

Parkinson Café Schagen

Op 18 februari 2025 vindt in het Parkinson Café in Schagen de lancering plaats van “Het gesprek: Ommetjes door het parkinsonbrein”. De gesprekskaarten staan boordevol tips van lotgenoten voor het herkennen, bespreken en omzeilen van denkobstakels. Het belooft een bijzondere bijeenkomst te worden.

Voor wie?

Het gesprek: Ommetjes door het parkinsonbrein' is voor mensen met parkinson(isme), hun familie, vrienden, burens en zorgverleners. Er zijn speciale gesprekskaartjes waarmee je samen kunt praten over de uitdagingen die parkinson in het denken met zich meebrengt. Dit gesprek kan thuis, bij de zorgprofessional of in het Parkinson Café plaatsvinden. Er kunnen 6 personen tegelijk meedoen.

Thema's

Het boek 'Ommetjes door het parkinsonbrein' is de basis voor de gesprekskaartjes. De kaartjes hebben drie thema's: vergeten, concentreren en starten en stoppen. Een vierde thema, tijdbuigings, geeft je een ander inzicht op het gebruik van tijd. Twee animatiefilmpjes en een instructie leggen de ommetjes uit.

Parkinson Cafés

Voor Parkinson Cafés is er een presentatie met een handleiding. De mensen met parkinson zitten dan apart van de naasten. In groepjes van 4 worden ervaringen gedeeld en vragen beantwoord. Het mooie is dat iedereen net weer even andere ommetjes inzet. Je leert van elkaar hoe je de obstakels omzeilt.

Ons doel

Het is ons doel om meer mensen met parkinson(isme), hun naasten en de zorgverleners bekend te maken met de onzichtbare problemen in het denken. Door het toepassen van ommetjes verklein je het obstakel. Daardoor blijf je aantoonbaar meerdere jaren actief. Je kunt meer en langer meedoen aan sociale activiteiten. Je voelt je beter en je maakt langer zelf de beslissingen over jouw leven.

Allemaal verschillend

Als de obstakels erger worden zul je andere ommetjes gaan inzetten. We dagen je uit om hiermee te experimenteren. Je kunt niet vroeg genoeg met ommetjes beginnen. Wat bij de één werkt hoeft niet te werken bij een ander. Iedereen heeft een eigen pallet aan obstakels en daarbij passende ommetjes.

Het denken gaat achteruit

Meestal kennen we parkinson(isme) door een blokkade met lopen of het ontbreken van de mimiek in het gezicht. Denk maar aan prins Claus. Dat is slechts het topje van de ijsberg. Als de ziekte is vastgesteld, ervaart 48% van de mensen problemen in het denken. Zij vinden dat de meest zorgwekkende klacht. Het gaat dan om snel afgeleid zijn, slecht kunnen organiseren, moeite hebben met het vinden van de juiste woorden, minder initiatief nemen, gevoelig zijn voor druk, van alles kwijt zijn en dat veel dingen ze ontgaan. Het gedachteloos denken stukt dan en we voelen ons niet meer vanzelf blij. Gelukkig wordt niet alles op één plek in de hersenen opgeslagen. Zo kun je goed werkende delen van de hersenen inzetten door ommetjes of uitgelokte bewegingen te gebruiken. Daardoor heb je er minder last van.

Boek 'Ommetjes door het parkinsonbrein'

Hoe mensen met parkinson(isme) omgaan met deze ommetjes is wetenschappelijk onderzocht in de COPIED-studie. Het resultaat is in woord en beeld gebracht in het zelfhulpboek 'Ommetjes door het Parkinsonbrein'. De kern van het boek bestaat uit de omwegkaarten. Echter, het boek heeft veel meer te bieden. Het is typisch zo'n boek dat op tafel ligt en je er regelmatig even bij pakt. Het gedachtegoed uit dit boek zou bij alle mensen met parkinson(isme), hun naasten en de zorgverleners bekend moeten zijn. Om dit te stimuleren is 'Het gesprek: Ommetjes door het parkinsonbrein' ontstaan.

Over parkinson(isme)

In Nederland zijn 63.800 mensen met de ziekte van Parkinson(isme) en elk jaar komt daar 3% bij. Daarmee is Parkinson(isme) de snelst groeiende hersenziekte. Er is een veelheid aan ongemakken in het bewegen, het denken en de emotie. Medicijnen onderdrukken alleen de symptomen in het bewegen.

Gratis gesprekskaartjes door Zorg en Zekerheid



Alle bezoekers krijgen een gratis gespreksdoosje, mogelijk gemaakt door Zorg en Zekerheid.

Dinsdag 18 februari 2025 van 10:00 tot 12:00 uur (zaal open om 9:30 uur)

Locatie: Parkinsoncafe Schagen

Weegee Groeneweg, Iepenlaan 56, 1741 TG Schagen.

