

**OPENINGSTIJDEN** | Op ma t/m do tussen 13.00 - 16.00 uur is een gastvrouw/gastheer aanwezig om u te ontvangen en met u in gesprek te gaan. Uiteraard met inachtneming van de regels omtrent Corona. Ook zijn er speciale activiteiten waarvoor u zich kunt aanmelden via onze website ([www.marikenhuis.nl](http://www.marikenhuis.nl)). Eigen bijdrage € 2,50, tenzij anders vermeld. Betaling met pin.



**AUGUSTUS 2022**

**SPECIALE ACTIVITEITEN**

Wo 10 **WORKSHOP: CREATIEVE ONTMOETING** | Intuïtief werken rond het thema ZOMER | In het  
Di 23 Marikenhuis | Eigen bijdrage €2,50

**LICHAAMSGERICHTE ACTIVITEITEN**

Ma 08, 22	13.15, 14.45	<b>KENNISMAKEN MET HEALING TOUCH</b>   Een ontspannende, energetische werkwijze. Het activeren van het natuurlijk zelfhelend vermogen staat hierbij centraal.
Di 02	13.30	<b>WANDELEN IN HET GOFFERTPARK</b>   Zin om samen op pad te gaan? Doe dan mee!
Do 18	09.30, 10.30	<b>KENNISMAKEN MET HAPTONOMIE en/of CRANIO-SACRAALTHERAPIE</b>   Behandelvormen liggen in het verlengde van elkaar.
Deze maand niet	13.30-14.45	<b>KENNISMAKEN MET MINDFULNESS</b>   Aandachtig aanwezig zijn in het huidige moment, in verbinding met jezelf en de wereld om je heen. Groepsactiviteit (max 4 pp).
Do 25	13.00,14.00, 15.00	<b>KENNISMAKEN MET VOETREFLEXZONEMASSAGE</b>   Deze massage geeft een weldadige ontspanning en ondersteunt een eventueel behandelingsproces.
Do 25	13.30-15.30	<b>SPREEKUR BORSTPROTHESE &amp; LINGERIE</b>   Adviezen voor vrouwen na een borstoperatie: over borstprothesen, protheselingerie en lingerie-aanpassingen.
Di 09	13, 14, 15	<b>KENNISMAKING MET ENERGETISCHE THERAPIE</b>   Vanuit een holistische benadering energiestromen stimuleren   Zie de website.
Deze maand niet	13.00-14.00	<b>KENNISMAKEN MET YOGA</b>   Ademhaling, lichaamsbeweging, ontspanning en meditatie in een vertrouwde omgeving. Groepsactiviteit (max 4 personen)

**CREATIEF / EXPRESSIEF**

In sept. start de nieuwe groep.	13.30-15.30	<b>CREATIEVE ONTMOETING MET LOTGENOTEN</b>   Maak kennis met creatieve technieken in een ontspannen sfeer. Bijeenkomsten met vaste groep. Meld u aan.
Deze maand niet	14.00-15.00	<b>SPELEN MET KLANKEN</b>   Zonder muzikale kennis en zonder notenschrift lekker samen muziek maken of je als toehoorder laten onderdompelen in een klankbad.

**PSYCHOSOCIAAL**

Doorlopend	In overleg met deelnemers	<b>DIVERSE LOTGENOTENGROEPEN</b>   U kunt zich aanmelden voor o.m. de lotgenotengroepen: Algemeen ('Ik heb zelf kanker (gehad)'), borstkanker, prostaatkanker, naasten, nabestaanden, 'Doorleven als kanker niet meer is te genezen'.
Di 02,09,16,23,30	12.30-13.00	<b>TELEFONISCH SPREEKUR MARGA THIJSEN (GZ-PSYCHOLOOG)</b>   Vragen over psychologische zorg bij kanker. (Beeld)bellen of face-to-face.
Do 04,11,18,25	13.00-16.00	<b>SPREEKUR TER VOORBEREIDING MEDISCH GESPREK</b>   Praktische tips ter voorbereiding op een medisch gesprek met specialist, huisarts of verpleegkundige.
Do 04,11,18,22,25	13.45, 15.00	<b>IN BALANS BIJ KANKER</b>   Maak kennis met <i>Coaching bij kanker</i> . Een spreekuur voor uzelf of een van uw naasten. Zonder verwijzing.
Do 25		<b>SPREEKUR ALLERZORG - CARE FOR CANCER</b>   Een spreekuur waarin verpleegkundige oncologische nazorg/begeleiding wordt geboden aan oncologische patiënten vanuit de eerste lijn, in verschillende fasen van het oncologisch ziekteproces   In het Marikenhuis
Di 23	09.30, 10.30	<b>WANDELGESPREK 1-OP-1</b>   'Wandelen en stilstaan bij wat er is'. Wil je kennismaken met het 1-op-1 wandelgesprek? Maak een afspraak.
Op afspraak		<b>SPREEKUR WERK &amp; KANKER</b>   Als u in de werksituatie te maken krijgt met kanker, roept dit veel vragen op bij zowel werknemer als werkgever   Zie website

**KINDEREN & JONGEREN**

Op afspraak		<b>SPREEKUR KINDEREN EN KANKER</b>   Op afspraak (gratis). Zie website
Vakantie	19.30-21.30	<b>JONGERENGROEP LEF!</b>   Een avond voor jongeren geraakt door kanker.

De volledige agenda vindt u op [www.marikenhuis.nl/actueel/activiteiten](http://www.marikenhuis.nl/actueel/activiteiten)