

Ervaring van meneer ter Beek

Henk ter Beek (74 jaar) gaat inmiddels 3 jaar naar de dagbehandeling Op de Berg in Amersfoort. Vlak na zijn herseninfarct in 2019 kreeg meneer de diagnose Parkinson en dementie.

Na deze ingrijpende gebeurtenis heeft hij, via zijn psychiater, een doorverwijzing naar Beweging 3.0 gekregen. Meneer kwam in de eerste Parkinson groep Op de Berg.

Leren spreken

Mede omdat meneer na zijn herseninfarct bijna niet meer kon praten waren de onderdelen communicatie en logopedie tijdens de dagbehandeling van groot belang. "Ik heb Op de Berg weer leren spreken."

Mooie gesprekken

Medewerkers weten naast de behandeling vaak ook op een ongedwongen manier het gesprek op gang te brengen. Door bijvoorbeeld een stuk uit de krant voor te lezen ontstaan er mooie gesprekken. "Het nodigt uit om te praten."

Fijne sfeer

"Ik beveel de dagbehandeling, om meerdere redenen van harte, aan: de persoonlijke benadering van de medewerkers. Er heerst al drie jaar lang een ongelooflijke fijne sfeer; rustig en ontspannen.



"Ik heb opnieuw leren praten"

Spellen

Ook worden er verschillende spellen gespeeld om je geest helder te houden, zoals logopedische, communicatieve en creatieve spellen."

Blijven bewegen

Op de Berg worden er elke dag lichamelijke oefeningen gedaan. "Zelf probeer ik thuis ook elke dag een stuk te wandelen. Al is het maar een klein rondje in de buurt. Blijven bewegen is voor mij een belangrijk streven".

Sterker

Volgens meneer hebben mensen met de diagnose Parkinson veel baat bij dagbehandeling. Ondanks dat meneer geen gevoel meer heeft in zijn armen en benen, vindt hij de bewegingsoefeningen tijdens fysiotherapie het fijnst. "Ik merk dat ik sterker word. Een keer in de 6 weken wordt er opnieuw naar mijn niveau en persoonlijke doelen gekeken. Dit werkt ontzettend motiverend".