



## Activiteiten Inloophuis Medemblik /Stedebroec Maart 2020

### ELKE.....

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

### GEMAKKELIJK TE ONTHOUDEN...

Kindermiddag (vooraf a.u.b opgeven)  
Nabestaande bijeenkomst (een intake behoort tot de procedure)  
Eten voor alleenstaanden (reserveren verplicht)  
'De Mannen' Bijeenkomst voor mannen  
Hoe gaat het met jou? Naasten en mantelzorgers bijeenkomst( zie onder)

14:00 tot 16:00 uur  
14:00 tot 16:00 uur  
17:00 tot 20:00 uur  
20:00 tot 22:00 uur  
10:00 tot 12:00 uur

### INLOOP MEDEMBLIK

Elke dinsdagochtend  
Elke dinsdagmiddag  
Elke donderdagochtend

### DE INLOOPOCHTENDEN AAN DE OOSTERHAVEN 11

Inloopochtend voor patiënten, partners begeleiders, mantelzorgers etc.  
Haak en Brei middag (ook voor aanvangsers)  
Inloopochtend voor patiënten, partners begeleiders, mantelzorgers etc.

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

### STEDEBROEC

Woensdag 18 maart

### DE INLOOPOCHTENDEN 'in de Stek' GROOTE BROEK (NH)

Verdieping training Mindfulness (oude cursisten)

10:00 tot 12:30 uur

### Kinderen

4 maart

### Kinderen betrekken bij een zieke.

Inloop voor kinderen en ouders

14:30 tot 16:30 uur

### CREATIEF&ACTIEF

Elke dinsdagochtend  
Elke dinsdagmiddag

### CREATIEF & ACTIEF BEZIG ZIJN

'Stap Voor Stap' Wandelen in en rondom Medemblik ( bij genoeg deelnemers)  
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  
Woensdag 4 maart  
Donderdag 5-12-19-26 maart

### ONTSPANNEN, VERZORGING, REIKI & MINDFULNESS

Gezicht & hals of handen massage ( op afspraak)  
Herhaling Mindfulness in Medemblik (opgeven verplicht!!!)  
Start Nieuwe Mindfulness training (er is nog 'n plaats vrij) (NIEUW)

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

### NABESTAANDEN

Woensdag 11 maart  
Woensdag 26 maart

### 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

### NAASTEN

Woensdag 9 maart  
Woensdag 23 maart

### NAASTEN EN MANTELZORGERS

Hoe gaat het nu met jou? Thema: Leven of overleven  
Hoe gaat het nu met jou? Thema in gesprek met de artsen, Hoe pak je dat aan.

10:00 tot 12:00 uur  
10:00 tot 12:00 uur

### ZANGKOOR

2-16-30 maart

### SAMEN ZINGEN, DOE JE OOK MEE?

Zangkoor (Gezellig samen zingen)

14:00 tot 16:00 uur

### DE MANNEN

Vrijdag 6 maart

### SPECIAAL VOOR DE MANNEN!

Deze maand Thema: in gesprek met de artsen, Hoe pak je dat aan (+ inloop)

19:30 tot 22:00 uur

### DALISAY RECOVERY

Zie agenda DR

### VOOR MENSEN GECONFRONTEERD MET EEN EETSTOORNIS

Inloop Dalisay Recovery Zie [www.dalisayrecovery.nl](http://www.dalisayrecovery.nl)

13:00 tot 16:00 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.