

Nieuwsbrief november 2024

Voorwoord van de coördinator

Het is nu november, bijna december. Grijs en nat weer. Hier word ik niet vrolijk van. In huis de kachel aan, lampje aan en de breisok in de aanslag.

In december kijk ik altijd even terug op het afgelopen jaar. Ook op Parkinson. Begin dit jaar ging het minder goed, meer klachten, vooral over het lopen en de stijfheid. Die voel ik vooral als ik uit bed kom en met het opstaan van de stoel, vooral de relaxstoel. Na overleg met de neuroloog kwam er een wijziging van de medicatie. Eerder ging het dan na een aantal weken vaak weer beter. Dit keer bleef verbetering uit. Mijn conclusie in augustus was: "het wordt niet beter, hier zal ik het mee moeten doen". Die gedachte kwam hard binnen. En dat was slikken. Parkinson gaat gewoon door.

Gevolg hiervan is wel dat ik o.a. minder tijd kan besteden aan de nieuwsbrief. Het kost mij te veel energie om bijv. een interview te houden en uit te werken. Dit houdt in dat er maar af en toe een interview in de nieuwsbrief zal komen. Dat wordt dan verzorgd door verschillende personen. Mocht er iemand zijn die het leuk vindt om (regelmatig) een artikel te schrijven voor de nieuwsbrief, graag! Neem dan contact met mij op. Voor nu veel leesplezier.

Hartelijke groet,
Joke Pullen

COLOFON:

Parkinson Café Hardenberg e.o.

Coördinator:

Joke Pullen

Tel: 06-14056171

info@parkinsoncafehardenberg.nl

Adres bijeenkomst:

Het Morgenlicht,
Gramsbergerweg 59
7772 CV Hardenberg



De Parkinson Vereniging is dé belangenbehartiger voor 50.000 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. Als u lid wilt worden of dit overweegt, vindt u meer informatie op: <https://www.parkinson-vereniging.nl/help-mee/lid-words>
Word lid voor slechts € 3,75 per maand.



Inhoud

Voorwoord	1
Colofon	1
Inhoud	2
Uit het café van 21 november 2024	3
ParkinsonTV in beweging	6
Dag van de mantelzorger	7
Retourtje Wijhe-Hardenberg	8
Parkinson Boxing	10
Agenda Parkinson Café Hardenberg	12
Parkinson TV	13
Copy voor de nieuwsbrief	13
Algemene info	15



Uit het café van 21 november 2024

(door Joke)

Hand-out PowerPointpresentatie

Wilt u de hand-out van de PowerPointpresentatie van de bijeenkomst met als thema 'Wat kan de Wijkverpleegkundige voor ons betekenen?' ontvangen, mail dan naar:

info@parkinsoncafehardenberg.nl. Dan ontvangt u deze per mail.

Tip: U kunt ook aangeven de ppp elke keer te willen ontvangen.

Voeding en levodopa

Tijdens de bijeenkomst waren er een paar vragen die geregeld terugkeren:

- Tijdstip inname medicatie en de maaltijden
- Gebruik van Levodopa i.c.m. eiwitten in de voeding

Bij de Parkinson Vereniging ([Voeding en levodopa - Parkinson Vereniging](#)) kwam ik het volgende artikel tegen. En dat heb ik overgenomen in deze nieuwsbrief. Dit geeft antwoord op de vragen.

Voeding en Levodopa

Bij de ziekte van Parkinson is er een tekort aan dopamine in de hersenen. Mensen met parkinson krijgen daarom vaak levodopa voorgeschreven.

Levodopa in het lichaam

Levodopa wordt via de maag en de dunne darm naar het bloed getransporteerd. Vervolgens wordt levodopa vanuit het bloed in de hersenen opgenomen. In de hersenen wordt de levodopa omgezet in dopamine. Het tekort aan dopamine in de hersenen wordt op deze manier aangevuld. De opname van levodopa kan op verschillende manieren verstoord worden. Dit kan door een vertraagde maaglediging, door obstipatie (verstopping) of door eiwitten uit de voeding.

Vertraagde maaglediging

Door een vertraagde maaglediging duurt het langer voordat de levodopa in de dunne darm terecht komt. Levodopa kan dan al in de maag afgebroken worden. Een langere wachttijd in de maag betekent dus dat er minder levodopa overblijft voor opname. En dat er dus minder effect te verwachten valt van de voorgeschreven hoeveelheid levodopa.

Obstipatie

Bij obstipatieklachten kan de maaglediging ook verstoord zijn, deze is dan vertraagd. Hierdoor kan levodopa verloren gaan.

Eiwitten

Eiwitten zitten in melk, melkproducten, kaas, vis, vlees, vleeswaren, eieren, noten en in mindere mate in brood, aardappelen en groente.

De eiwitten in de voeding worden via hetzelfde transportsysteem als levodopa opgenomen. Eiwitten kunnen een competitie aangaan met de levodopa, zowel bij de dunne darm als bij de hersenen. Door het eten van eiwitten tijdens het innemen van levodopa wordt ook de opname van levodopa zowel bij de dunne darm als bij de hersenen vertraagd dan wel belemmerd.

Adviezen bij het innemen van levodopa

- Neem levodopa een half uur voor de hoofdmaaltijd in, op een lege maag.
- Neem levodopa in met water of appelmoes.
- Neem levodopa nooit in met melk of melkproducten.

Eiwitverdeling over de dag

Sommige mensen met de ziekte van Parkinson hebben last van eiwitten in de voeding. Zij geven aan dat de levodopa minder goed werkt als ze meer eiwitten eten. Door de eiwitten in de voeding beter over de dag te verdelen kan de werking van de levodopa verbeterd worden. Neem hiervoor contact op met een diëtist van ParkinsonNet, deze kan uw eiwitbehoefte berekenen en met u een goede eiwitverdeling over de dag maken.

Eiwitten licht beperken

Als bij een goede eiwitverdeling er toch nog klachten zijn dat de levodopa niet goed werkt, dan kunnen de eiwitten in de voeding licht beperkt worden.

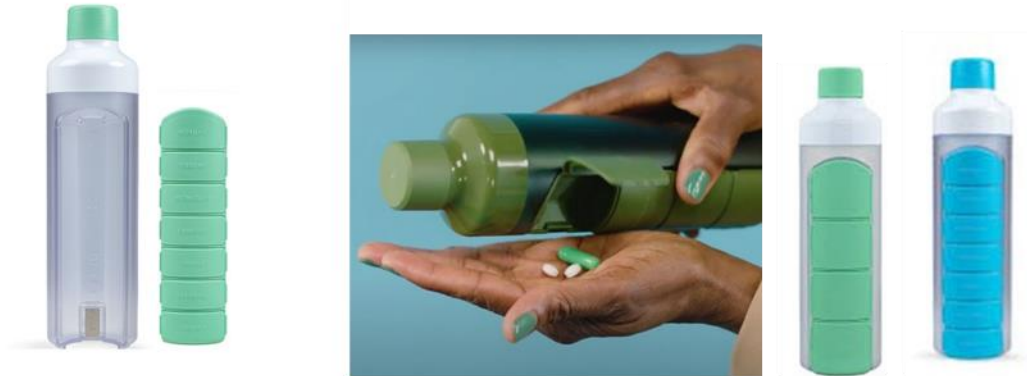


Het is oké om te doen wat
je wil en het is oké om nee
te zeggen als je iets niet wil.
En je hoeft niet alles uit te
leggen en je voortdurend te
verantwoorden.

THEDAILYQUOTESNL | INSTAGRAM



Dé waterfles voor medicijngebruikers



De YOS fles

- **Click & Go**

Gemakkelijk je pillenhouder aan je waterfles klikken via de magneet

- **Compact Design**

Handig voor thuis en onderweg door het slimme (en award winning) design

- **Wekelijks of Dagelijks**

Keuze uit twee pillenhouders, zowel voor dagelijks of wekelijks gebruik

De YOS fles is verkrijgbaar bij apotheken (Ongeveer € 15.00), of via bol.com of Yos Bottle Daily- YOSHealth





ParkinsonTV in beweging

Voor wie thuis meer wil bewegen is er ParkinsonTV in beweging.

Parkinson TV ParkinsonTV presenteert ParkinsonTV in beweging. In verschillende afleveringen motiveert beweegdocent Trudi Nolte u om uit uw stoel te komen. Ze doet dit samen met ervaringsdeskundigen. Naast samen bewegen vertellen zij wat sporten voor hen betekent. In iedere aflevering staat een andere beweegvorm centraal en komt een deskundige aan het woord met inhoudelijke kennis over bewegen.

Kijk en beweeg mee!

Inmiddels zijn er 8 afleveringen en elke aflevering heeft een eigen thema.

Zo gaat aflevering 3 over loopbewegingen en aflevering 7 over balans.

Kom in beweging en klik: [Afleveringen - ParkinsonTV in beweging](#)



ParkinsonTV: uit het archief

Parkinson TV

In september 2024 ging de aflevering van ParkinsonTV over [Naasten & Parkinson - ParkinsonTV](#)

Een aflevering waar bij de partner/mantelzorgers veel zal herkennen. Er zijn 2 partners die uit eigen ervaring vertellen en een Parkinson Verpleegkundige geeft naast voorbeelden uit haar praktijk ook tips.

Een interessante aflevering. Het kijken waard! Klik: [Naasten & Parkinson - ParkinsonTV](#)





10 november: Dag van de Mantelzorg



Retourtje Wijhe - Hardenberg

Dag Rob,

Al enkele jaren is het 's nachts een klein drama: omdraaien in bed. Ik blijf in dezelfde houding liggen zoals ik in slaap val. Dus na een paar uur slaap word ik wakker in precies dezelfde houding, alleen dan een stuk stijver. Het omdraaien werd steeds lastiger en pijnlijker. Een minidrama midden in de nacht. Het plaatsen van bed steunen een paar jaar geleden gaf tijdelijk verbetering doordat ik mij daaraan kan optrekken. Maar het omdraaien in bed werd een hele klus.

Hier is nu een einde aan gekomen. Sinds enkele weken ben ik in het bezit van een glij-onderlaken. Dit bestaat uit een 60 cm brede strook van satijn en de randen zijn van 'gewone' stof. Wat een feest de eerste keer dat ik dit laken ging proberen. Ik glij van de ene zij op de andere zij. Ik zie er niet meer tegenop om mij om te draaien, dit scheelt minuten tijd en ik word niet meer klaarwakker, om vervolgens wakker te liggen. Wie weet geeft mij dit overdag meer energie.

Wie was nu de persoon die mij dit adviseerde? Arike, de ergotherapeut. Ik heb af en toe een afspraak met haar om te overleggen hoe het gaat. En vaak heeft zij tips hoe met iets om te gaan of welke hulpmiddelen praktisch zijn. Heel handig ook: zij weet of een glijlaken vergoed wordt, en zij vraagt dit ook voor mij aan. En na een paar weken ligt het glijlaken in de brievenbus.

Nu ben ik wel benieuwd, Rob, of jij hier ook ervaring mee hebt. Heb jij contact met een ergotherapeut? Al die peuten in mijn dagelijkse leven... ik kan niet meer zonder hen. Word ik daar blij van? Af en toe wel.

Joke

P.S. Vanuit de basis van de zorgverzekering kunt u per jaar 10 uur ergotherapie krijgen! Maak hier gebruik van.... Het kan soms zoveel gemakkelijker in het dagelijkse leven als er een ergotherapeut met je kijkt...

Hoi Joke,

Ik wil graag op twee punten reageren.

- *Het draaien in bed.*
- *De inzet van een ergotherapeut*

Het moeilijk kunnen draaien in bed, is een bekend probleem voor parkinsonpatiënten. Vroeg of laat krijgen we er bijna allemaal mee te maken. Daardoor lig je 's morgens min of meer in diezelfde houding in bed als de avond daarvoor. In mijn geval plat op de rug Een stijve rug is vaak het resultaat. Dat is niet prettig, Bovendien krijg ik regelmatig te horen, dat ik die nacht een flinke boom omgezaagd heb. Om deze problemen te beperken, heb ik een strategie bedacht. Als ik in mijn bedje lig en graag in wil slapen, ga ik op mijn linkerschouder liggen. Ik



PARKINSONISME HARDENBERG e.o.
CAFÉ NIEUWSBRIEF

slaap in binnen een mum van tijd, dankzij een rustige ademhaling. Ik weet niet hoe lang ik op mijn linkerschouder lig, maar ik rol op enig moment gemakkelijk op mijn rug. Hierdoor lig ik per saldo minder lang op mijn rug (en dus minder rugpijn) en ik slaap zoals gezegd beter in. Het draaien gaat ook gemakkelijker in nachtkleding van satijn. Bovendien kun je ook samen met een fysiotherapeut handigheidjes oefenen.

Een ergotherapeut kan ons goed helpen. Dat is ook de reden van het beschikbaar stellen van 10 uur per jaar vanuit de basisverzekering voor de inzet van ergotherapie. Het is dan ook heel jammer dat lang niet iedereen hier gebruik van maakt. Waarmee kan een ergotherapeut ons dan helpen? Enkele voorbeelden:

Nodig een ergotherapeut eens uit bij jou thuis. Is de situatie veilig bijvoorbeeld de badkamer, de trap, de inrichting. Heb je een mobiliteitsprobleem, dan kan een scootmobiel of een aangepaste fiets uitgetest worden en kan er bij een positief advies een aanvraag ingediend worden door de ergotherapeut.

Groeten van Rob

Joke Pullen, 57 jaar, woont in Hardenberg, diagnose P sinds 2013, coördinator Parkinson Café Hardenberg.

Rob Oude Nijhuis, 67 jaar, woont in Wijhe, diagnose P sinds 2000, was bezoeker en gastheer van Parkinson Café Hardenberg.

Wordt vervolgd...

Joke en Rob zijn heel benieuwd naar uw reacties. Heeft u een reactie, een vraag, kritische noot of een suggestie? **Weet u een onderwerp waar wij over kunnen schrijven?** Mail naar info@parkinsoncafehardenberg.nl



Waarom boksen een ideale sport is om parkinson mee af te remmen

Het klinkt misschien tegenstrijdig, maar boksen is een ideale sport voor mensen met parkinson, een ingewikkelde hersenziekte. De impact van deze ziekte op het dagelijks leven kan enorm zijn, en het vinden van de juiste vorm van beweging en therapie is essentieel voor het beheersen van de symptomen.

Veel deelnemers met Parkinson hebben al ervaren hoe boksen hun leven positief heeft beïnvloed, na elke intensieve bokstraining merken ze dat de klachten verminderen en voelen ze zich fysiek en mentaal sterker.

Praktijk Bewegingsvrij in Hardenberg biedt professionele begeleiding voor mensen met parkinson die veilig willen boksen. Met twee trainingen per week kunnen cliënten onder deskundige begeleiding werken aan hun fysieke en mentale gezondheid. Maar waarom is boksen juist zo effectief voor mensen met parkinson?

1. **Verbetering van motorische vaardigheden**
2. **Versterking van spieren en gewrichten**
3. **Verbetering van cognitieve functies**
4. **Vermindering van stress en depressie**
5. **Sociale interactie en ondersteuning**

Boksen in groepsverband biedt de mogelijkheid voor sociale interactie en ondersteuning. Het samen trainen met anderen die dezelfde uitdagingen ervaren, kan een gevoel van gemeenschap creëren en zorgen voor emotionele steun. Dit kan enorm waardevol zijn voor mensen met parkinson, die soms te maken hebben met gevoelens van isolatie.

Kortom, boksen is een ideale sport om parkinson mee af te remmen. De combinatie van fysieke inspanning, mentale uitdaging en sociale interactie maakt het een effectieve therapievorm voor mensen met deze complexe hersenziekte.

De trainingen beginnen bij Praktijk Bewegingsvrij op 6 januari 2025.

Voordat u begint met boksen bij ons, vind er eerst een intake- en kennismakingsgesprek plaats, hier kan al een afspraak voor worden gepland via 0638537832. Zo leren we elkaar alvast een beetje kennen en weten wij waar we op moeten letten bij u en hoe we u het beste kunnen begeleiden tijdens de trainingen.

Voel je welkom!

Aletta en Britt

Op **30 november 2024** geven wij een mooie en interessante workshop voor o.a. mensen met Parkinson. Kijk snel onder het kopje "workshops en promotielessen" voor uitgebreide informatie. We hopen u dan te mogen ontmoeten!

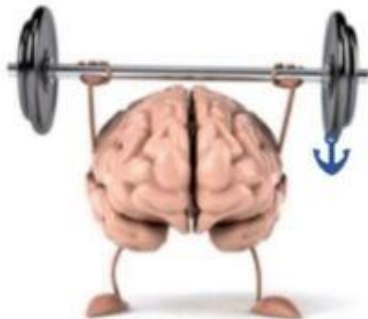


Organiseert een

Workshop

Kom kennis maken met o.a

- * Parkinsonboxing
- * Cognitieve Fitness
- * Reset/hersteltraining



Datum: Zaterdag 30 November 2024

Tijd: 10.00-12.00

Waar: J.C Kellerlaan 22, 7772SG, Hardenberg.

Kosten: €7.50 dit is incl koffie/thee/koek

Aanmelden: 06-38537832 of via info@bewegingsvrij.nl



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

AGENDA



Donderdag 16 januari 2025 Samen in gesprek en de Nieuwjaarsborrel

Samen in gesprek:

De mensen met Parkinson gaan met elkaar in gesprek en de partner/familie gaan met elkaar in gesprek.

Onderwerpen die hierbij aan de orde kunnen komen zijn bijv.:

- Waar loop je tegen aan in het dagelijkse leven?
- Hoe is het contact met neuroloog, park. verpleegkundige, thuiszorg etc.
- Tips uitwisselen.
- Hoe ga je om met de wensen van een ander?

Daarna is de nieuwjaarsborrel: onder het genot van een hapje en een drankje is er voldoende tijd om elkaar te ontmoeten en te spreken.

Programma 2025:

20 maart 2025: Sprekers: Jolanda Lütke Farwick (neuroloog) en Barendy Friesacher (neuroverpleegkundige)

Thema: de ziekte van Parkinson. Verschijnselen, diagnose, verloop van de ziekte, behandeling etc.

15 mei 2025: Spreker: Jolien Kuilman (diëtiste)

Thema: Parkinson en voeding

Aanmelden voor bijwonen bijeenkomst 16 januari 2025 (i.v.m. de kopjes koffie):

Opgeven kan t/m dinsdag 14 januari 2025 via info@parkinsoncafehardenberg.nl of Joke Pullen, 06-14056171 (appen mag ook).



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.

Agenda Parkinson TV:



Vrijdag 29 november 2024 om 16.00 uur

Hoe kunt u zelf het verloop van de ziekte volgen, en indien nodig actie ondernemen. Experts praten deze aflevering over tracking en zelfmanagement.



Vrijdag 20 december 2024 om 16.00 uur.

Parkinson kan leiden tot gedragsverandering. In deze uitzending zoomen wij daarop in.

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 dinsdag 14 maart 2023. Het liefst in word document. Mail naar info@parkinsoncafehardenberg.nl



'Wat is het noedigste dat
je ooit hebt gezegd?'
vroeg de jongen.



'Help,' antwoordde het paard.

Uit: de jongen, de mol, de vos en het paard. Geschreven/getekend door Charlie Mackery.

Algemene informatie:

Voor de partner/familie/mantelzorger:

Waar kunt u als mantelzorger voor hulp, informatie of begeleiding terecht?
Hier vindt u de namen en adressen waar u als mantelzorger terecht kunt voor praktische vragen en voor ondersteuning bij het mantelzorger zijn.

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/>

Carinova Mantelzorgondersteuning

Voor alle mantelzorgers in de gemeenten Hardenberg en Ommen. Voor **concrete ondersteuning van mantelzorgers** kunt u contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg van Carinova:

Rianne Hekman, Consulente Carinova Mantelzorgondersteuning (CMO)

M 06 33 04 38 28
E r.hekmanvandervegte@carinova.nl

Marieke Rensink, Consulente Carinova Mantelzorgondersteuning (CMO)

M 06 12 20 62 07
E m.rensinkhekman@carinova.nl

URL www.mantelzorgondersteuningcarinova.nl
FB <https://www.facebook.com/carinovamantelzorgnoord>



PARKINSONISME HARDENBERG e.o. CAFÉ NIEUWSBRIEF

Mantelzorgnetwerk Hardenberg/Ommen

Het Mantelzorgnetwerk Hardenberg/Ommen wil mantelzorgers ondersteunen in de zorgtaak die zij vervullen voor iemand in hun naaste omgeving. Als mantelzorger kun je 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. Uw behoefte is het vertrekpunt in het zoeken naar concrete oplossingen voor uw situatie.



Mantelzorgnetwerk Hardenberg:

Ageeth van der Lee

T 06 - 12 02 97 83

info@mantelzorgnetwerkhardenberg.nl

www.mantelzorgnetwerkhardenberg.nl/



Mantelzorgnetwerk Ommen:

Sandra Koning

06-51003180

s.koning@carinova.nl

info@mantelzorgnetwerkommen.nl

www.mantelzorgnetwerkommen.nl/

Overige nuttige informatie:

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 \(mst.nl\)](#)

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

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](#)



PARKINSONISME HARDENBERG e.o.
CAFÉ NIEUWSBRIEF



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



DE HOOFDZAAK

**HARDENBERG
DEDEMSVAART**



www.destuw.nl



Welkom bij De Hoofdzaak

*"Wij zien eerst de mens, uniek en betekenisvol.
Dan blijkt er veel mogelijk!"*

De Hoofdzaak is een plek in de buurt voor mensen met (beginnende) dementie en geheugenproblemen of hun naasten. We zijn met vaste gezichten aanwezig op bepaalde dagdelen in Hardenberg en Dedemsvaart. Op die dagdelen is het mogelijk om binnen te lopen voor een praatje en informatie, ontmoeting of andere activiteiten. We sluiten aan bij de interesses en mogelijkheden van de bezoeker.



De Hoofdzaak is een informatiepunt waar mensen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers ondersteund worden bij het dagelijks leven. Wij bieden een plek waar mensen zich thuis voelen en zichzelf kunnen zijn, onze insteek is daarom 'niets moet en alles mag'. Wij streven ernaar dat mensen met dementie zo lang mogelijk met ondersteuning van mantelzorgers, familie en vrienden zelfstandig kunnen functioneren en deel kunnen nemen aan de samenleving. We moedigen het benutten van de talenten van mensen aan. Een indicatie of een diagnose is niet nodig om deel te nemen.

De Hoofdzaak wil perspectief bieden en voorkomen dat mensen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers in een isolement belanden.

Wilt u graag meer weten of wilt u eerst eens in gesprek over de mogelijkheden, neem dan contact op met De Stuw via 0523 - 26 74 78 of info@destuw.nl.

Contact

Hardenberg

Noaber, De Brink 36
Dinsdag 10.00 - 12.00 uur
Donderdag 13.30 - 16.00 uur

Dedemsvaart

De Magnolia 108
Dinsdag 14.00-16.30 uur
Donderdag 14.00-16.30 uur