



## Activiteiten Inloophuis Medemblik /Stedebroec **APRIL 2019**

### ELKE.....

Elke 1<sup>e</sup> woensdag  
Elke 2<sup>e</sup> woensdag  
Elke 4<sup>e</sup> woensdag  
Elke laatste woensdag  
Elke eerste vrijdag

### GEMAKKELIJK TE ONTHOUDEN...

Kindermiddag  
Nabestaande bijeenkomst (een intake behoort tot de procedure)  
Reiki door Erna (op afspraak)  
Eten voor alleenstaanden (reserveren verplicht)  
'De Mannen' Bijeenkomst voor mannen (steeds weer wat anders)

14:00 tot 16:00 uur  
14:00 tot 16:00 uur  
14:00 tot 16:00 uur  
17:00 tot 20:00 uur  
20:00 tot 22:00 uur

### INLOOP MEDEMBLIK

Elke dinsdagochtend  
Elke dinsdagochtend  
Elke dinsdagmiddag  
Elke donderdagochtend

### DE INLOOPOCHTENDEN AAN DE OOSTERHAVEN 11

Inloopochtend voor patiënten, partners begeleiders, mantelzorgers etc.  
Gezamenlijke lunch met de gasten. Eigen bijdrage 2,00 p.p.  
Haak en Brei middag (ook voor aanvangsers)  
Inloopochtend voor patiënten, partners begeleiders, mantelzorgers etc.

10:00 tot 12:30 uur  
12:30 tot 13:30 uur  
14:00 tot 16:00 uur  
10:00 tot 12:30 uur

### STEDEBROEC

Woensdag 17 april

### DE INLOOPOCHTENDEN 'in de Stek' GROOTEBROEK (NH)

verdieping training Mindfulness (oude cursisten)

10:00 tot 12:30 uur

### CREATIEF&ACTIEF

Elke dinsdagochtend  
Elke dinsdagmiddag

### CREATIEF & ACTIEF BEZIG ZIJN

'Stap Voor Stap' Wandelen in en rondom Medemblik  
Haakclub leer haken, doe mee met een project of maak een eigen creatie

10:30 tot 11:30 uur  
14:00 tot 16:00 uur

### THERAPEUTEN

Elke dinsdagochtend  
Elke donderdagochtend  
Elke donderdagochtend  
Elke donderdagmiddag  
Woensdag 3 april  
Woensdag 17 april  
Woensdag 24 april

### ONTSPANNEN, VERZORGING, REIKI & MINDFULNESS

Gezicht & hals massage door Christa Gieling (op afspraak)  
Hotstone massage/ voetreflex massage door Monique (op afspraak)  
Handverzorging /paraffine bad (op afspraak)  
Mindfulness (inschrijven verplicht!)  
Herhaling mindfulness in 'de Stek' (opgeven verplicht!!!)  
Herhaling Mindfulness in Medemblik (opgeven verplicht!!!)  
Start nieuwe Mindfulness training (opgeven verplicht)

10:30 tot 12:30 uur  
10:30 tot 12:30 uur  
10:30 tot 12:30 uur  
13:30 tot 16:30 uur  
10:30 tot 12:30 uur  
10:30 tot 12:30 uur  
19:00 tot 21:30 uur

### NABESTAANDEN

Woensdag 3 april  
Woensdag 24 april

### NABESTAANDEN, ROUWVERWERKING & EENZAAMHEID

Nabestaande bijeenkomst (intake behoort tot de procedure)  
Eten voor alleenstaanden (reserveren verplicht)

14:00 tot 16:00 uur  
17:00 tot 20:00 uur

### ZANGKOOR

Elke maandagmiddag

### SAMEN ZINGEN, DOE JE OOK MEE?

Om de 14 dagen

14:30 tot 16:00 uur

### DE MANNEN

Vrijdag 5 april

### SPECIAAL VOOR DE MANNEN!

Elke maand een interessante avond

18:30 tot 22:00 uur

### DALISAY RECOVERY

Zaterdag 6 april

### VOOR MENSEN GECONFRONTEERD MET EEN EETSTOORNIS

Inloop en foto sessie s

13:00 tot 16:00 uur

### Specials

16 april

Paas High tea ( VOL GEBEOEKT)

13:30-tot 15:30 uur

### VOOR WIE?

Het inloophuis staat open voor iedereen die geconfronteerd is met een levensbedreigende ziekte, (dus ook voor partners, kinderen en verzorgers) De ontspanningstherapieën zijn gratis voor de gasten van het inloophuis (patiënten en naasten), tenzij anders aangegeven.

### Eetstoornis?

Jongeren met een eetstoornis zijn van harte welkom. Deze Eetstoornissenbijeenkomsten wordt georganiseerd door Stichting Dalisay Recovery:

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

### RESERVEREN EN MEER INFORMATIE ( beide inloophuizen)

Mail: [info@inloophuismedemblik.nl](mailto:info@inloophuismedemblik.nl) Tel: 06-10227488 – 0227-820170.

Website: [www.inloophuismedemblik.nl](http://www.inloophuismedemblik.nl)

Inloophuis Medemblik - Adres: Oosterhaven 11, 1671 AA Medemblik.

Inloophuis 'In de Stek' - Adres: Op den hoef 36 Grootebroek.