



**www PARKINSON CAFÉ VALKENSWAARD**  
**Postadres: Marjo Schurgers, Akeleilaan 7,**  
**5552 GS Valkenswaard, Tel. 040 201 8649**  
**E-mail [pc.valkenswaard@gmail.com](mailto:pc.valkenswaard@gmail.com)**  
**Website [www.parkinsoncafevalkenswaard.nl](http://www.parkinsoncafevalkenswaard.nl)**

**Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard**

## NIEUWSBRIEF JANUARI 2025



Het bestuur en de medewerkers van het Parkinsoncafé Valkenswaard wensen u van harte een goed en vooral zo gezond mogelijk Nieuwjaar toe. We weten allemaal dat gezondheid een van de belangrijkste dingen in ons leven is. Hoewel er momenteel veel problemen in de wereld zijn realiseren we ons toch ook dat het reilen en zeilen in ons eigen kleine wereldje een veel grotere impact heeft op ons dagelijks bestaan. En we hopen dat we elkaar nog vaak zullen ontmoeten in het Parkinsoncafé in Valkenswaard.

De eerstvolgende mogelijkheid daartoe is het feestelijke Nieuwjaarsdiner op 31 januari a.s. in het Auditorium van Valkenhof en de zaal is open vanaf 12.30 uur.

De inschrijving daarvoor is al geopend maar er zijn nog plaatsen vrij en u kunt nog inschrijven tot 20 januari (i.v.m. de inkoop door de keuken).

Door een inzamelingsactie voor ons café, gehouden bij de uitvaart van onze vroegere medewerker Ton van Gennip, kunnen we u het Nieuwjaarsdiner deze keer aanbieden voor slechts €10,- per persoon.



Zoals elk jaar wordt het ook nu weer een heerlijke feestelijke maaltijd, bestaande uit een glaasje bubbels bij binnenkomst, een vier gangendiner en koffie na. U kunt kiezen of u vlees of vis wil eten en de drank is ook nog inclusief.

### **Opgeven voor het diner gaat als volgt: (u kunt bellen of mailen)**

- u belt vóór 20 januari naar tel. nr. 040 201 86 49;
- of u mailt naar [marjoschurgers@hotmail.com](mailto:marjoschurgers@hotmail.com);
- u geeft door dat u zich opgeeft voor het diner en u vermeldt:
- uw naam en met hoeveel personen u komt;
- uw telefoonnummer;
- en of u vlees of vis wil eten.

Wanneer u belt krijgt u meteen te horen of u kunt deelnemen.

Wanneer u een mail stuurt krijgt u meteen bericht terug of u kunt deelnemen.

Krijgt u bevestiging dat u kunt deelnemen dan kunt u het bedrag van € 10,- per persoon overmaken op rekening van:

**Valkenhof, NL55RAB00152907440, o.v.v. Diner Parkinsoncafé.**

Het diner vindt plaats op **31 januari a.s. en de zaal is open vanaf 12.30 uur**, waarbij u welkom wordt geheten met een glaasje Prosecco. We gaan er met zijn allen weer een gezellige middag van maken!

### **Lezingen en workshops**

Vanaf februari starten we weer met de lezingen/workshops.

Daarvoor hoeft u zich niet aan te melden en de entree is gratis voor iedereen die daar belangstelling voor heeft.

De zaal is open om 13.30 uur en we starten om 14.00 uur met een lezing/workshop van ca 45 minuten. Daarna is er een korte pauze en het einde is rond 15.30 uur. Vervolgens hebt u nog de mogelijkheid om onder het genot van een drankje gezellig na te praten.

Als u wensen heeft over lezingen/workshops vinden we het fijn als u dat aangeeft.

Dat kunt u doen door iemand van het bestuur of medewerkers aan te spreken-herkenbaar aan de badge-; of u schrijft, desgewenst anoniem, in ons gastenboek.

Wij horen graag wat er onder onze bezoekers leeft en proberen met uw wensen of voorstellen rekening te houden.

**Tot ziens bij het feestelijke Nieuwjaarsdiner op 31 januari.**

**De inloop is vanaf 12.30u!!!!**

## Parkinsoncafé Valkenswaard, (Inloop 13.30 uur, aanvang 14.00 uur)

- 31 januari: Nieuwjaarsdiner (**Attentie, hierbij is de inloop vanaf 12.30 uur**)
- 28 februari: Lousanne Tangelder, Parkinson bewustzijnscoach, over Parkinson en ademhaling;
- 28 maart: Wencke van Deurzen, ParkinsonNet fysiotherapeut, en een sportcoach, beiden van Fysio van Hoof, over fysiotherapie en persoonlijke Parkinsonsport;
- 25 april: Daniel du Corbier, ergotherapeut van Valkenhof;
- 30 mei: Thieme Stap, Parkinson en creativiteit/kunst.

## Parkinson TV om 17.00 uur [www.parkinsontv.nl/agenda/](http://www.parkinsontv.nl/agenda/)

- 31 januari Houdingsveranderingen;  
Een vragenuurtje van Parkinson TV in het teken van houdingsveranderingen.
- 28 februari Verstoorde remslaap & Parkinson;  
Een nieuwe uitzending van Parkinson TV die helemaal in het teken staat van een verstoorde remslaap. Heeft u een vraag? Stel deze dan tijdens de uitzending.
- 28 maart Energie en Parkinson  
Energie hebben, houden en verdelen. We bespreken het allemaal tijdens deze uitzending die in het teken staat van dit onderwerp.

