



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

Nieuwsbrief mei 2023

Voorwoord van de coördinator

Beste lezers,

Door de jaren heen heb ik al veel contacten gehad met parkinsonmensen en hun evt. partner of familie. Soms één keer, soms vaker.

Over één van de contacten wil ik hier iets meer vertellen.

Sinds een paar jaar mag u zich opgeven voor de bijeenkomst van het Parkinson Café. Meneer Jansen (niet zijn echte naam) belt mij regelmatig op: "ja, donderdag is er Parkinson café en nu bel ik even dat ik niet kan komen. Ik zou het graag willen, maar.... en dan kwam er een reden waarom hij niet kon komen. Hij wilde graag bij de bijeenkomst zijn om nieuwe dingen rond Parkinson te horen en contact met anderen. Dit ging een aantal keren achter elkaar zo. Hij belde en we spraken even met elkaar.

In maart dit jaar belde zijn vrouw: zij had van haar man de opdracht gekregen om mij te bellen om te zeggen dat hij niet kon komen. Meneer lag in het ziekenhuis. En elke dag vroeg hij zijn vrouw: "Heb je gebeld?" Wij spraken ook met elkaar en zij kon die middag haar man geruststellen dat zij gebeld had.

Ruim een week geleden belde zij mij opnieuw. De uitnodiging voor de bijeenkomst was bij de mail. Dit keer belde zij om te vertellen dat haar man was overleden. Hij was niet meer thuis geweest en in het ziekenhuis overleden. We hebben samen een tijdje gesproken en ik heb mevrouw heel veel sterkte gewenst.

Het deed me veel. Ik was ontroerd. We hebben elkaar nooit ontmoet en toch was er contact tussen ons, een bijzonder contact.

Dit zijn voor mij waardevolle momenten en ik krijg er nieuwe energie van, net zoals van de bijeenkomsten. Even contact hebben, even luisteren, soms even stil zijn.

Daar bedankte mevrouw mij voor: dat ik even de tijd nam om met hem te praten. Ik deed het graag.

Dus als u een keer wilt praten, bel dan! Dan wil ik ook naar u luisteren. Ik doe het graag (misbruik kan bestraft worden 😊).

Hartelijke groet, *Joke Pullen*

COLOFON:

Adres bijeenkomst:

Het Morgenlicht,
Gramsbergerweg 59
7772 CV Hardenberg



Parkinson Café Hardenberg e.o.

Coördinator:

Joke Pullen Tel: 06-14056171

Email: info@parkinsoncafehardenberg.nl

Internet:

<http://parkinsoncafehardenberg.nl>

Facebook:

www.facebook.com/parkinsoncafehardenberg

De volgende nieuwsbrief zal eind september 2023 verschijnen.

Uit het café van 25 mei 2023

(door Joke)

Wilt u de hand-out PowerPointpresentatie van de bijeenkomst met als thema 'De diagnose Parkinson(ismen) en dan? Over 'verlies' en hoe nu verder?' mail dan naar: info@parkinsoncafehardenberg.nl. Dan ontvangt u deze per mail. U kunt ook aangeven de ppp elke keer te willen ontvangen.

Als u nog contact wilt met Alice Cramer: 06 - 17 785 149, alicecramer64@gmail.com of www.me-mento.nl

ParkinsonNetters Hardenberg – Ommen

Sinds een jaar zijn er elke bijeenkomst een paar ParkinsonNetters aanwezig. Het is goed om hen te leren kennen en zij ons. U kunt hen vragen stellen of een gesprekje aanknopen. En de ParkinsonNetter ziet en hoort wat wij op een bijeenkomst doen en steekt er zelf misschien ook iets van op.

Afgelopen donderdag 25 mei waren aanwezig:

Ashley-Aimee Belt, ergotherapeut, werkt bij Praktijk Ergotherapie Reest en Vecht te Dedemsvaart.

Marianne Fekkes, Fysiotherapeut, werkt bij Fysiotherapie en Training Coevorden.

Barendy Friesacher, sinds 1 maart 2023 werkzaam als Parkinsonverpleegkundige, bij Saxenburgh Medisch Centrum, Hardenberg en Coevorden.

Thema: De diagnose Parkinson(ismen) en dan? Over 'verlies' en hoe nu verder?

Op deze middag is het thema niet helemaal goed uit de verf gekomen. Daarom gaan wij proberen om rond dit thema nog een bijeenkomst te organiseren. Hierbij zal de nadruk komen te liggen op onze eigen ervaringen en het omgaan met verlies.

Tijdens de bijeenkomst kwamen verschillende punten aanbod:

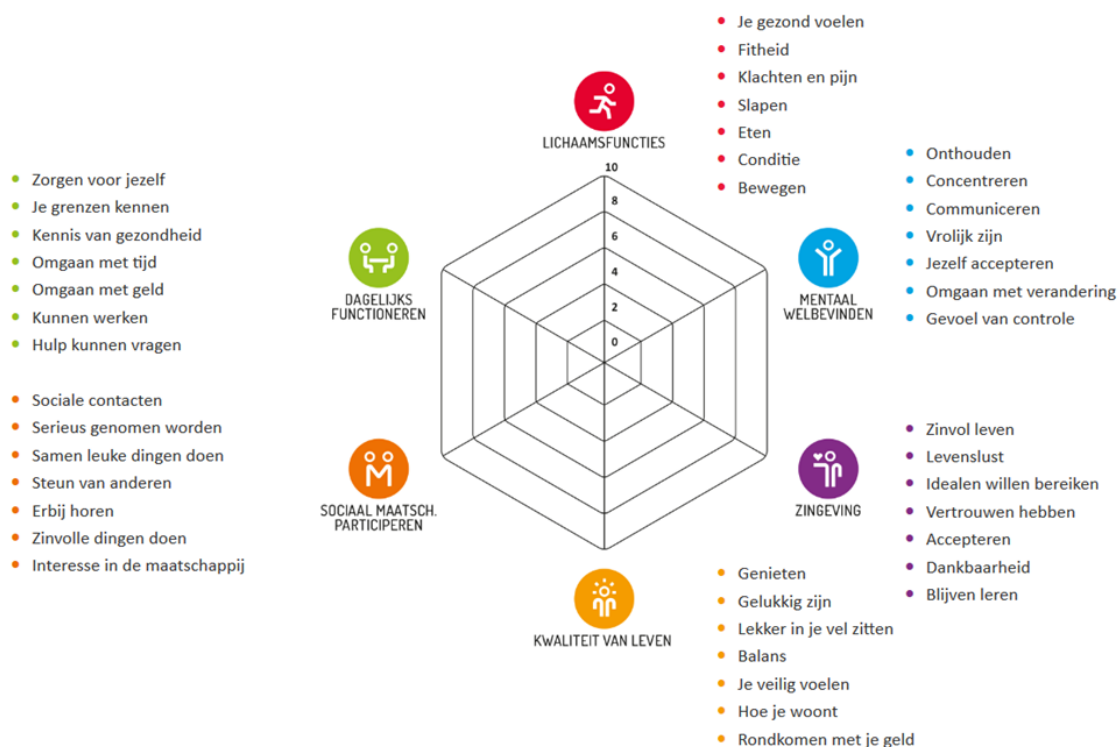
- enkele uitzendingen van ParkinsonTV die aansluiten bij het thema van deze middag:
[Betekenisvol leven & Parkinson – ParkinsonTV - YouTube](#)
[Innerlijke rust & Parkinson – ParkinsonTV - YouTube](#)
[Acceptatie & Parkinson - ParkinsonTV - YouTube](#)
- Wat is Positieve Gezondheid?
Positieve Gezondheid is een bredere kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. Met die bredere benadering draag je bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren.



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

Voor wie meer wil lezen over positieve gezondheid kan terecht bij de volgende websites: [Positieve gezondheid - Wikipedia](#) of [Over Machteld Huber - Institute for Positive Health \(iph.nl\)](#)

- **Test Positieve gezondheid:** [MijnPositieveGezondheid.nl](#)
Mensen die de vragenlijst invullen, kunnen met het spinnenweb in kaart brengen hoe zij hun gezondheid ervaren.
- **De zes dimensies van Positieve Gezondheid zijn:**
 - Lichaamsfuncties – Ik voel me gezond en fit
 - Mentaal welbevinden – Ik voel me vrolijk
 - Zingeving – Ik heb vertrouwen in mijn eigen toekomst
 - Kwaliteit van leven – Ik geniet van mijn leven
 - Meedoen – Ik heb goed contact met andere mensen
 - Dagelijks leven – Ik kan goed voor mezelf zorgen





Parkinson Verpleegkundige

Parkinson verpleegkundige Saxenburgh Medisch Centrum.

Mag ik mij even voorstellen?

Sinds enkele maanden ben ik als verpleegkundige verbonden aan de poli neurologie waar ik tijdens het spreekuur patiënten met de ziekte van Parkinson of parkinsonisme zie die bekend zijn bij de neurologen.

Naast patiënten zie ik ook de naasten van de patiënt zoals partners, kinderen of vrienden die in veel gevallen mantelzorger zijn.

Inmiddels heb ik met patiënten kennis gemaakt, de eerste huisbezoeken gedaan, machtigingen geschreven en tissues uitgedeeld. De spreekuren worden zowel in Hardenberg als Coevorden gehouden.

Een gedeelte van de patiënten heeft al kennis met mij gemaakt en we hopen dat het contact voor langere tijd zal zijn omdat het fijn is dat je elkaar in de loop van de tijd leert kennen.

Als Parkinson verpleegkundige wil ik graag met de patiënten en naasten meelopen. Luisteren wat hen bezighoudt. Samen kijken waar hulp nodig is in de vorm van advies, balans en hulpmiddelen. De weg wijzen naar het vinden van de juiste therapeuten, informatie en ondersteuning zoals bijvoorbeeld lotgenotencontact. Samen kijken of de balans tussen mantelzorg, relatie en andere bezigheden in evenwicht is. En ook kunnen we samen gespreksonderwerpen voorbereiden die besproken kunnen worden bij bijvoorbeeld de neuroloog. Gespreksonderwerpen over bijvoorbeeld behandeling of levensvragen.

Ik ben Barendy Friesacher en heb jarenlange ervaring als verpleegkundige neurologie en heb daarnaast de opleiding POH (praktijkondersteuner huisarts) gevolgd en ervaring opgedaan met spreekuren bij de huisarts.

Ik zie er naar uit om samen met jullie mee te lopen en te luisteren hoe iedereen omgaat met de ziekte van Parkinson en alles wat daarbij komt kijken. Om samen te leren en waar nodig samen te zoeken naar oplossingen.

Hartelijke groet,
Barendy Friesacher

In gesprek met ... Pamela

Op een maandagmiddag rijden Anneke en ik tussen de landerijen door richting Geesbrug. We gaan theedrinken bij Pamela thuis en ondertussen praten we over haar leven met haar Pieter. Pieter is bijna 4 jaar geleden overleden. U kunt Pamela kennen als gastvrouw bij de bijeenkomsten van het Parkinson Café. Ook is zij lid van de klankbordgroep (sinds sept. 2016).

Eerst even terug in de tijd: Pamela is in 1957 geboren in Utrecht, heeft een 6 jaar oudere zus. Na de lagere school gaat zij naar de havo. Bijzonder is dat Pamela klas 4 en 5 van de havo volgt in Ettenleur, waar zij 'op kostschool' is. Hier heeft zij een goede tijd gehad en veel geleerd. Gelijk dachten Anneke en ik aan 'de Pitty naar kostschool serie' die wij als tiener vroeger vaak gelezen hebben.

Na de havo volgde Pamela de opleiding ziekenzorg (tegenwoordig Verzorgende IG) in Harmelen. Na de opleiding ging Pamela aan het werk op de ziekenboeg en in die tijd leerde zij haar 1e echtgenoot kennen, met wie zij trouwde en in Woerden ging wonen. Daar kreeg zij eindelijk de kans om de A-opleiding te gaan doen, in het Hofpoort ziekenhuis. Jammer genoeg kregen Pamela en haar man geen kinderen en mede daardoor groeiden zij uit elkaar en een scheiding volgde.



Via het ziekenhuis leerde Pamela Pieter (29-01-1939) kennen, dé liefde van haar leven. Pieter kwam in Woerden bij Pamela wonen. Samen zijn zij op zoek gegaan naar een andere woning. In 2001 verhuisden zij naar Elim en beleefden een fantastische tijd, verbouwden de boerderij en hadden een grote veestapel: herten, honden, poezen en kippen. In 2016 trouwden Pieter en Pamela in het klooster in Ter Apel. Samen hebben zij veel gereisd, o.a.

Nieuw-Zeeland, Sri Lanka, IJsland, Peru en Griekenland. Volgens Pieter is Pamela een geboren reiziger.

En dan signaleert Pamela een trillende arm bij Pieter: "ga er maar vanuit dat je Parkinson hebt", zegt Pamela met al haar ervaring als verpleegkundige. Uiteindelijk wordt dit na diverse onderzoeken bevestigd door de neuroloog (2008). Pieter heeft lange tijd voor de buitenwereld kunnen verbergen dat hij de ziekte van Parkinson had. Hij functioneerde uitstekend en kon in het begin alles doen wat hij wilde. De klachten namen op den duur toe en verbergen lukte niet meer. Pieter en Pamela bezochten het Parkinson café, totdat hij de belangstelling en energie ervoor kwijtraakte. Als in mei 2016 blijkt dat er een vacature is in de klankbordgroep voor een mantelzorger, meldt Pamela zich hiervoor aan.

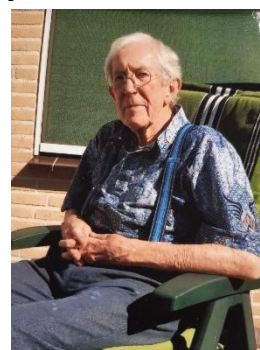
Jaren ging het goed, maar dan komt het moment dat Pieter en Pamela moesten beslissen de boerderij te verkopen. Het werd te veel voor Pieter en ook Pamela had vanwege haar werk als wijkverpleegkundige te weinig tijd om huis en erf bij te houden. Zij vonden een huis in Geesbrug dat ook geschikt was voor Pieter. Ter overbrugging eerst 3 maanden in de

winter naar een vakantiewoning in Spier. Dit was een rampzalige tijd: nat, koud, klein en Pieter ging verder achteruit. Toen Pieter en Pamela uiteindelijk naar Geesbrug konden verhuizen namen de problemen toe. Pieter viel steeds vaker, kreeg TIA's, zijn karakter veranderde, hij werd boos, deed vreemde dingen in de veronderstelling te helpen. Zo kon hij spullen vanuit huis naar de schuur brengen en omgekeerd, terwijl dit niet de bedoeling was en werd steeds afhankelijker van anderen, vooral van Pamela. Thuiszorg werd ingeschakeld en onder het mom van 'ondersteuning bij de bedrijfsvoering' ging Pieter naar de dagopvang. Toen Pieter zelf dacht dat de bedrijfsvoering op orde was, vond hij zijn ondersteuning niet meer nodig en ging hij niet meer naar de dagopvang. Na ruim een half jaar was voor Pamela de grens bereikt. De combinatie van mantelzorg, werken en de verhuizing eisten hun tol.

Pieter zou een week naar Weidesteijn (woonzorglocatie in Hoogeveen) gaan om Pamela wat rust te geven. Het werd 1,5 jaar. Pamela wilde dit niet, maar zij kon niet anders. Ondanks de dagelijkse bezoeken van Pamela aan Pieter, vervreemde hij van haar. En door de uitspraken van Pieter ging Pamela vaak in tranen naar huis.

De afdeling waar Pieter verbleef heeft een goede herinnering achter gelaten bij Pamela. Zij heeft moeten leren om de zorg over te laten aan de verzorgers. De verzorgers hadden voldoende kennis van de ziekte van Parkinson om goed voor Pieter te zorgen.

Er is goede aandacht voor Pieter geweest: ze betrokken hem overal bij en gaven hem de ruimte. Er kwam een vrijwilliger die met Pieter ging schilderen of hij ging naar de gezamenlijke schilderclub. Bijna al zijn werken heeft Pamela thuis hangen. Pieter ging mee met dagjes uit.



Pamela was in staat om met Pieters gedachten mee te gaan: soms stuurde Pieter haar weg omdat hij aan het werk was als coach. Op een dag vertelde Pieter dat hij gevraagd was om als coach naar Saoedi-Arabië te gaan. Hij had er geen zin in. Pamela heeft hem toen aangeraden om te bellen en te zeggen hij dit niet te wilde. Een aantal dagen erna kwam hij erop terug en vertelde dat hij had afgebeld, terwijl hij andere dingen niet meer wist.

In oktober 2019 weigerde Pieter zijn medicatie. Pieter wilde niet meer verder leven en Pamela heeft dit gerespecteerd. Pieter zakte in diepe slaap en hij is in Pamela's armen op 25 oktober 2019 overleden.

Pamela mist Pieters gezelligheid, humor en fijne gesprekken. Geen verrassingen meer, geen cadeautjes, geen verjaardagen, alle leuke dingen die ze gewend waren samen te beleven zijn verdwenen en komen ook niet meer terug. De herinneringen blijven.

Rond het overlijden van Pieter en korte periode daarna waren er genoeg mensen die Pamela wilden opvangen en er voor haar waren. Na verloop van tijd verminderde dit en grotendeels staat zij er nu alleen voor. Mensen gaan (terecht) door met hun eigen leven. Pamela vertelt: "door het werk weer op te pakken denk je het verlies een plek te geven,



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

zoals veel mensen beweren. Kletsboek, je kunt het geen plek geven; het verdriet gaat niet over. Scherpe kanten slijten, maar het gemis, de heimwee blijft”.

Pamela is nu 65 jaar en hoopt over 1,5 jaar met pensioen te kunnen gaan.

Dan is er tijd voor de hobby's: fotoalbum afronden, borduren, legpuzzels maken en misschien reizen...of misschien weer een hond, een golden retriever.

Mijn wens voor Pamela is dat zij na haar pensioen nog jaren krijgt om te kunnen genieten van mensen om zich heen, haar hobby's en dat ze ook nog een aantal jaren als gastvrouw en lid van de klankbordgroep van ons Parkinson Café mee kan draaien.

Joke

*Verlies geef je
geen plekje,
Het gaat mee
je leven in.
Judith Stoker*

Gespreksgroep 'partners van iemand met Parkinson(ismen)

Gespreksgroep 'partners van iemand met Parkinson(ismen)

Helaas is de gespreksgroep 'partners van iemand met Parkinson(ismen)' tijdelijk gestopt.

Het aantal deelnemers is gehalveerd en na overleg is afgesproken tijdelijk met de gespreksgroep te stoppen.

Mocht er in de toekomst meer belangstelling bestaan voor een gespreksgroep (partner of mantelzorger), dan horen wij dit graag.

Dan kunnen wij opnieuw opstarten.

Bel met Joke 06-14056171 of Alie 06-43452999 of mail:

info@parkinsoncafehardenberg.nl

'Laat parkinson niet winnen'.

Op 15 april vond de aftrap plaats van onze campagne voor ledenwerving met als thema 'Laat parkinson niet winnen'. Want parkinson dat bent u niet, maar dat heeft u. De Parkinson Vereniging helpt om desondanks zoveel mogelijk uit het leven te halen, of het nu om de relatie gaat, een gezonde leefstijl, werken met parkinson of kleine geluksmomenten in de late fase van de ziekte.



De Parkinson Vereniging is dé belangenbehartiger voor mensen met de ziekte van Parkinson of een Parkinsonisme en hun naasten. Samen oefenen we meer invloed uit op het beleid van de overheid. We helpen elkaar met informatie, tips of een luisterend oor.

Daarom wordt u lid:

De Parkinson Vereniging is een actieve vereniging die zich inzet voor een zo goed mogelijke kwaliteit van leven voor ruim 63.500 mensen met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme en hun naasten. Al voor € 3,75 per maand bent u lid van de Parkinson Vereniging. Hiermee kunt u gebruik maken van:



- Toegang tot veel kennis en informatie: actueel, onafhankelijk en betrouwbaar
- 5x per jaar - Parkinson Magazine met onder andere diepte-interviews, wetenschapsnieuws, persoonlijke verhalen
- Periodieke nieuwsflitsen
- Uitnodigingen voor het Parkinson Café in uw regio
- Online community en de verenigingsapp voor de smartphone voor het uitwisselen van ervaringen
- Korting op cursussen en workshops van de Parkinson Academie en bijeenkomsten voor u en uw naasten
- Persoonlijk advies van de helpdesk 'Parkinson en werk'
- Korting op boeken
- Specifieke themabijeenkomsten voor specifieke groepen: naasten/mantelzorgers/alleengaanden/jongeren etc.
- Invloed op en informatie over onderzoek
- Om sterker te staan, onder andere richting overheid

Word lid voor slechts € 3,75 per maand.

Als u lid wilt worden of dit overweegt, vindt u meer informatie op:

<https://www.parkinson-vereniging.nl/help-mee/lid-worden>

Copy voor de nieuwsbrief

Heeft u iets te vertellen of te vragen? Heeft u een leuke column geschreven? Heeft u iets leuks of interessants voor de laatste bladzijde? Of heeft u een hulpmiddel over en wilt u die voor een klein of iets groter bedrag verkopen?

Lever dan een artikel of een oproep of een kleine advertentie in via de mail:

info@parkinsoncafehardenberg.nl

De redactie heeft het recht om de copy niet te plaatsen. Dan nemen wij contact met u op.

Zo wordt het steeds meer een nieuwsbrief van ons allemaal.

Copy voor de volgende nieuwsbrief kunt u inleveren tot maandag 18-09-2023. Het liefst in word document. Mail naar info@parkinsoncafehardenberg.nl

Media tip:

Bas Bloem legt in het filmpje (bijna 5 minuten) uit waarom het gebruik van Vit B1 nu nog niet nodig is. En verder adviseert hij het af en toe laten controleren van o.a. Vit. B12.

[Feit of fictie. Is het bewezen dat B1 \(Thiamine\) therapie nuttig is? - YouTube](#)

Veel meer filmpjes van een paar minuten over feit of fictie, Parkinsonismen en Ziekte van Parkinson en allerlei (wetenschappelijke) onderzoeken die lopen vind je hier:

[Parkinson Op Maat - YouTube](#)

Podcast luisteren.



Wat is een podcast?

Een podcast is een soort radio-uitzending op internet. Het verschil met de ouderwetse (lineaire) radio is dat je zelf bepaalt wanneer je jouw favoriete podcast luistert.

Er zijn ook podcasts die over de ziekte van Parkinson gaan of wat er mee te maken heeft.

Podcasts zijn er in allerlei vormen en lengtes. Van sport, technologie, muziek, boeken, luisterverhalen tot nieuws en achtergronden. Luisteren kan via je smartphone, laptop, pc, tablet of Smart TV.

Regelmatig zal er in de nieuwsbrief een podcast in de schijnwerpers staan.

Parkinson verpleegkundige

Deze keer een interview met Mariella van Vliet, Parkinson verpleegkundige bij woongroep Samen, Schagen en omstreken. Zij verteld over haar werk én over het Parkinson café.

Klik: [Mantelzorger en nu Podcast Mantelzorger... en nu? \(So1A59, Mariella van Vliet\) • Mantelzorger... en nu? - Streekstad Centraal \(spotify.com\)](#)

En nog één podcast over de impact van parkinson op jongere leeftijd waardoor je opgroeiende kinderen er ook mee te maken krijgen. Alexander van der Graaff, ervaringsdeskundige. Hij werd op zestienjarige leeftijd geconfronteerd met de diagnose van zijn vader – Parkinson en van de een op de andere dag was zijn zorgeloze jeugd voorbij. “Mijn moeder moest gaan zorgen en werd na enkele jaren zelf ziek. Ik moest op mijn beurt voor mijn ouders gaan zorgen. Van een vrolijk uitvliegen was daarom geen sprake.”

Klik: [Natalia Vermeulen en Alexander van der Graaff #20 De zieke mantelzorger - YouTube](#)

Buurtzorghuis de Nije Schuur op Terschelling

Op vakantie en dezelfde zorg ontvangen als thuis, dat kan op Terschelling: Buurtzorghuis 'de Nije Schuur' op Terschelling is een initiatief van [Buurtzorg Nederland](#). Het Buurtzorgteam op Terschelling verleent de zorg tijdens uw verblijf. Ook voor overige vragen kunt u contact opnemen met het team.

Het team is te bereiken op telefoonnummer 06 - 1315 3745

Voor een zorgeloze waddenvakantie kunt u verblijven in het Buurtzorghuis De Nije Schuur in Formerum op Terschelling! Boek nu één van de 8 comfortabele studio's.

De unieke locatie is bij uitstek geschikt voor een vakantie of verblijf samen met uw partner/mantelzorger bij herstel na ziekte of revalidatie. Alle studio's in het Buurtzorghuis zijn geschikt voor mindervalide gasten.

Tijdens uw verblijf kunt u een beroep doen op de aanwezigheid van zorg, zoals u thuis gewend bent.

Wanneer u bij ons een studio boekt, dan regelen wij met uw huidige zorgaanbieder dat de zorg wordt overgenomen.

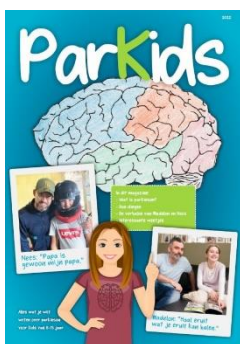
Meer informatie: <https://www.buurtzorghuisdenijeschuur.nl>

Twee Magazines voor kinderen/jongeren: Parkids en ParkinStories

Helaas is het boekje "Medikidz leggen de ziekte van Parkinson uit" niet meer verkrijgbaar. Hierin wordt de ziekte van Parkinson aan kinderen uitgelegd. Er zijn nog 4 exemplaren. Wie nog belangstelling heeft, mail naar info@parkinsoncafehardenberg.nl (1 exemplaar per persoon). Ik kan dit boekje eventueel naar u opsturen tegen verzendkosten.

Alternatief:

Als u (klein)kinderen nog jong zijn, kan het moeilijk zijn om uit te leggen wat de ziekte van Parkinson is. Op de site van de Parkinson Vereniging zijn twee magazines voor kinderen van 8 – 13 jaar en jongeren 14+ te lezen/downloaden.



In 'ParKids' (8-13 jaar) en 'ParkinStories' (14+) waarin in duidelijke taal wordt verteld wat Parkinson is en hoe Madelon en Elke hun leven met hun vader en moeder met Parkinson ervaren.

De magazines. Heeft jouw vader of moeder Parkinson? Of heeft u een (klein) kind en wilt u uitleggen wat de diagnose Parkinson voor u betekent? Doe dit dan aan de hand van deze twee prachtige magazines! U kunt ze hieronder downloaden.

Wilt u een exemplaar op papier ontvangen dan kunt u deze ontvangen voor een bijdrage in de verzendkosten van € 3,60. U kunt een van de magazines bestellen door een mail te sturen naar info@parkinson-vereniging.nl, onder vermelding van de leeftijdscategorie en uw contactgegevens.

Bekijk en/of download nu direct deze magazines:

[Magazines over parkinson voor kinderen en jongeren - Parkinson Vereniging \(parkinson-vereniging.nl\)](https://www.parkinson-vereniging.nl/magazines-over-parkinson-voor-kinderen-en-jongeren)



Geestelijke verzorging thuis

Dit is bedoeld voor iedereen van 50 jaar en ouder die worstelt met levensvragen en voor mensen in de palliatieve fase en de mensen om hen heen. U kunt kosteloos gebruik maken van in ieder geval vijf gesprekken met een geestelijk verzorger. U heeft geen indicatie of doorverwijzing nodig.

Wilt u hier gebruik van maken, en woont u in de provincie Overijssel, neem contact op met:

Alice Cramer

06 - 17 785 149

alicecramer64@gmail.com

www.me-mento.nl

In de provincie Drenthe kunt u contact opnemen met: Regio Drenthe-Steenwijkerland Netwerk voor Levensvragen, [Geestelijke verzorging-thuis \(Drenthe-Steenwijkerland\)](#) | [Kennisplein Zorg voor Beter](#)

Mantelzorgnetwerk Hardenberg/Ommen

Het Mantelzorgnetwerk Hardenberg/Ommen wil mantelzorgers ondersteunen in de zorgtaak die zij vervullen voor iemand in hun naaste omgeving. Als mantelzorgers kunt u hier terecht met al uw vragen. Het contact verloopt via de website, de email maar ook telefonisch. We bieden informatie of kunnen met u op zoek gaan naar passende ondersteuning. U treft een luisterend oor en uw behoefte is het vertrekpunt in het zoeken naar concrete oplossingen voor uw situatie.

Tijdelijk: Vanaf 1 mei is Fleur Wesselink niet meer werkzaam als coördinator van het Mantelzorgnetwerk Hardenberg. Er wordt nog gezocht naar een opvolger. Voor dringende zaken die het mantelzorgnetwerk betreffen, kunt u contact opnemen met Sandra Koning, managementassistente Carinova Mantelzorgondersteuning via: s.koning@carinova.nl, 06 - 23 37 42 54 Voor **concrete ondersteuning van mantelzorgers** kunt u contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg van Carinova via: r.vandehoek@carinova.nl, Rinie 06 - 30 73 29 33



Mantelzorgnetwerk Hardenberg:
Vacant

www.mantelzorgnetwerkhardenberg.nl/



Mantelzorgnetwerk Ommen:
Sandra Koning (Waarnemen)

s.koning@carinova.nl

www.mantelzorgnetwerkommen.nl/



Wat is De Hoofdzaak?

De Hoofdzaak is een laagdrempelige ontmoetingsplek voor mensen met beginnende geheugenproblemen én hun naasten.

Iedereen mag binnenlopen voor ontmoeting, een activiteit, informatie of een kop koffie. Samen wordt gekeken naar wat de bezoeker graag wil, daarvoor nodig heeft en nog wél kan. We sluiten aan bij de interesse en mogelijkheden van de bezoeker en stimuleren op die manier dat iemand actief mee kan blijven doen. Zo vergroten we de kans dat iemand langer zelfstandig of met passende ondersteuning thuis kan blijven wonen. Dit alles draagt weer bij aan de kwaliteit van leven en de gezondheid!

‘Niets moet en alles mag’ , is de insteek.

Is uw interesse gewekt? Stap dan eens bij ons binnen!
Of neem contact op met onze collega's. De ontmoetingsplekken hebben een plek binnen een kringloopwinkel.



Wanneer is De Hoofdzaak open?

Hardenberg
Kringloopwinkel Noaber, De Brink 36
Dinsdagochtend: 10.00-12.30 uur
Donderdagmiddag: 13.30-16.00 uur

Contactpersoon De Stuw
Carmen Bouwkamp
Tel 06-34574675
E-mail c.bouwkamp@destuw.nl

Dedemsvaart
De Makelij, Julianastraat 75
Woensdagochtend: 10.00-12.30
Vrijdagochtend: 10.00-12.30

Contactpersoon De Stuw
Claudia Jansen
Tel 06-38703019
E-mail c.jansen@destuw.nl

Punt voor Parkinson Twente



Punt voor Parkinson Twente
Het Borsthuis
P.C. Borstlaan 10
7555 SH Hengelo
T 088 708 56 01

Verwijzing naar Punt voor Parkinson

Patiënten uit Twente kunnen voor hun behandeling bij Punt voor Parkinson Twente terecht. Hiervoor heeft u een verwijzing van een neuroloog van één van de Twentse ziekenhuizen (MST en ZGT) nodig.

Daarnaast kunnen de specialisten van Punt voor Parkinson Twente uw neuroloog ondersteunen en advies geven over de behandeling.

Openingstijden

De kliniek is 24 uur per dag geopend (7 dagen per week).

De polikliniek is geopend op maandag, woensdag en donderdag tussen 8.00 en 16.30 uur.

Telefonische bereikbaarheid

U kunt ons tijdens werkdagen tussen 8.30 en 16.30 uur bereiken op: 088 708 56 01

Wilt u een filmpje zien over Punt voor Parkinson Twente: [Punt voor Parkinson - Medisch Spectrum Twente \(mst.nl\)](#)



Wij wensen u een goede zomer toe!



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

Mantelzorgmakelaar Janet Hoving

Telefoon: 06 - 57 818 705 WhatsApp
Mail: info@mantelzorgmakelaar-janet.nl
Website: <https://www.mantelzorgmakelaar-janet.nl/>
Facebook: <https://www.facebook.com/MantelzorgmakelaarJanet/>

Even met iemand praten?



Soms is het fijn om even met iemand te kunnen praten over wat u bezighoudt als het gaat over de ziekte van Parkinson en alles wat erbij komt kijken.

Dan kunt u bellen met:

Gert, ervaringsdeskundige	06-20235145
Joke, ervaringsdeskundige	06-14056171
Alie, speciaal voor mantelzorgers	06-43452999



ANWB AutoMaatje

Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. Je betaalt de onkostenvergoeding van 30 cent per kilometer per rit aan de vrijwilliger als je gereden wordt.

Aanvragen van een rit 2 dagen van tevoren.

Meer informatie of meedoen?

ANWB AutoMaatje Hardenberg:

Bel: De Stuw 0523-267478.

Mail: automaatje@destuw.nl

ANWB AutoMaatje Ommen:

Bel: 06 – 5573 2945

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

Mail: automaatjeommen@wijz.nu



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

PARKINSON TV

Op de (meestal) laatste vrijdag van de maand begint om 16.00 uur een uitzending van Parkinson TV. Deze kunt u volgen via de volgende link: [Home - ParkinsonTV, voor iedereen geraak door de ziekte van Parkinson](#)

Op deze site kunt ook eerdere uitzendingen terugkijken.



Vrijdag **30 juni 2023** om 16:00 uur



Vrijdag **29 september 2023** om 16:00 uur

Uit het archief:

In de vakantietijd:

[Reizen & Parkinson - ParkinsonTV - YouTube](#)

Agenda ParkinsonTV 2023:

Papa of mama & Parkinson

Vragenuurtje: Slaap

Nieuwe ontwikkelingen & Parkinson

27 oktober 2023 om 16:00 uur

24 november 2023 om 16:00 uur

22 december 2023 om 16:00 uur



PARKINSONISME HARDENBERG e.o.
CAFÉ NIEUWSBRIEF

AGENDA



Donderdag 21 september 2023:

Thema: Cognitieve aspecten van de ziekte van Parkinson

Spreker: Jolanda Zemering, Parkinsonverpleegkundige uit Hoogeveen

Cognitieve aspecten, zoals denken, reageren en initiatief nemen, en hoe ga je daarmee om?

Data 2023: (onder voorbehoud)

Datum: Spreker: Onderwerp:

16 november 2023 Niels Farenhorst Psychische aspecten van de ziekte van Parkinson

Aanmelden voor bijwonen bijeenkomsten (i.v.m. de kopjes koffie)

Opgeven kan t/m dinsdag 19 september via info@parkinsoncafehardenberg.nl of Joke Pullen, 06-14056171.





Raad de plaatsnamen.

Dit keer een puzzel:

1. Vis – vettigheid
2. Spant – viaduct
3. Schip – oude maat
4. 111 – Alpen
5. Dogma – dijk
6. Niet laag – bedehuis
7. Niet west – woningen
8. Kei – Alpen
9. Edele- bedehuis
10. Rivier – buurt
11. Hert – draven
12. Bloem – grote plaats
13. Mannen – grondsoort
14. Dat is van... - noot
15. Edelmetaal – letter
16. Spil – Vrucht
17. Lichaamsdeel – nauw water
18. Niet recht – verf
19. Rivier – Spui
20. Niet leeg – en dijk

Deze puzzel werd ingeleverd door Tineke. Daarvoor hartelijk dank!
De antwoorden vindt u in de nieuwsbrief van september 2023.