

Websites Parkinson

www.parkinsonnet.nl is een zorgzoeker waarmee bijvoorbeeld een fysiotherapeut gezocht kan worden, die gespecialiseerd is in Parkinson

Op **www.ParkinsonNext.nl** staat informatie over wetenschappelijke onderzoeken over Parkinson(isme) en verwante onderwerpen van de verschillende onderzoekscentra van de universiteiten van Nederland.

Parkinsontv.nl

Informatie over Parkinson. Iedere maand is er live een nieuwe uitzending en oudere afleveringen kunnen altijd worden teruggekeken. Er zijn al ongeveer **70 beschikbaar** over de meest uiteenlopende onderwerpen.

Parkinson Vereniging

De Parkinson Vereniging is een actieve vereniging die zich inzet voor een zo goed mogelijke kwaliteit van leven voor de ruim 63.500 mensen met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme. De rol van partners en kinderen (soms tevens mantelzorger) krijgt ruim aandacht.

- **Parkinson Academie**

De Parkinson Academie biedt een breed scala aan informatiedagen, workshops en cursussen voor mensen met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme, partners of mantelzorgers en andere belangstellenden. Door het volgen van deze scholing kunt u uw kennis en vaardigheden (verder) ontwikkelen en zo meer grip krijgen op uw kwaliteit van leven.

<https://www.verdermetparkinson.nl/>

Tips om beter om te gaan met een leven met Parkinson

- www.oogartsen.nl
- Visuele klachten bij de ziekte van Parkinson. (visio.org)
- https://www.visio.org/visio.org/media/Visio/Downloads/Folders-enbrochures/TG_Visio_flexfolder_Visuele-klachten-bij-Parkinson

Parkinson en vrije tijd

Sporten

Op Sporttrainersvoorparkinson.nl vinden trainers die mensen met Parkinson begeleiden tips.

Het maakt hierbij niet uit welke sport wordt bedreven maar bijvoorbeeld boksen en dansen zijn er speciaal voor mensen met de aandoening en hebben ook nog iets ludieks in zich en hierbij word je aangedreven door externe prikkels, de boksbal, de muziek, het in groepsverband bewegen, wat het bewegen gemakkelijker maakt. Maar ook zwemmen, wandelen zijn prima activiteiten.

Yoga

[ParkinZonnegroet - YouTube](#) meerder filmpjes om “stoelyoga” te doen

Autorijden en Parkinson

(24 juni 2022 onderwerp op ParkinsonTV geweest). Er is een (morele) meldingsplicht van de aandoening bij het CBR; ook belangrijk in verband met de verzekering. Door Parkinson kan ruimtelijk inzicht veranderen, reactievermogen verminderen waardoor autorijden moeilijker en gevaarlijker wordt.

Fietsen

Is een belangrijke vorm van bewegen. Bij een e-bike de snelheid dempen want groot valrisico. Wanneer op- en afstappen moeilijker gaan een driewieler overwegen. Of een hometrainer gebruiken. In een aantal gemeenten rondom Nijmegen kunnen duofietsen worden geleend (soms ook met een vrijwilliger erbij) om met z'n tweeën een fietstocht te maken. Op www.fietsmaatjes.nl informatie over het opzetten van een dergelijk project in uw woonplaats.

In de Overbetuwe is Boukje

[Bijzonder Mobiel](#) een bedrijf uit Andelst dat aangepaste 2e hands fietsen verkoopt, neem je ergotherapeut mee voor advies.

Tango dansen in Arnhem

Flor de Fango danser Jan Wenneker verzorgt op dinsdagmiddag 21 november een workshop Argentijnse tango in het [Parkinson Café Arnhem](#). Nieuwsgierig, of wil je mee helpen er een leuke middag van te maken? Meld je vooral bij Jan: janwenneker@hetnet.nl of tel: 06 1691 0877 / 026 3334 530.

Dansen in Arnhem en Nijmegen

Danslessen ook voor mensen met Parkinson, MS, reuma, beperkingen

link: [Kadans Beweegt in Arnhem en Nijmegen](#)

Online: voor psychische ondersteuning

[Kleur je leven](#), positieve zelfbegeleiding

MUZIEKTHERAPIE voor:

- Verbeteren van bewegingsstoornissen
- Verbeteren van taal- en spraakproblemen
- Verbeteren van initiatief en concentratie
- Acceptatie van de ziekte en rouwverwerking
- Verminderen van stress en spanningsklachten
- Verbeteren van depressieve en angstklachten
- Mantelzorgondersteuning

Koor

De Mr. P's Singers vormen een bijzonder koor in Nijmegen. De leden bestaan uit zangers met de ziekte van Parkinson, hun partners en mantelzorgers. Zingen helpt, maar het koor biedt méér.

Wijkcentrum 't Hert, Thijmstraat 40, 6531 CS Nijmegen

Maandagochtend 10.45- 12.15 uur tel: [024 350 1773](tel:0243501773) (nummer van wijkcentrum!)

<https://mrpssingers.nl/>



Boeken Parkinson

1. "Ommetjes", Tips van Lotgenoten.

Te koop via [Zelfhulpboek 'Ommetjes door het parkinsonbrein' nu beschikbaar! - ParkinsonNEXT](#) of [Ommetjes door het parkinsonbrein - Parkinson Vereniging \(parkinson-vereniging.nl\)](#)



2. "Parkinson Partners"

Een boek voor parkinsonners, partners en familieleden

met tips en adviezen hoe je parkinson de baas wordt en blijft. Een verhaal over een grote liefde en hoe je droefheid en onzekerheid kunt omzetten in kracht. "Als je met parkinson te maken krijgt dan kan je drie dingen doen: toelaten dat de ziekte jullie leven bepaalt, eraan onderdoor gaan of er sterker door worden. In het boek beschrijf ik hoe wij bewust de keuze hebben gemaakt om hier samen sterker uit te komen en dat is elke dag een uitdaging".

3. **Mijn denken stottert vaak meer dan mijn benen. Hoe mensen parkinson beleven**

4. **Mentale kwetsbaarheid door Parkinson**

Auteur van beide boeken: [Ad Nouws](#)

Parkinson en oogproblemen – drs. Carlijn Borm, neuroloog in opleiding Radboudumc

[Verslag van de bijeenkomst Parkinson Café Regio Nijmegen 16-09-2022.pdf](#) oa

Gevolgen : Er was ook een duidelijk verschil tussen de mensen met of zonder Parkinson wat betreft de invloed van oogproblemen op de dagelijkse activiteiten (lezen, auto rijden, aan de computer werken, televisie kijken, bij hobby's, lopen, persoonlijke verzorging). De oogproblemen kunnen een groter risico op vallen opleveren en het gebruik van bijvoorbeeld een laserstreepprojectie bij freezing onmogelijk maken.

Tips: Wat te doen bij oogproblemen?

- Maak het bespreekbaar! Bij de huisarts/parkinsonverpleegkundige/neuroloog/opticien/oogarts.....
- Check medicatielijst en beoordeel dopamine effect met zorgprofessional
- Zorg voor een goede bril • Niet alle oogproblemen komen door de ziekte van Parkinson
- Laat je tijdig verwijzen naar een oogarts

Overzicht hulpmiddelen Parkinson

[1.De HogeNood App](#)

[2.Keuzehulp: Verken uw wensen voor zorg en behandeling](#)

[3.Parkinson in beeld](#)

[4.De ADL-hond](#)

[5.Parkinson oefeningen app](#)

[6.Consultkaart Beginnende ziekte van Parkinson](#)

[7.Parkinson Monitor](#)

[8.De Kwaliteitsstandaard Atypische Parkinsonismen is gereed!](#)

[9.Lancering gesprekshulp voor de late fase bij atypisch parkinsonisme](#)

[10.Gesprekshulp voor de late fase van de ziekte van Parkinson](#)

[11.Onafhankelijke informatie over hulpmiddelen - Vilans Hulpmiddelenwijzer](#)

Vitans
hulpmiddelenwijzer

Home Hulpmiddelen Over ons

U heeft gefilterd op: Persoonlijke verzorging Parkinson

Activiteiten

- Persoonlijke verzorging
- Aan- en uitkleden 23
- Toilet gebruiken 54
- Uiterlijke verzorging 9
- Wassen en afdrogen 36

Speciaal bij

- Parkinson

Badsteunen

Badverkorter

Waar kan ik het hulpmiddel kopen?

