



Professionalisme

Sociaal

Positivisme

Actie

Wie zijn Wij ?

Onze vereniging 'Action Parkinson' is opgericht door en voor parkinsonpatiënten. Een groepje Brusselse patiënten was op zoek naar een structuur, een energiegevende omgeving, waar zij elkaar konden ontmoeten om uit hun eenzaamheid te komen en aangepaste oefeningen te doen.

De heer Alain Mallart, woonachtig te Elsene, zakenman en beschermheer, tevens getroffen door deze ziekte, heeft eind 2018 de uitdaging aangenomen, deze VZW op te richten en ervoor gekozen, de activiteiten te ontwikkelen in het Centrum B2M Sport.

De VZW Action Parkinson heeft tot doel, zachte en aangepaste bewegingsactiviteiten te organiseren voor parkinsonpatiënten.

Zij wil ook een plaats van ontmoeting, uitwisseling en informatie voor de patiënten en hun verwanten scheppen.

Meer info?

www.actionparkinson.be



Centrum B2M Sport
Belvederestraat, 27 (5de verdieping)
1050 Brussel

Cécile Grégoire (Fr) 0494/53.10.46
Jenny Dekker (NDL) 0478/61.57.28

cecile.gregoire@actionparkinson.be
www.actionparkinson.be
RPR Brussel : 0717.582.838



Action Parkinson



Verantwoordelijke redacteur: M. Alain Mallart - Klauwaertsstraat, 38 - 1050 Elsene - Gooi.net op de openbare weg



**NORDIC WALKING, BOKSEN,
VERSTERKINGSGYMNASTIEK,
KINESIPHILIA-DANS, QI GONG,
TANGO, CONFERENTIE, CONVERSATIETAFEL,
COGNITIEVE SPELLEN, KUNST-THERAPIE,.....**

**Bewegen en leven in
harmonie met de ziekte**

Beweging is een uitstekend geneesmiddel en met dit voor ogen, stelt Action Parkinson wekelijks een reeks fysieke activiteiten voor: Nordic Walking, Boksen, Spieropbouwende Gymnastiek, Valpreventie Oefeningen, Kinesiphilia Dans, Tango, Qi Gong. Daarnaast bevorderen de thematische bijeenkomsten, de gezellige conversatietafels en sessies cognitieve spellen, eveneens wekelijks de uitwisseling van informatie en levenservaring.

Deze vereniging nodigt regelmatig top-sprekers uit, die patiënten helpen, deze ziekte te begrijpen, positief te blijven en aangepaste bewegingsactiviteiten uit te voeren. Volledigheidshalve biedt de vereniging ook nog de mogelijkheid, individuele afspraken te maken, deel te nemen aan een workshop kunsttherapie, boeklening, uitstap of reis. Wij bieden activiteiten aan, waarbij de patiënt acteur kan zijn.

De activiteiten vinden plaats in het centrum B2M Sport te 1050 Brussel, Belvederestraat 27 / 5de verdieping.

Planning van de activiteiten (indicatief)

Gratis workshops

6 €/les, te betalen aan de animator

Dinsdag		Woensdag		Donderdag	
9u30-10u30		9u30-10u30	Boksen		
10u30-11u45	Nordic walking samenkomst voor Café 'Belga'				
14u-15u	Thematische bijeenkomst Conversatietafel	14u-15u	Gymnasa zittende oefeningen		
15u-16u		15u-16u	Gymnasa versterkend gymnastiek	15u-16u	Kunst – Therapie
16u-17u30	Cognitieve spellen	16u30-17u30	Tango	16u15-17u15	Kinesiphilia dans
				17u15-18u15	Qi Gong

Heb je vragen? Contacteer Cécile Grégoire (Fr) 0494/531046 of
Jenny Dekker (Ndl) 0478/615728,
of ga naar onze site www.actionparkinson.be

Lid worden, en...

- je neemt deel aan de activiteiten
- je wordt hartelijk ontvangen, krijgt een luisterend oor en persoonlijke begeleiding
- je ontvangt regelmatig per e-mail het volledig programma van onze wekelijkse activiteiten
- je woont gratis de conferenties bij en neemt deel aan ontspanningsactiviteiten
- je bent verzekerd

Deelname

De eerste sessie van elk workshop is gratis, om je de kans te geven het eens te proberen en dan pas een keuze te doen. Sommige workshops, zoals deze van dinsdag, zijn gratis. Andere kosten € 6,- rechtstreeks te regelen met de beroepsanimator. De mogelijkheid bestaat ook een kaart te kopen voor meerdere sessies.

Voor de jaarlijkse bijdrage als lidgeld: € 20,-
Op rekening IBAN : BE90 0689 3269 4332
Met mededeling: "Bijdrage"

Om een gift te doen

Stort het gewenst bedrag op rekening
IBAN: BE90 0689 3269 4332
Met mededeling "gift."

Dank voor je steun en vertrouwen in dit project!

