

# Januari 2020

Welkom in ons Inloophuis!

U bent van harte welkom voor koffie, thee, een gesprek en/of activiteit.

Daarnaast koken onze vrijwillige koks elke dag (maandag t/m donderdag) een warme lunch welke om 12:30u geserveerd wordt. Eet u ook een keer mee?

## Ondersteuning/Begeleiding op het gebied van Rouw en Verlies

Voor ondersteunende individuele gesprekken kunt u ook een afspraak maken met en via de coördinatie. De gesprekken vinden op afspraak plaats met Joke van der Hoek. Hier is een kleine bijdrage van € 5,00 aan verbonden.

**Koffie-ochtend voor nabestaanden:** op **dinsdag 7 januari 2020** schenken wij een **Bakkie Troost** van 10.30 tot 12.00 uur.

De **training Schrijven helpt** begint weer in februari en het is nu al mogelijk om je hiervoor in te schrijven. Deze training is voor mensen die zelf kanker hebben (gehad) waarvan minstens een half jaar geleden de diagnose kanker is vastgesteld. De training bestaat uit 6 bijeenkomsten: 3 en 17 februari, 2 en 16 en 30 maart, 20 april en 4 mei. We vragen een eigen bijdrage van € 25,00. Aanmelden per mail aan [joke@inloophuisdeboei.nl](mailto:joke@inloophuisdeboei.nl)

Tenzij anders is vermeld, wordt voor bovenstaande activiteiten een kleine bijdrage van € 3,00 gevraagd. Voor informatie en/of aanmelden voor bovenstaande, kunt u ons bellen of een mail sturen naar [joke@inloophuisdeboei.nl](mailto:joke@inloophuisdeboei.nl)

Dag	Tijd	Activiteit	Prijs	Begeleider
<b>LOTGENOTENCONTACT</b>				
woensdag 1 januari		<b>GESLOTEN</b>		
donderdag 2 januari		<b>GESLOTEN</b>		
maandag 6 januari	10.00 - 12.00	Creatief met naald en draad	€ 3,00	
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
dinsdag 7 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
woensdag 8 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
donderdag 9 januari	10.30 - 12.30	Tekenen en schilderen	€ 3,00	Ferry
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
maandag 13 januari	10.00 - 12.00	Creatief met naald en draad	€ 3,00	
		Spreekuur mantelzorgerondersteuning		
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
dinsdag 14 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
woensdag 15 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
donderdag 16 januari	10.30 - 12.30	Tekenen en schilderen	€ 3,00	Marjo
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	

**Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 - 215 28 55

E [communicatie@inloophuisdeboei.nl](mailto:communicatie@inloophuisdeboei.nl) W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406

### Nieuwjaarsreceptie

maandag 20 januari	10.00 - 12.00	Creatief met naald en draad	€ 3,00	
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
dinsdag 21 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
woensdag 22 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
donderdag 23 januari	10.30 - 12.30	Tekenen en schilderen	€ 3,00	Ferry
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
maandag 27 januari	10.00 - 12.00	Creatief met naald en draad	€ 3,00	
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
dinsdag 28 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
woensdag 29 januari	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
donderdag 30 januari	10.30 - 12.30	Tekenen en schilderen	€ 3,00	Marjo
	12.30 - 13.30	Lunch	€ 3,00	
<b>WELLNESS</b>				
dinsdag 7 januari	14.00 - 15.00	Yoga	€ 3,00	Hans
dinsdag 14 januari	14.00 - 15.00	Yoga	€ 3,00	Hans
woensdag 15 januari	10.00 - 13.30	Massage	€ 7,50	Hans
donderdag 16 januari	10.00 - 11.45	Ontspanningsmassage	€ 7,50	Jolanda
dinsdag 21 januari	14.00 - 15.00	Yoga	€ 3,00	Hans
dinsdag 28 januari	11.00 - 12.00	Meditatie	€ 3,00	Jenny
	14.00 - 15.00	Yoga	€ 3,00	Hans
woensdag 29 januari	10.00 - 11.30	Massage	€ 7,50	Hans
	13.00 - 15.00	Reiki	€ 10,00	Rob