



Raakvlak nr. 2, juni 2019

NIEUWS VAN HET BESTUUR

De Reuma Patiënten Vereniging (RPV) is vanaf 13 mei structureel huurder van de ruimte op de begane grond van het Inloophuis. We zijn blij met onze nieuwe samenwerkingspartner en het is fijn dat hierdoor nog meer mensen gebruik kunnen maken van de mooie ruimte van het Inloophuis en zijn activiteiten. Eind augustus bieden we elke dinsdagmiddag gezamenlijk stoelyoga aan. Raadpleeg onze website voor updates.

TERUGBLIK DIVERSE BIJEENKOMSTEN

Italiaans diner

Donderdag 4 april verzorgden ruim tien werknemers van farmaceut AstraZeneca via NL Cares een Italiaans diner. Onder leiding van NL Cares' Jeroen Koks kregen onze gasten een compleet driegangendiner met aankleding en muziek. "Wat was het een fijne avond en wat een top menu", waren de reacties van de gasten. Wij bedanken de werknemers van Astra Zeneca en NL Cares voor deze geweldige avond.

Hervinden veerkracht

Al tijdens de eerste bijeenkomst, bleek onder de gasten dat zij behoefte hadden aan meer.

Na de diagnose kanker is niks meer hetzelfde en niks is meer vanzelfsprekend. Gevoelens van boosheid, ongeloof, woede, wanhoop en angst worden onderdeel van het dagelijks leven. In dit proces kun je jezelf verliezen, en missen wie je vroeger was. Dat voelt als rouwen. Vaak durf je je gevoelens van wanhoop niet te tonen want je moet sterk zijn.



Maaltie Ramcharan begeleidt mensen graag in hun proces. Zij laat zich vooral leiden door hun inbreng. Ze koppelt een stukje theorie aan een oefening die ruimte laat voor persoonlijke ervaringen. Er is geen goed of fout. Tijdens deze bijeenkomsten is er ruimte

om lief en leed te delen maar vooral ook om te lachen. Het is veilig, warm en liefdevol. Dinsdag 16 juli vindt de volgende bijeenkomst plaats.

Aanmelden via info@inloophuishaaglanden.nl

Mindfulness en afscheid Alma Jenner

Op 13 mei was de laatste training Mindfulness, een cyclus van 9 bijeenkomsten. We hebben afscheid genomen van trainster Alma Jenner, die deze training vanaf het ontstaan van het Inloophuis heeft verzorgd. We zijn haar dankbaar voor haar prettige manier van overbrengen van kennis en de aandacht die zij aan tientallen gasten heeft geschonken.

We zijn op zoek naar een train(st)er die deze waardevolle training op vrijwillige basis zou willen verzorgen voor onze gasten. Interesse of ken je iemand? Neem contact op met coördinator Brigitte Buddingh via 070 - 308 06 54.

Loskomen en loslaten

Professioneel musicus en bio energetisch counselor Jens Meijers gaf in juni de workshop 'Loskomen en Loslaten'. Kanker hebben is een keiharde 'pas op de plaats'. Je lijf lijkt je te hebben verraden. Je tolt rond in een mallemlen van emoties als twijfel, angst, verdriet en boosheid. Maar is er ook een keerzijde aan kanker? Heeft je lijf je echt verraden? Of geeft het juist een kreet om liefdevolle aandacht en bezinning? Hoe zou het zijn om op ontdekkingsreis te gaan? Om los te komen, los te laten, vrij te ademen en weer ruimte te ervaren?

In deze dynamische workshop met onder andere meditatie, ademhalings- en klank oefeningen, ontdek je aangenomen en aangeleerde patronen en systemen. En kies je: welke wil je meenemen en welke laat je achter?

Jens werd in 2017 zelf getroffen door schildklierkanker. In de workshop deelde hij openhartig zijn ervaringen ter inspiratie voor het stellen van vragen van deelnemers en om de antwoorden in zichzelf te zoeken.

We zijn in overleg met Jens over een vervolg.

Workshops Beeldend werken

Door te schilderen, tekenen, boetseren of andere creatieve bezigheden die bij je passen, kan je soms makkelijker uitdrukking geven aan wat er zich in je afspeelt. Zaterdag 22 juni hebben we de laatste workshop 'Beeldend werken in tijden van verandering'. Na de zomervakantie in september beginnen we weer en zijn er elke 14 dagen workshops op de ZONDAGochtenden.

Lessen over kanker op het Floracollege

In mei verzorgde Adrie lessen over kanker op het Floracollege in vijf 2^e klassen. Naast algemene informatie over kanker was er tijd en aandacht voor de emotionele gevolgen. En: hoe kun je iemand helpen die hier mee te maken heeft? Wat helpt jou als je in je familie mensen hebt die kanker hebben? Er was veel aandacht en er wordt prachtig werk geleverd in de bijbehorende verwerkingsmodule.



VOORUITBLIK

- ✓ Donderdag 4 juli is er een nieuwe haringlunch in het Inloophuis, aangeboden door vishandel Van Gilst. Hap je mee? Opgeven via info@inloophuishaaglanden.nl
- ✓ Samen met collega inloophuis Carma in het Westland starten we een Jong volwassenengroep. De eerste avond is op di 25 juni om 19.30 uur bij Carma aan de Dijkweg 21 in Naaldwijk. Ben jij 25-40 jaar en heb je behoefte om met andere jong volwassenen te delen wat het voor jou betekent om met kanker om te gaan? En om gezellige dingen met elkaar te doen? Geef het door via

info@inloophuishaaglanden.nl dan nemen we graag contact met je op.

- ✓ Op vrijdag 8 november organiseren we voor onze vrijwilligers een bijzondere dag. Noteer deze datum alvast in jullie agenda!
- ✓ Op donderdag 12 september, vanaf 19.30, is er een themadag: kanker in de familie: hoe doe je dat met je kinderen? Deze dag vindt plaats op het oncologieplein en is totstandgekomen door de samenwerking met Bribos, Carma, Debora, Scarabee, Inloophuis Haaglanden en het Oncologieplein.



Samen met het HagaZiekenhuis organiseren we:

Theatersolo Over-Leven
'Niemandland'

"We hebben een kuur waarmee we je leven willen proberen te verlengen", hoorde Kitty van haar oncoloog. Maar wat nu als je langer blijft leven dan je zelf verwacht had?

Dan wordt het tijd voor solo 3. In 'Niemandland' laat Kitty zien wat wij van Vincent van Gogh kunnen leren, en komt ze met vallen en opstaan in de meest hilarische situaties terecht. Ze ontdekt dat 'het gevaar' in 'onverwachte kleine hoekjes' kan zitten. Van heftige Hanggroep-ouderen bij de koffiecorner in de supermarkt, Ramptoerisme met een wielrenfiets op je hoofd op een Brabantse Rotonde, gevaarlijke herfstblaadjes, bevolkingsonderzoek-paniek, een haperende versnelling op de Monte Toro, een witte mensenhaai in de Middellandse zee en een 'Volare' neuriënde, allergische reisgenote met een koffer vol knoflooksaus in een Spaanse hittegolf.

Alles komt voorbij in Niemandsland. Maar denk eraan: “Geniet, Enjoy, niet omdat het kan, maar omdat het MOET! Fijne dag!”

Locatie en tijd

Dinsdag 5 november 2019 van 19.00 tot 21.00 uur in Theater Dokata, Zuidlarenstraat 57, Den Haag. Deze gratis voorstelling is ook erg geschikt voor professionals die beroepshalve te maken hebben met dit onderwerp. Opgeven via info@inloophuishaaglanden.nl

ANDERE ZAKEN

Vacatures

Wil je een zinvolle bijdrage leveren aan herstel en verwerking van mensen met kanker én wil je werken in een professionele vrijwilligersorganisatie? Wij zoeken vrijwilligers voor de functies van:

- ✓ **Gastvrouwen/-heren** voor in het Inloophuis én in het HagaZiekenhuis: je maakt makkelijk contact met mensen, hebt een goede luistervaardigheid, kunt gesprekken voeren en afronden en hebt een warme uitstraling. Na een gedegen inwerkperiode inclusief een training in het Inloophuis, kun je aan de slag in het Inloophuis óf in het ziekenhuis.

Interesse, meer weten of weet je iemand? Bel coördinator Brigitte Buddingh, 070 308 06 54.

Steun het Inloophuis voor langere tijd - wordt Partner of Vriend

Graag nodigen we je uit om Partner of Vriend te worden van het Inloophuis. Voor 500 euro per jaar word je Partner en steun je het Inloophuis enorm. Je krijgt er uiteraard ook wat voor terug. Als Partner word je uitgenodigd voor de jaarlijkse netwerkbijeenkomst voor Partners, ontvang je vier keer per jaar onze digitale nieuwsbrief *Raakvlak* en vermelden we je (bedrijfs)naam op onze website en in onze nieuwsbrief. Je kunt je voor het partnerschap aanmelden via info@inloophuishaaglanden.nl. Vermeld in de e-mail je naam en telefoonnummer en wij nemen contact met je op. Het Inloophuis heeft een ANBI-status, dus je schenking is volledig aftrekbaar voor de fiscus!

Wil je graag Vriend van het Inloophuis worden, dan stellen wij dit ook zeer op prijs. Je wordt al Vriend voor 25 euro per jaar; meer mag uiteraard. Als Vriend ontvang je vier keer per jaar onze digitale nieuwsbrief *Raakvlak*.

Je kunt je als Vriend aanmelden via info@inloophuishaaglanden.nl. Vermeld in de e-mail je naam en telefoonnummer en wij nemen contact met je op.

Bedankt

Het Inloophuis heeft donaties, giften en steun van Vrienden hard nodig. Niet alleen zijn we blij met financiële hulp; goederen en diensten ‘in natura’ zijn ook altijd van harte welkom. De volgende bedrijven en individuen hebben ons de afgelopen periode gesteund:



Financieel:

Roparun geeft geld zodat we met veel gasten kunnen gaan varen o: over de Maas en door de Biesbosch! Dank Roparun!

Colofon

Deze nieuwsbrief is een kwartaaluitgave van Inloophuis Haaglanden en wordt op verzoek gestuurd naar sponsors van het Inloophuis en andere betrokkenen en belangstellenden.

Abonneren kan via

info@inloophuishaaglanden.nl.

Met vragen en opmerkingen over Inloophuis Haaglanden kan je terecht bij Brigitte Buddingh en Adrie van den Hoek via 070 3080654 of info@inloophuishaaglanden.nl.

Wil je geld doneren? Dat kan op rekening NL91 RABO 03.00.601.999 onder vermelding van Gift.

Redactie: Brigitte Buddingh en Adrie van den Hoek.