

*Speciaal onder de aandacht:*

- Afscheid van .....
- Oranjetuin 15
- Yoga
- Wereldkankerdag
- Workshop Mandala tekenen
- Sponsoring
- Samenloop voor Hoop
- Agenda Februari 2013

### **Afscheid van.....**

*Maandagochtend 21 januari, heeft Inloophuis Carma afscheid genomen van twee dames, te weten; Sandra van kinderdagverblijf Simba en Marleen, yoga docente. Marleen stopt helaas met het geven van yogalessen bij Inloophuis Carma. Wij vinden dit uiteraard enorm jammer. Onze gasten hebben altijd met veel plezier de yogalessen bij haar gevolgd. Marleen, we zullen je missen! We wensen je het allerbeste toe met je overige activiteiten.*

*Een bloemetje ook voor Sandra als blijk van dank voor haar gastvrijheid aan Inloophuis Carma.*

*Dankzij de mogelijkheid die zij Carma heeft gegeven, om in het Pr8+ Paleis te starten met het initiatief van het inloophuis, is Inloophuis Carma in twee jaar uitgegroeid tot wat het nu is. Inloophuis Carma is nu toe aan een eigen onderkomen.*

*Er vinden nog twee inlopen, te weten het Carma koor op 31 januari en de inloop op 1 februari, plaats in het Pr8+ Paleis! Sandra, ontzettend bedankt voor de gastvrijheid!*



### **Vorderingen op Oranjetuin 15**

*Dankzij alle hulp van vrijwilligers, gasten, hun partners en sponsoren vorderen de werkzaamheden in snel tempo. Het schuren, schilderen en behangen is inmiddels gereed! Komende week wordt de laatste hand gelegd aan het toilet, het schoonmaken en inrichten, zodat wij op 4 februari onze gasten kunnen ontvangen. Op dat moment zal echter nog niet alles gerealiseerd zijn. De buitenkant zal nog geschilderd moeten worden en de tuin moet nog worden aangelegd. Mede door de weersomstandigheden zullen deze klussen nog moeten worden aangepakt.*

**De Oranjetuin is als volgt bereikbaar:** *vanaf de Dijkweg gaat u de weg in die naast de Volvo garage ligt. U rijdt dan via de Galderie de wijk Floriëndaal in. Deze weg buigt na ongeveer 60 meter naar rechts. Het 3<sup>e</sup> huis aan uw linkerkant is Inloophuis Carma.*

### **Yoga**

*Gelukkig hebben wij Jolanda Lobert bereid gevonden om de yoga-lessen voor Inloophuis Carma voort te zetten. Zij geeft momenteel zelf yoga-lessen bij Yo's Yoga ([www.yosyoga.nl](http://www.yosyoga.nl)). Om die reden zullen wij onze yoga tijden aanpassen. Er zullen twee groepen komen voor de yoga. Eén groep op maandagavond van 19:30 – 20:30 uur (oneven weken) en de andere groep op dinsdagochtend van 11:00 – 12:00 uur (even weken). De eerste les voor de dinsdaggroep start op 5 februari, de maandaggroep start op 11 februari. De eigen bijdrage per yoga les is € 3,50. Wilt u ook de yogalessen komen volgen? Graag even een mailtje naar: [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl) Jolanda geeft op Wereldkankerdag ook twee keer een open yoga les van 20 minuten, zodat u kennis met haar kunt maken. Op het programma van Wereldkankerdag kunt u de juiste tijden zien.*

### **Wereldkankerdag 4 februari**

Maandag 4 februari is het Wereldkankerdag. Via de landelijke media wordt er ook aandacht besteed aan deze dag met als doel meer bekendheid te geven aan de Inloophuizen in Nederland. Vanaf afgelopen dinsdag zullen er ook rozen uitgedeeld worden door heel Nederland. Op [www.wereldkankerdag.nl](http://www.wereldkankerdag.nl) kunt u meer informatie vinden over de Inloophuizen en over deze actie. Wij hebben het streven gehad, om op deze bijzondere dag onze eerste inloop te kunnen houden in het nieuwe onderkomen. U bent van harte uitgenodigd op Oranjetuin 15 te Naaldwijk. Het is overigens nog niet de officiële opening; deze zal begin april plaatsvinden. Op 4 februari zijn wij geopend van 10:00-16:00 uur. Deze dag kunt u o.a. een open yoga les volgen (max. 6 gasten per groep), wildbreien, een massage ontvangen, speksteen beelden bekijken en uiteraard gewoon binnen lopen voor een praatje. Deze dag zullen ook de dames van Women Care aanwezig zijn om u informatie te verstrekken. Voor het uitgebreide programma verwijst ik u naar de bijgevoegde flyer van Wereldkankerdag.

### **Workshop "Mandala tekenen"**

Op woensdagavond 6 februari zal Gemma van Steekelenburg een workshop "Mandala tekenen" geven. Deze avond start om 19:30 en duurt tot ongeveer 21:30 uur. Eigen bijdrage voor deze workshop is € 3,50. Aanmelden kan door een mailtje te sturen naar [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl) Deze avond vindt plaats op Oranjetuin 15 te Naaldwijk.

### **Sponsoring**

GJ personeelsdiensten zal het komende jaar de werkzaamheden van onze coördinatie assistent Cindy bekostigen. Wij zijn enorm dankbaar dat GJ personeelsdiensten ons op deze manier wil sponsoren!



### **Samenloop voor Hoop**

25 en 26 mei 2013 staat de Samenloop voor Hoop op het programma. Inloophuis Carma loopt dit jaar ook weer mee. Wij willen graag een team gaan vormen. Het inschrijfgeld bedraagt € 10,- (jongeren onder de 18 jaar betalen € 5,-). Het inschrijfgeld is allemaal voor het wetenschappelijk onderzoek van het KWF. ([www.samenloopvoorhoopwestland.nl](http://www.samenloopvoorhoopwestland.nl)) Wilt u met ons team meelopen? U kunt zich aanmelden via [info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl).

<b><u>Agenda</u></b>		<b><u>Februari 2013</u></b>
<b>Vrijdag</b>	<b>1-2</b>	<b>Inloopochtend met mogelijkheid om deel te nemen aan een creatieve activiteit; kaarten maken (de laatste inloop in het Pr8+ Paleis!)</b>
<b>Maandag</b>	<b>4-2</b>	<b>Wereldkankerdag (zie flyer of site voor meer informatie)</b>
<b>Dinsdag</b>	<b>5-2</b>	<b>Inloop Yoga</b>
<b>Woensdag</b>	<b>6-2</b>	<b>Workshop "Mandala tekenen"</b>
<b>Maandag</b>	<b>11-2</b>	<b>Yoga</b>
<b>Donderdag</b>	<b>14-2</b>	<b>Carma koor; kom gezellig meezingen!</b>
<b>Vrijdag</b>	<b>15-2</b>	<b>Inloopochtend met mogelijkheid voor stoelmassage Breicafé o.l.v. Karin Thoen</b>
<b>Maandag</b>	<b>18-2</b>	<b>Yoga</b>
<b>Dinsdag</b>	<b>19-2</b>	<b>Inloop Yoga</b>
<b>Maandag</b>	<b>25-2</b>	<b>Yoga</b>
<b>Donderdag</b>	<b>28-2</b>	<b>Carma koor; kom gezellig meezingen!</b>
<i>Tijdens elke inloop is er gelegenheid, onder het genot van een kopje koffie/thee, voor een praatje.</i>		
<i>Meer informatie over de verschillende activiteiten kunt u vinden op de website.</i>		

[www.inloophuiscarma.nl](http://www.inloophuiscarma.nl)

[info@inloophuiscarma.nl](mailto:info@inloophuiscarma.nl)