

Beste gasten en vrijwilligers,

We mogen terug kijken op een geslaagd weekend in Delfgauw waar we begin december een aantal nachten met 15 gasten verbleven. Het was weer bijzonder om te zien hoe lotgenotencontact kan verbinden en welke waarde daar in zit.

We willen jullie het beste wensen voor het nieuwe jaar!  
Het was gezellig een deel van jullie vorige week tijdens de nieuwjaarsreceptie gezien en gesproken te hebben. Het was een gezellige start van 2023!

Ook dit jaar staan we weer klaar voor jullie.  
Voor ondersteuning, voor informatie en verschillende activiteiten.  
Verderop in de nieuwsbrief alvast een agenda voor speciale activiteiten voor de komende maanden.

Namens team Inloophuis de Boei,

Saskia den Uijl  
Directeur

### *Verbouwing woonkamer*

Vorig jaar hebben we plannen gemaakt om de woonkamer te verbouwen.  
Door donaties van Fonds Physico, Job Dura Stichting en het Delta Port Donatiefonds hebben we nu het geld bij elkaar.

Begin februari gaan we dan ook starten met de verbouwing!  
Een likje verf, ander behang en vooral; nieuwe meubels.

Nu kunnen wij wel wat **hulp gebruiken** tijdens deze klus.  
De aannemer start 13 februari met schilderen, maar daarvoor moet er geschuurd worden, behang weg gehaald worden, stopcontacten afgeplakt e.d.

**Wie kan er op 7,8 en 9 februari een dag(deel) helpen?**

Daarnaast mogen we de aannemer helpen met de klus. Dit scheelt de Boei niet alleen geld, maar zorgt er ook voor dat de klus sneller verloopt.

Heb je schilder- of behangervaring en tijd in de week van 13 februari?

**We kunnen je hulp goed gebruiken!**

Anmelden kan via [communicatie@inloophuisdeboei.nl](mailto:communicatie@inloophuisdeboei.nl)



## Wereldkankerdag

Ieder jaar wordt op 4 februari wereldwijd stilgestaan bij de impact van kanker.

Op deze zaterdag organiseert de Boei in samenwerking met het Maasstad ziekenhuis een 'open huis'.

Op deze dag bieden we diverse (ontspannende) activiteiten aan.

Denk aan:

- een massage
- wandeling met begeleiding
- schilderworkshop
- en nog meer!

**WERELD  
KANKER  
DAG4FEB**

Maar alleen langskomen voor een hapje of drankje kan uiteraard ook!

Aanmelden is niet nodig, stap dus gerust even binnen op 4 februari!

### *Informatiebijeenkomst Hyperbare Zuurstoftherapie*

Op **donderdag 9 februari** geeft de Davinci Kliniek een informatiebijeenkomst over Hyperbare Zuurstoftherapie in de Boei.

**Hyperbare zuurstoftherapie** kan worden ingezet om de bijwerkingen waar mensen last van hebben na bestralingen, te verminderen.

Bijvoorbeeld, iemand die bestraald is bij borstkanker kan harde plekken, pijn of een zwelling in de borst houden, een arm hebben die niet soepel beweegt of een wond die maar niet geneest. Ook lymfoedeem is een veelvoorkomend probleem.

Allemaal heel vervelende bijwerkingen waar mensen jarenlang, soms zelfs hun leven lang, last van houden. Bovendien zijn de gevolgen vaak niet alleen lichamelijk, maar beïnvloeden ze ook hoe iemand zich voelt en dagelijks functioneert.

Tijdens de bijeenkomst zal er uitleg gegeven worden over wat hyperbare zuurstoftherapie is en bij welke klachten het ingezet kan worden en hoe je daarvoor in aanmerking komt.



## Lezing Werk van een Geestelijk Verzorger

De lezing van Annechien Oldersma, Geestelijk Verzorger bij het Centrum voor Levensvragen zat al eerder in de planning (november 2022) maar moest door ziekte verschoven worden. De nieuwe datum is geworden: **16 maart**.

Tijdens de lezing zal Annechien vertellen over haar werk en wat een Geestelijk Verzorger kan betekenen in ingrijpende situaties.

### Inloophuis de Boei is op zoek naar Vrienden!

Vrienden maken het leven zoveel mooier.

Vrienden zijn mensen die de stichting een warm hart toedragen en financieel willen ondersteunen door maandelijks of jaarlijks een vast bedrag te doneren.

Vrienden maken het verschil!

Als vriend van het Inloophuis 'de Boei' investeert u in warmte en aandacht voor elkaar.



Wilt u Vriend worden? Ga naar [www.inloophuisdeboei.nl/vriendworden](http://www.inloophuisdeboei.nl/vriendworden) of pak een formulier mee in het Inloophuis.

### Agenda voor speciale activiteiten de komende weken:

- 17 januari: Workshop Look Good Feel Better + start stoelreiki
- 4 februari: Wereldkankerdag (open huis in de Boei)
- 9 februari: informatiebijeenkomst Hyperbare Zuurstoftherapie
- 16 maart: lezing Werk van een geestelijk verzorger
- 4 april: Paasworkshop

