



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

NIEUWSBRIEF SEPTEMBER 2014

In dit nummer

- ✓ Tuinstel voor Carma
- ✓ Flessenpost?
- ✓ Nascholing huisartsen
- ✓ Workshop schilderen
- ✓ Young Carma
- ✓ STEMmeditatie
- ✓ Borstkankermaand
- ✓ Thema avond 8 oktober
- ✓ Thema-avond 29 oktober
- ✓ Workshop Speksteen bewerken
- ✓ Creatieve workshop
- ✓ Mailadressen nieuwsbrief
- ✓ Beursvloer Westland
- ✓ Groepsgesprekken Psyvon
- ✓ Workshop Visagie

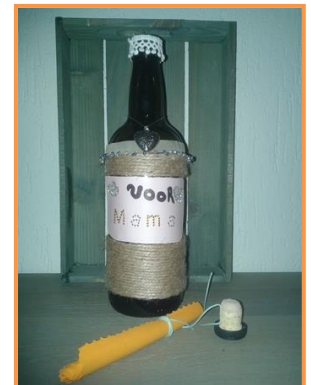
Tuinstel voor Inloophuis Carma

Inloophuis Carma is een aantal weken geleden blij verrast door een gezin dat heel spontaan een tuinstel heeft aangeboden aan het inloophuis. Er is al veelvuldig gebruik van gemaakt! We hopen hier nog heel veel plezier aan te mogen hebben.



Flessenpost?

De kanjers hebben op 17 september met elkaar gewerkt aan bijzondere post. Zij hebben allemaal een bijzondere fles mogen versieren en zij mochten daar een brief in posten. Zij mochten zelf nadenken voor wie zij deze fles gingen maken en wat de verborgen boodschap in de fles zou worden. Alle kanjers hadden hier hun persoonlijke invulling aangegeven. Het was een hele goede middag met de kanjers en de vrijwilligers. Ben jij ook zo'n kanjer? Heb je ook – op welke wijze dan ook – te maken met kanker? Kom gerust naar onze volgende kanjermiddag op woensdag 15 oktober. Je bent van harte welkom!



Nascholing huisartsen

Op 18 september was er een nascholingsavond voor de Westlandse huisartsen bij Inloophuis Carma. De aanwezige huisartsen konden op deze manier kennis maken met het Carmahuis en nascholing krijgen over medische problemen in de palliatieve fase. De gastspreker was dokter Hans Breugem, kaderarts palliatieve zorg. Deze nascholing werd mede mogelijk gemaakt door de firma Takeda Nederland BV. Ons doel van deze avond was om de huisartsen te laten realiseren wat Inloophuis Carma kan betekenen voor hun gasten, want het streven van Carma is om een duidelijk onderdeel van de psycho-oncologische zorg in het Westland te zijn/worden.





Workshop Schilderen: Poëzie van het lichaam

Annette Koedood geeft op vrijdag 3 oktober een workshop schilderen. Het thema van deze workshop is: Poëzie van het lichaam.

Behalve ziek-zijn heeft uw lichaam u nog meer te vertellen. Met behulp van schilderen gaan we ontdekken welk verhaal uw lichaam u vertelt. Uw lichaam als een gedicht.

U hoeft geen schilderervaring te hebben om deel te nemen aan deze workshop. Eigen bijdrage is € 3,50. U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl

Young Carma

Op 3 oktober zal er weer een Young Carma bijeenkomst zijn. Kinderen van 10 t/m 15 jaar die, op welke wijze ook, met kanker te maken hebben zijn deze dag van harte welkom. Zij zullen gezamenlijk eten. Na het eten is er gelegenheid om zich creatief te vermaken. Zij zullen aan iets bijzonders werken. Aanvang is om 17:30 uur. Afsluiting om 21:00 uur. Aanmelden is wenselijk en kan door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl

STEMmeditatie

Heeft u behoefte aan een stukje ontspanning en verdieping? En bent u benieuwd naar de helende werking van uw eigen stem? Kom dan mee doen! Vrijdag 17 oktober om 10:00 uur geeft Lucia van Koppen een workshop. Uw eigen stem is kwetsbaar en krachtig tegelijk. Op speelse en meditatieve wijze gaat u uw eigen stemgeluid inzetten. Niet door mooi te zingen, maar door te 'souden'. Uw eigen stem is precies goed! De uitwerking is helend en ontspannend. Kijk voor meer informatie op www.essentiewerk.net Na afloop van deze workshop ontvangt u ook nog een helend Stemklankbad van Lucia.

Borstkankermaand

Oktober is het ook in Inloophuis Carma borstkankermaand. Op 8 en 29 oktober staat tijdens de thema-avond respectievelijk informatieavond het onderwerp borstkanker centraal. Hieronder vindt u meer informatie over de betreffende avonden.



Thema avond 8 oktober

Op 8 oktober 2014 zal er voor mensen die borstkanker hebben of hebben gehad, maar ook voor geïnteresseerden, een voordracht plaatsvinden over de risico's op het ontstaan van borstkanker en het beloop daarvan met de behandelmogelijkheden.



Het belooft een interessante avond te worden waarbij er alle gelegenheid tot het stellen van vragen zal zijn. De avond zal worden geleid door Conny van der Sande, verpleegkundig specialist oncologie en bestuurslid van Carma. De voordracht zal verzorgd worden door Dr. van Deijk, internist-oncoloog. De avond wordt gehouden in het Carmahuis. De aanvang is 19:30 uur en de toegang is gratis. Aanmelden kan via de mail: info@inloophuiscarma.nl

Informatieavond 29 oktober

Op woensdagavond 29 oktober komt Clara Feenstra, huid- en oedeemtherapeut een interactieve avond verzorgen bij het inloophuis. Clara gaat deze avond vertellen welke lichamelijke gevolgen er aanwezig kunnen zijn na de behandelingen van borstkanker. Zij zal het hebben over o.a. oedeemvorming in de borst, een zware arm, littekens en overige huidproblemen. Er worden diverse behandelmethode genoemd die de klachten kunnen verlichten. De avond start om 19:30 uur. U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl

Workshop Speksteen bewerken



Ontspannend en creatief bezig zijn? Dat kan met deze leuke workshop speksteen bewerken. Inloophuis Carma organiseert 5 bijeenkomsten waarin u een speksteen kan gaan bewerken. De workshop is onder leiding van Thea van Marrewijk. De eerste bijeenkomst is op dinsdagmiddag 14 oktober om 13:00 uur. Indien u interesse heeft kunt u zich aanmelden door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl U ontvangt dan meer informatie met betrekking tot data, kosten en locatie.

Creatieve workshop

Vrijdag 31 oktober is er weer een creatieve workshop. Wist u al dat u op de site bij de activiteitenkalender een foto kunt bekijken van de betreffende workshop? Eigen bijdrage is € 3,50. Aanmelden is wenselijk en kan door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl



Mailadressen nieuwsbrief

Regelmatig ontvangen wij het verzoek om de nieuwsbrief toe te sturen. Dat doen wij uiteraard heel graag omdat het mooi is dat steeds meer mensen hierdoor de weg weten te vinden naar het inloophuis.



Mocht uw mailadres wijzigen of ontvangt u de nieuwsbrief liever op een ander mailadres, wilt u dit aan ons kenbaar maken via de mail? Het komt voor dat er tijdens het versturen van de nieuwsbrief foutmeldingen retour komen omdat een mailadres niet meer juist is. Wij kunnen dan niet het juiste mailadres achterhalen. Mocht u dus de nieuwsbrief niet meer automatisch ontvangen en stelt u daar wel prijs op? Check even uw mailadres bij ons. Alvast hartelijke dank voor uw medewerking.

Beursvloer Westland

Op 30 oktober 2014 vindt de 4e Beursvloer Westland plaats voor vrijwilligersorganisaties, maatschappelijke organisaties en bedrijfsleven.



Beursvloer Westland brengt vraag en aanbod van vrijwilligerswerk bij elkaar, in de meest brede zin. Bedrijven, lokale overheden, serviceclubs, scholen, maatschappelijke organisaties en vrijwilligersorganisaties ontmoeten elkaar in een informele en dynamische sfeer en maken matches. Wat de één over heeft of graag wilt bieden, is voor de ander zeer gewenst. Dit jaar zal de avond plaatsvinden bij Hamiplant.

Evenals in 2012 zal Inloophuis Carma hier vertegenwoordigd zal zijn.

Psychosociale hulp bij kanker - Groepsgesprekken



In november 2014 zal Yvonne Vijverberg weer starten met groepsgesprekken (6x). Dit zal plaats gaan vinden in kleine groepjes van maximaal 6 personen, die allemaal zelf geconfronteerd zijn met de ziekte kanker. Zit u daar op te wachten, zou u zeggen. U heeft vaak al genoeg aan uzelf en aan uw eigen zorgen. Toch is de ervaring dat het fijn is om uw verhalen, zorgen, angsten, gedachten en emoties omtrent uw ziekte te delen met mensen die u aanvoelen en begrijpen omdat zij hetzelfde meemaken of meemaakten als u. Het geeft zoveel herkenning. Door Yvonne, een erkend opgeleid psycholoog, worden in de 6 groepsbijeenkomsten concrete handvatten geboden in het omgaan met psychosociale klachten, ter bevordering van de kwaliteit van leven. Gaat u het gesprek aan?

De gesprekken starten op maandag 3 november 2014 van 9:30 uur tot 11:00 uur. De laatste keer zal dan op 8 december plaats vinden. Voor verdere informatie omtrent de kosten en/of aanmelden kunt u een mail sturen naar info@psyvon.nl of bellen met (06) 38 00 51 80.



Workshop Visagie

Vrijdag 7 november kunt u deelnemen aan de workshop Visagie. Onder begeleiding van Visagist Cynthia Veenman gaat u zelf aan de slag. Na het reinigen van het gezicht leert u hoe u het beste en mooiste uit uw gelaat kunt halen met behulp van make-up. Er wordt gekeken naar de juiste kleuren en technieken en u leert veel tips en tricks. U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar info@inloophuiscarma.nl Eigen bijdrage is € 3,50.