



OPENINGSTIJDEN

Maandag **13:00 - 16:00 u** | Dinsdag t/m Donderdag **09.30 - 16.00 u**. Op deze tijden is een gastheer/-gastvrouw aanwezig om u te ontvangen en met u in gesprek te gaan. Ook zijn er speciale activiteiten waarvoor u zich kunt aanmelden via onze website (www.marikenhuis.nl) of via een aanmeldformulier in het Marikenhuis. Eigen bijdrage € 2,50, tenzij anders vermeld.

JANUARI 2018

INFORMATIEBIJEENKOMST		
Do 25	19.30-21.30	TYS, TELL YOUR STORY Het boek van je leven (is nog lang niet af). Onder begeleiding van schrijver Marcel Rözer en ervaringsdeskundige Judith Schröder schrijf je je eigen boek. Inleidende workshop.
LICHAMSGERICHTE ACTIVITEITEN		
Do 04, 25	10.00-12.00	KENNISMAKING MET ENERGETISCHE THERAPIE Hierbij wordt gekeken naar de mens als geheel. Lichaam, geest en ziel als onlosmakelijk onderdelen.
Do 04	13.30-16.00	MASSAGE BIJ KANKER Helma van der Wielen
Wo 10,24	09.30-10.15	KENNISMAKEN MET HAPTONOMIE en/of CRANIO-SACRAALTHERAPIE
Wo 10,24	10.30-11.30	ONTSPANNEN OP WOENSDAG Een combinatie van rustige oefeningen, ademhalingstechnieken, autogene training en mindfulness.
Di 16, Woe 10, 24, 31	14.00-15.30 10.00-12.00	VOETREFLEXZONEMASSAGE Voetreflexzonemassage geeft een weldadige ontspanning en ondersteunt een eventueel behandlungsproces
CREATIEF / EXPRESSIEF		
Do 04,11 Do 18	13.30-15.30	OPEN ATELIER 'Vrij schilderen' en andere creatieve activiteiten. In een ongedwongen sfeer, met verschillende materialen. Elke eerste, tweede en derde donderdag van de maand.
Do 04	14.00-15.30	SPELEN MET KLANKEN Elke eerste donderdag van de maand samen muziek maken.
Za 20	10.00-15.00	CLOWNERIE Ontdek de clown in jezelf. Een ontspannen manier om meer over jezelf te weten te komen. Eigen bijdrage € 5,--
PSYCHOSOCIAAL		
Ma 08, 15, Ma 22, 29	14.00-14.45	OPEN SPREEKUUR MICHEL BEX (Psycholoog HDI) Als u kanker hebt en klachten zoals vermoeidheid, stress, angst of sombere gevoelens. GRATIS
Di 09, 23	13.30-15.30	SAMEN MET LOTGENOTEN Even met elkaar in gesprek...
KINDEREN		
Do 04, 18	18.30-20.00	SPREEKUUR KINDEREN EN KANKER Op afspraak Als u informatie zoekt over omgaan met kinderen die te maken hebben met kanker. GRATIS.
Do 25	19.30-21.30	CONTACTBIJEENKOMST VOOR OUDERS Bijeenkomst voor ouders van kinderen die getroffen zijn door kanker, zowel in als uit behandeling. GRATIS
Za 27	14.00-16.00	KIDSPower MIDDAG Op afspraak Voor kinderen die geraakt zijn door kanker in hun omgeving. Met ruimte voor elkaars verhaal. GRATIS
VOEDING		
Ma 15, 22, Ma 29	12.00-15.00	SPREEKUUR NATUURVOEDINGSKUNDIGE Voor vragen over voeding voor of na de behandeling voor kanker. GRATIS
Ma 29	12.00-15.00	KOKEN MET GINA Eigen bijdrage € 6,00 Onder (bege)leiding van een kookexpert maakt u een heerlijke en verantwoorde maaltijd.

Meer informatie over bovengenoemde activiteiten vindt u op www.marikenhuis.nl