**Verslag bijeenkomst 2 november 2023 – Parkinson en drummen**

Op donderdagmiddag 2 november 2023 vond alweer de laatste bijeenkomst van het Parkinsoncafé De Zeeuwse Eilanden plaats voor het jaar 2023. Deze middag stond in het teken van lekker ritmisch bewegen met een drumsessie gegeven door de bewegingstherapeut en fysiotherapeut van Ter Weel.

Het stimuleren van het ritme gevoel is belangrijk voor mensen met Parkinson. Muziek, trommelen en drummen hebben een positieve invloed op de ziekte van Parkinson:

* Parkinsonpatiënten kunnen bij verstijving baat hebben bij het doen van bewegingen in een ritme;
* Ritme kan de dopamineproductie enigszins op gang brengen, waardoor bewegen soms makkelijker gaat;
* Het ritmegevoel wordt gestimuleerd door middel van trommelen, drummen, percussie, slagwerk en samen muziek;
* Iedereen kan deelnemen op eigen manier en naar eigen mogelijkheden.



De eerstvolgende bijeenkomst van ons café zal plaatsvinden op donderdag 11 januari 2024 waarbij wij een kunstmarkt organiseren waarbij deelnemers zelf hun kunstwerken kunnen tonen welke thuis zijn gemaakt ondanks de Parkinson.

Wij zien er naar uit om u allen weer te ontmoeten in 2024 en kijken uit naar de creaties welke op de kunstmarkt tentoon worden gesteld!

Namens het bestuur,

Danny de Leeuw, voorzitter
Phebe Das, secretaris
Claudine den Boer, penningmeester
Rico Sips, adviserend bestuurslid