnd.

Terugblik Maart:

Vrijdag 31 maart 2017 kwam neuroloog Ad Vermeij voor de 5^e keer naar het Parkinsoncafé. Hij komt altijd de laatste vrijdag van maart. De zaal zat helemaal vol en iedereen luisterde heel aandachtig naar de gedreven, boeiende verteller. Allereerst gaf hij een overzichtelijke uiteenzetting over klachten van het autonome zenuwstelsel. Vooral het probleem van duizeligheid kreeg extra aandacht. Daarna gaf hij een overzicht van thema's die hij in al die jaren besproken heeft, en nieuwe zienswijzen. Ook beantwoordde hij heel veel vragen. Het was een fijne en informatieve middag. Volgend jaar maart wil hij weer terugkomen. Hulde aan neuroloog Vermeij!

Teruglezen? www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Leven met P.

Label F of toch label P?

Onlangs post gehad van de overheid. Ze zijn me dus nog niet vergeten. Een deftige, grote, witte enveloppe. In ieder geval geen belasting. Nee, ik krijg een label. Of beter, mijn huis krijgt een label opgeplakt. Een energielabel. Omdat mijn huis redelijk oud is, gebouwd in 1939, krijgt het de label F. Dat betekent, dat het minder energiezuinig is dan gemiddeld. Bij het lezen van de toelichting zie ik dat het een voorlopig label is. Pfff, bofkont. Als ik goed mijn best doe, kan ik nog label C of B halen en zelfs label A. Ik moet straks wel een deskundige raadplegen om de label "definitief" te maken. Maar geen nood: ik heb vrijheid in het kiezen van mijn expert. Hij of zij mag me geen poot uitdraaien. En ik krijg ook geen boete zolang ik mijn huis niet verkoop. Ben ik ook niet van plan. Maar ooit zal mijn huis eraan moeten geloven.



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Verstopperij en tikkertje,
wie me dat nog wil zien
doen,
bespreek meteen een
ziekenhuisbed, want ik ben
val-kampioen.

En zo zijn spelletjes nu wel
uit den boze, heb ik
ondervonden,
behalve eentje dan: door
kleinzoon uitgevonden:

Ik kreeg een potje in mijn
handen geduwd met de
woorden:
Blazen Oma en omdat ze het
allemaal hoorden,

Zat ik op zondagmiddag in
de tuin, net als toen, bellen
te blazen.

Zie je wel, dat ik toch nog
een spel van "toen" kon
doen?



An Terlouw
19-03-2017

En dan zal het geüpdatet moeten worden. Maar
voorlopig woon ik prima.

Ik heb ineens een déjà vu. Zo'n 4 jaar geleden kreeg
ik post van het ziekenhuis. De neuroloog kende me
via mijn huisarts. En ik mocht op bezoek komen. Na
dat bezoek kreeg ik een label. Label P. Dit betekent
dat ik minder functioneer dan gemiddeld. Ik ben al
wat ouder, dus dat kan gebeuren. Maar nog niet zo
oud, dat ik het redelijk vind. Maar goed, dit label P is
in zoverre voorlopig, dat ik nog goed functioneer.
Pfff, bofkont. Ik zal straks wel een deskundige
moeten raadplegen om het echte label P te krijgen.
Als ik niet meer goed functioneer. Maar wel zo
overzichtelijk, dat het in ieder geval label P blijft. En
ik mag toch maar mooi mijn eigen specialist kiezen.
En voorlopig krijg ik ook nog geen boete, zolang de
verzekering en de overheid nog een beetje met me
meedenkt en -voelt. Maar ooit zal ik eraan moeten
geloven. Misschien moet ik dan geüpdatet worden
om weer dichterbij het gemiddelde te komen.
Met een andere label: label DBS wellicht.

Parkinson bedenkt nog wel iets. Maar voorlopig leef
ik prima. Met label F en label P.

Bron: Columns Martin van Lokven,
Leven met P. Parkinsonplaza, 4 oktober 2016



**Elke maand sponsort
Detifleur Valkenswaard
het bloemetje op tafel in het Parkinson café**