



Dé ontmoetingsplaats in Westland voor mensen met kanker en hun naasten.

## NIEUWSBRIEF JULI 2013

### In dit nummer

- ✓ Thema-avond Huidkanker
- ✓ Fuchsiashow
- ✓ Lions tijdens de braderie
- ✓ Psychosociale hulp bij kanker
- ✓ Diverse aankondigingen
- ✓ Young Carma 10 t/m 14 jaar
- ✓ Wellnesscoach
- ✓ Thema-avond Darmkanker
- ✓ Workshop Visagie

## Thema-avond Huidkanker druk bezocht

Woensdagavond 10 juli was er een thema-avond over huidkanker. Deze avond was dr. R.I. Siphanto, dermatoloog bij het Reinier de Graaf Gasthuis, onze gastspreker. We waren blij verrast met de enorme belangstelling voor deze lezing. Uiteindelijk ontvingen we zoveel aanmeldingen dat aanmelden niet meer mogelijk was. In onze huiskamer waren ruim 60 gasten – met enig passen en meten – aanwezig, die de lezing hebben bijgewoond. We willen u allemaal hartelijk danken voor uw komst. Was u niet in de gelegenheid om deze lezing bij te wonen en wenst u op de hoogte gehouden te worden? Stuur ons gerust een mailtje waarin u dat kenbaar maakt. Wij zullen u dan als eerste op de hoogte stellen als we dit thema nogmaals aan de orde laten komen.



## Fuchsiashow

Op 12,13 en 14 juli werd in het Hofpark bij de Hofboerderij te Wieringen de Fuchsiashow gehouden. Tijdens deze dagen werd er een loterij georganiseerd waarvan de opbrengst elke jaar naar een ander goed doel toegaat. Wij zijn de organisatie erg dankbaar dat wij dit jaar het goede doel mochten zijn. Op alle drie de dagen zijn er enkele van onze gastvrouwen en/of bestuursleden voor een paar uur aanwezig geweest om te vertellen wat Inloophuis Carma voor iemand kan betekenen. Ook hebben wij geassisteerd bij het verkopen van de loten. Het waren een aantal fleurige dagen!

## Lions in actie op de braderie van 's Gravenzande

Lionsclub Westland was 12 en 13 juli op de braderie van 's Gravenzande aanwezig om verse streekproducten (radijs, paprika, tomaten e.d.) te verkopen. De voorbijgangers konden deze producten vers of gewokt proeven en natuurlijk ook kopen! De opbrengst van deze verkoop is bestemd voor de aanschaf van een AED voor Inloophuis Carma. Wij willen de Westlandse Lions hartelijk bedanken voor hun fantastische inzet.





## Psychosociale hulp bij kanker

Zoals eerder aangekondigd gaat Yvonne Vijverberg-Van der Voort (Toegepast Psycholoog) bij Inloophuis Carma starten met groeps gesprekken. Dit zullen kleine groepjes van maximaal 6 gasten zijn, die allemaal zelf geconfronteerd zijn met de ziekte kanker.

Yvonne: "Zit je daar op te wachten zou je zeggen? Je hebt vaak al genoeg aan jezelf en aan je eigen zorgen. Toch is de ervaring dat het fijn is om je verhalen, zorgen, angsten, gedachten en emoties omtrent jouw ziekte te delen met mensen die je aanvoelen en begrijpen omdat zij hetzelfde meemaken of meemaakten als jij. Het geeft zoveel herkenning. Het mooie van groeps gesprekken is dat er heel veel in het midden neergelegd wordt en dat een ieder eruit meeneemt waar hij of zij iets aan heeft en de rest daar achterlaat."

Ga jij het gesprek met die ander en met Yvonne aan?

Op maandagochtend 16 september start Yvonne met de groeps gesprekken. Deze zullen 6x gehouden worden op de maandagochtend. De laatste ochtend is dus op 21 oktober. De ochtend start om 10:00 uur en duurt tot 11:30 uur. Aanmelden is verplicht en kan via [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl). U krijgt dan een mail met nadere gegevens toegestuurd.

## Diverse aankondigingen

Middels deze nieuwsbrief brengen wij u alvast op de hoogte van een aantal belangrijke data en mededelingen:

- In augustus ontvangt u géén nieuwsbrief i.v.m. de vakantieperiode
- In augustus vind er geen thema-avond plaats
- Op donderdag 5 september start het Carma koor weer met zingen. U bent van harte uitgenodigd om mee te zingen met het koor.
- Woensdagmiddag 18 september is de eerstvolgende kanjermiddag voor kinderen van 6 t/m 10 jaar.
- Vanaf september is het inloophuis elke vrijdagochtend geopend

## Young Carma 10 t/m 14 jaar

Vrijdag 27 september is er weer een gezellige bijeenkomst voor kinderen van 10 t/m 14 jaar die op welke wijze dan ook met kanker in aanraking zijn gekomen. Er worden weer hele leuke activiteiten georganiseerd. De middag zal starten om 16:30 uur en duurt tot ongeveer 19:30 uur. Binnenkort is er op onze site meer informatie te vinden. Het is voor de organisatie fijn om te weten hoeveel kinderen er zullen komen dus graag even aanmelden via [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl).



## Wellnesscoach in Inloophuis Carma

In ons programma overzicht ziet u regelmatig staan dat Renske Fakkell aanwezig is om een stoelmassage te geven of om samen met u ademhalings- c.q. ontspanningsoefeningen te doen. Graag willen wij u meer vertellen over Renske die wellnesscoach is. Waar richt een wellnesscoach zich eigenlijk op?

Een wellnesscoach richt zich op het zich welbevinden van de gast. Hiertoe gebruikt zij onder meer: stoelmassage en ontspanningsoefeningen. Deze geven een diep ontspannen gevoel waardoor de gast zich ook mentaal beter gaat voelen.

De ontspanningsoefeningen vinden plaats in een groepje van maximaal 5 personen, liggend op een yoga matje op de grond of zittend op een stoel.

De stoelmassage is persoonlijk. Vooraf vult u een formulier in zodat de wellnesscoach rekening kan houden met de verschillende factoren.

U kunt in het programma overzicht terug vinden wanneer de wellnesscoach aanwezig is in het inloophuis. Woensdagavond 7 augustus is zij aanwezig tijdens de avond inloop van 20:00 – 21:30 om u ontspanning te kunnen geven d.m.v. een stoelmassage. Eigen bijdrage voor de stoelmassage is € 3,50. Graag aanmelden voor de stoelmassage via [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl)

## Thema-avond 17 september

Op dinsdagavond 17 september 2013 komt dr. Robert TH. J. Kortekaas, chirurg gespecialiseerd in o.a. oncologie in het Vlietlandziekenhuis te Schiedam, een presentatie geven over het onderwerp darmkanker. Nadere informatie volgt, houdt de website in de gaten!

## Workshop "visagie bij kankerpatiënten"

Woensdagochtend 25 september wordt er in het Carmahuis een workshop gegeven "visagie bij kankerpatiënten". Cynthia Veenman, visagiste bij Cynthia Veenman Visagie & Haarstyling, leert u veel over het dagelijks gebruik van make-up. De productkennis, kleurgebruik en de juiste manier van het aanbrengen van de producten wordt besproken. Benieuwd naar wat make-up voor u kan doen? U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl) De workshop start om 10.00 uur en duurt tot 12.00 uur. De eigen bijdrage voor deze workshop is € 3,50. Gebruik van de diverse materialen is inbegrepen.

