

---

## NIEUWSBRIEF SEPTEMBER 2018

**NB: De nieuwsbrief wordt op verzoek voortaan gepresenteerd in 3 delen:**

**Algemeen** = kan voor iedereen interessant zijn

**Senioren** = info specifiek voor bezoekers van de vrijdagmiddagbijeenkomsten

**Junioren** = info specifiek voor bezoekers van Jong Parkinson-Inn Helmond

### **Algemeen:**

#### **Bike4Parkinson 2018**

**(Jong) Parkinson-Inn bedwingt de Cauberg**

Het is wetenschappelijk bewezen: bewegen is voor mensen met de ziekte van Parkinson heel belangrijk en helpt symptomen van de ziekte te bestrijden.

BikevoorParkinson vraagt aandacht voor de ziekte van Parkinson en brengt mensen samen in beweging. Door middel van sponsoring wordt er geld opgehaald voor één specifiek doel dat bijdraagt aan betere zorg voor mensen met parkinson. Met de opbrengst van 2018 gaat ParkinsonNet beweeg- en sporttrainers in de breedste zin van het woord voorlichten over parkinson. De bewegingsactiviteit zal daardoor aan kwaliteit winnen.




Zaterdag 1 september was het weer zover. Voor de vijfde keer samen fietsen in Zuid-Limburg. En ook dit jaar gingen er auto's met fietsen achterop 's morgens in alle vroegte richting Valkenburg. "Helmond" was vertegenwoordigd door medewerkers van het Elkerliek Ziekenhuis en een afvaardiging bestaande uit 12 fietsers en 3 supporters van Parkinson-Inn (voorheen parkinsoncafé). Vanaf half negen was er koffie en Limburgse vlaai voor de liefhebbers.

De deelnemers namens Parkinson-Inn kozen in meerderheid voor de 30 km route. Een tweetal durfals ging voor de 60 km. Drie "helden" beklommen de bergen met een fiets zonder ondersteuning.

Van groot belang is dat de Olympische gedachte geldt: het gaat om het deelnemen en niet om het winnen. En daarom was het weer bijzonder gezellig. Samen fietsen en al kletsend genieten van de prachtige

---

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

---

vergezichten.

En natuurlijk ook spontane stops, nodig om de uiteengevallen groep weer bij elkaar te laten komen. Rusten deden we halverwege in een typisch Limburgs café in Gulpen.

De moordenaar wachtte ons op aan het einde van de rit: de Cauberg. Als geoefende fietsers er niet in slaagden moeiteloos de berg te beklimmen dan was het voor ons geen schande dat je halverwege de beklimming te voet verder moest. Aangekomen bij onze verzamelplaats konden we tijdens de lunch sterke verhalen met elkaar uitwisselen.




Bent u een geoefend e-bikefietser (vooral schakelen en remmen is belangrijk) ga dan met ons mee volgend jaar...

De deelnemers danken Simone Rensen voor de prima voorbereiding en onze donateurs voor de opgehaalde 403 euro voor het hierboven beschreven goede doel van dit jaar. Voor meer info: [www.boogiesextreme.nl](http://www.boogiesextreme.nl) en [www.voorparkinson.nl](http://www.voorparkinson.nl)

## ParkinsonTV Programma 2018 (te bekijken via: [www.parkinsontv.nl](http://www.parkinsontv.nl))

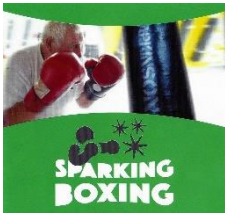
16.00	21 september	Bijkomende ziekten & Parkinson
16.00	26 oktober	Mantelzorg & Parkinson
16.00	23 november	Pijn & Parkinson
16.00	21 december	Dementie & Parkinson

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

## Parkinson Boksen:



Boksen heeft de beste condities die zorgen voor een optimale behendigheid, snelheid, uithoudingsvermogen, nauwkeurigheid, balans, oog-hand coördinatie, voetenwerk en algehele kracht om tegenstanders te overwinnen.

Mensen met de ziekte van Parkinson kunnen m.b.v. het non-contact boksen hun kwaliteit van leven verbeteren en zelfs kracht, flexibiliteit en snelheid opbouwen! Door te oefenen met coaches die de kneepjes van het leven weten, vecht je jezelf weg uit de hoek en begin je beter te voelen en te functioneren. Deze lessen hebben bewezen dat iedereen, op elk niveau van de ziekte van Parkinson, hun symptomen kan verminderen en een gezonder en gelukkiger leven kan leiden. Simone Rensen heeft binnenkort overleg met Alex Hoogveldt, de landelijke promotor van het Parkinson Boksen (Sparking Boxing). Alex en Simone hebben gesproken over de mogelijkheid het Parkinson Boksen ook in onze regio te implementeren.

Alex heeft reeds een locatie (Personal Fitness Nederland te Eindhoven), een gemotiveerde trainer/coach en 2 enthousiaste ParkinsonNet-fysiotherapeuten gevonden.

Een aantal bezoekers van (Jong) Parkinson-Inn heeft reeds aangegeven interesse te hebben.

Heb je belangstelling? Geef dit dan aan via [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl). We houden je dan op de hoogte van de vorderingen, kosten, wanneer de trainingen zijn, tijdsduur van de trainingen etc.

Voor meer info:

[www.boksentegeparkinson.nl](http://www.boksentegeparkinson.nl)




[https://www.facebook.com/profile.php?id=320800701403775&ref=br\\_rs](https://www.facebook.com/profile.php?id=320800701403775&ref=br_rs)

<https://www.rocksteadyboxing.org/>

## De Parkinson Vereniging zoekt patiënt-onderzoekers onder hun leden

Voor meer informatie bel met Masja van het Hoofd (030) 6561369 of meld je voor 1 november aan door een mail te sturen naar: [onderzoek@parkinson-vereniging.nl](mailto:onderzoek@parkinson-vereniging.nl) Zie ook blz. 27 van de augustus-editie van het Parkinson Magazine en deze link: <https://www.parkinson-vereniging.nl/onderzoek-en-ontwikkeling/patientparticipatie-onderzoek>

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

## 'T PARKINSONS TULPJE:

Afgelopen april is "**'t Parkinsons tulpje**" geïntroduceerd binnen (Jong) Parkinson-Inn (zie ook de bijlage bij deze Nieuwsbrief en eerdere Nieuwsbrieven). **'t Parkinsons tulpje** is er als bonbon en chocoladereep, houten tulp en sinds kort ook als hard-emaille speldje.

Met het kopen van producten van **'t Parkinsons tulpje** draag je bij aan het doel van Jong Parkinson-Inn: Kracht geven door verbinding



## 'T PARKINSONS TULPJE

geeft kracht door verbinding

Mooie voorbeelden van deze kracht door verbinding zijn o.a.:




- het team fietsers en supporters dat samen succesvol meedeed aan Bike4Parkinson en 403 euro ophaalde
- het initiatief "Parkinson2Beat" waarin meerdere bezoekers van Jong Parkinson-Inn samenwerken om Ruud Overes door Europa te laten fietsen om zo geld op te halen voor onderzoek ([www.parkinson2beat.nl](http://www.parkinson2beat.nl))
- De Nederlands-Vlaamse BBQ op 25 augustus in Wuustwezel voor jonge mensen met parkinson
- De samenwerking tussen bezoeker Peter van den Berg en Simone Rensen met als doel een boek te schrijven voor jonge mensen met parkinson (zie kopje "Junioren")
- De samenwerking met Shop in Shop To-get-here, Vesperstraat 2 in Mierlo die **'t Parkinsons tulpje** ook verkoopt

Tijdens de bijeenkomst van Parkinson-Inn Helmond op 21 september is Simone Rensen helaas verhinderd en zal **'t Parkinsons tulpje** niet "aanwezig zijn".

Voor wie geïnteresseerd is: de producten zijn te bestellen en kunnen ook worden verstuurd of opgehaald in Breugel.

Voor meer informatie: Simone Rensen 06-14636701

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

## Senioren

### **Programma 2018:**

#### **21 september 1400-1600 uur (inloop vanaf 1330 uur):**

Workshop "Smovey" door Smovey-coach Anita van Baarsen van Fit and Fun uit Mierlo  
Muzikaal intermezzo door Theo van de Kerkhof op doedelzak  
Demonstratie Zorgrobot-rollator "Lea" ([www.robotcaresystems.nl](http://www.robotcaresystems.nl))

#### **19 oktober 1400-1600 uur (inloop vanaf 1330 uur):**

Parkinson en autorijden door rijsschoolhouders John van der Weijden en Bert Oerlemans

**16 november:** Mantelzorgdag Rondleiding in 't Speelhuis in Helmond (tijd wordt vervolgd)

**21 december:** Kerst met muzikale omljsting (tijd + inhoud wordt vervolgd)

## Junioren:

### **Programma 2018:**

#### **3 november (tijd volgt):**

Geavanceerde therapieën bij de ziekte van Parkinson  
(apomorfine-pomp, duodopa-pomp en DBS). Inschrijven kan tot 15 oktober.  
Zie ook flyer in bijlage bij deze Nieuwsbrief.




#### **1 december (tijd volgt):**

Winter- en Hulpmiddelenmarkt

## **Project Yoppers-digitaal**

Jong Parkinson-Inn (Simone Rensen) overlegt samen met de Parkinson Vereniging over de vraag hoe de Parkinson Vereniging m.b.v. digitale toepassingen jonge(re) mensen kan faciliteren op het gebied van o.a. informatievoorziening. Denk bv aan gerichte campagnes, actief zijn in digitale media, een online helpdesk, Yopper website, activiteitenkalender, overzicht vrijwilligersvacatures, Yopper nieuwsbrief etc etc.

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

---

Nav dit project zoekt men ook bloggers en vloggers. Heb je ervaring en interesse om periodiek te bloggen en/of vloggen voor de Parkinson Vereniging, stuur dan een mailtje naar [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl), dan zorgt Simone dat het bij de juiste persoon terechtkomt.

Oproep YopperKids en Teens: in hetzelfde project wordt de noodzaak benoemt om te inventariseren wat de behoeften zijn van kinderen van Yoppers. Zowel van jonge kinderen als van tieners. Wat kunnen (Jong) Parkinson-Inn en de Parkinson Vereniging voor hen betekenen?

Heb je tips, input, suggesties? Mail ze naar [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)

## Gids voor Yoppers in de maak

Parkinson is wat we 'gemeen' hebben. "We" is dan de jongere en oudere persoon met parkinson. Waar de 'oudere' persoon mogelijk denkt aan eerder stoppen met werken, impact op kleinkinderen etc. denkt de 'jongere' aan de impact op carrière en of men wel aan kinderen zou "beginnen". Deze en andere verschillen belemmeren jongeren soms om naar de Parkinsonbijeenkomsten te gaan. Hierdoor missen ze onderlinge contacten, uitwisseling van ervaringen maar ook belangrijke informatie.

Dit bracht ons, Simone Rensen (46 jaar, sinds 2015 diagnose parkinson) en Peter van den Berg (44 jaar, sinds 2013 diagnose parkinson) op het idee een praktische gids te ontwikkelen voor (jonge) personen met parkinson (Yoppers) en hun omgeving: "Van Carrière naar nieuwe Uitdaging".




In deze gids willen we, aan de hand diverse onderwerpen zoals arbeid, beweging, cognitie, relaties, voeding, zien etc. ingaan op de impact die parkinson op ons heeft of kan hebben. Doel van het boek is vooral kennis en ervaringen delen met ('nieuwe') Yoppers.

Naast diverse deskundigen zoeken we ook jonge(re) mensen die al dan niet anoniem ervaringen willen delen. Indien je wilt meewerken, kun je dat aangeven bij Peter door een mail te sturen naar [petervandenber@leg-uit.nl](mailto:petervandenber@leg-uit.nl)

Peter van den Berg (1974) is juridisch adviseur en facilitator bij gemeentelijke overheid, van 2000-2018 lokaal politiek actief en schreef met anderen boeken over de gemeenteraad, provinciale staten, pleegzorg en lokale kerkgeschiedenis. Peter is tevens bezoeker van Jong Parkinson-Inn en werkt samen met Simone in een Yoppers projectgroep van de Parkinson Vereniging.

---

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731




---

# Nieuwsbrief



---

**Contactadres:**  
Neptunusstraat 6  
5694 TL Son en Breugel

 06 14636701  
 [info@parkinson-inn-helmond.nl](mailto:info@parkinson-inn-helmond.nl)  
 [www.parkinson-inn-helmond.nl](http://www.parkinson-inn-helmond.nl)

**Bank** NL02 RABO 0132 4378 05  
**T.n.v.** Parkinson-Inn Helmond e.o.  
**KvK** 58361731

---