Esperanza
inloophuis badhoevedorp
Voor kankerpatiënten en hun naasten

Beste lezer,

De yoga is van start gegaan en iedereen was er vol enthousiasme over. Ook in oktober staat er van alles op de agenda: de bijeenkomst over herstel na borstkanker, de lunch en onze vaste activiteiten. En we zoeken er twee mensen bij, dus lees vooral even mee.

Veel leesplezier,
Riet

De yoga is begonnen

Op dinsdag 22 september gaf Ilse Groen haar eerste yin yogales bij Esperanza en iedereen was er vol enthousiasme over. Dankzij de opbrengst van Swim to Fight Cancer kunnen we haar als docent aanstellen. Er is elke dinsdagochtend yoga van 10:15 tot 11:15 uur, met inloop vanaf 10:00 uur. De eerste les is gratis, daarna kost een les 6,50 euro.

Ilse staat er nog op dinsdag 29 september. Daarna heeft ze twee dinsdagen vakantie, dus op 6 en 13 oktober is er geen les. Vanaf dinsdag 20 oktober gaat de yoga gewoon weer door.

Aanmelden voor yoga

De lunch, met een kleine prijsverhoging

Onze lunch blijft een van de gezelligste momenten van de maand. De prijs gaat wel met 1 euro omhoog, van 5 naar 6 euro. Daarmee houden we de lunch betaalbaar en kunnen we hem blijven aanbieden.

De eerstvolgende lunch is op maandag 28 september van 11:30 tot 13:00 uur. In oktober staat de lunch op maandag 26 oktober, op dezelfde tijd. Kom je ook? Meld je dan even aan.

Aanmelden voor de lunch

Donderdag 8 oktober: herstel na borstkanker en de overgang

Op donderdag 8 oktober is er bij ons een bijeenkomst over herstel na borstkanker en de overgang. Er komen klachten aan bod als opvliegers, slecht slapen en vermoeidheid, en wat je zelf kunt doen om je weer beter te voelen. De inloop is vanaf 10:00 uur, we beginnen om 10:30 uur. Geef je even op, dan weten we op wie we kunnen rekenen.

Aanmelden voor 8 oktober

We zoeken een gastvrouw voor de woensdagochtend

Voor de woensdagochtend zoeken we een gastvrouw, van 9:45 tot 13:00 uur. Je ontvangt de bezoekers, schenkt koffie en zorgt dat iedereen zich bij ons welkom voelt. Lijkt het je wat, of ken je iemand voor wie dit een mooie plek zou zijn? We horen het graag.

Meer weten over de gastvrouw

We zoeken een moslimvrouw voor een lotgenotengroep voor moslimvrouwen

We willen graag een lotgenotengroep voor moslimvrouwen bij ons in huis opzetten, en daarvoor zoeken we een moslimvrouw die dat samen met ons wil doen. Ben je zelf geïnteresseerd of ken je iemand? Neem dan gerust contact met ons op.

Contact over de lotgenotengroep

Agenda oktober

ma 5	13:30 - 14:30	Zwemmen
di 6	10:30 - 11:30	Lotgenotengroep voor vrouwen
	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak
	13:00 - 15:30	Beeldhouwen, schilderen en portrettekenen
wo 7	10:30 - 12:00	Koffieochtend
		Geen massage, Eddie is met vakantie
do 8	10:00 - 12:00	Bijeenkomst herstel na borstkanker en de overgang
	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak
ma 12	13:30 - 14:30	Zwemmen
di 13	12:30 - 15:30	Voetreflexmassage, op afspraak
	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak
	13:00 - 15:30	Beeldhouwen, schilderen en portrettekenen
wo 14	10:00 - 14:30	Massage Eddie, op afspraak
	10:30 - 12:00	Koffieochtend
do 15	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak

ma 19	13:30 - 14:30	Zwemmen
di 20	10:15 - 11:15	Yoga met Ilse
	12:30 - 15:30	Beeldhouwen, schilderen en portrettekenen
	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak
wo 21	10:30 - 12:00	Koffieochtend
	19:00 - 21:00	Haken en breien
	19:00 - 21:00	Massage Eddie, op afspraak
do 22	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak
ma 26	11:30 - 13:00	Lunch, aanmelden gewenst
	13:30 - 14:30	Zwemmen
di 27	10:15 - 11:15	Yoga met Ilse
	12:30 - 15:30	Voetreflexmassage, op afspraak
	13:00 - 15:30	Beeldhouwen, schilderen en portrettekenen
wo 28	10:00 - 14:30	Massage Eddie, op afspraak
	10:30 - 12:00	Koffieochtend
do 29	13:00 - 14:00	Oncologische revalidatie, op afspraak

Deze email is verstuurd aan {{email}}.
Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden.

Verzonden met la posta