



Voor kwaliteit van leven  
met en na kanker



*“Ieder mens is uniek  
en op eigen wijze op zoek  
naar een balans, waarin  
de kwaliteit van leven  
centraal staat”*

## Maandkalender oktober 2020

### Wat kan Huis aan het Water voor u betekenen?

#### Algemeen Maandag t/m Vrijdag

- 9.00-17.00 Wilt u uw verhaal kwijt, heeft u een (hulp) vraag of wilt u oriënterend gesprek, wij zijn telefonisch bereikbaar op 0299-742790
- 9.00-17.00 Afspraken met psychologen/ psychotherapeuten en psychiaters middels beeldbellen, telefonisch én fysiek in Huis aan het Water

#### Maandag

- 9.00-10.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)
- 10.00-12.00 Wandelgroep, met elkaar wandelen op 1.5 meter afstand. Wilt u liever duo-wandelen? Dat kan, belt u dan met Marten Horjus 06-81874222
- 10.00-11.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)
- 11.00-12.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (>65 jaar)
- 13.00-14.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)

#### Dinsdag

- 10.30-12.00 Samen zingen in een kleine groep met Elly Machtel op 13 oktober
- 9.30-14.30 Acupunctuur bij neuropathieklachten tijdens chemotherapie (op afspraak)

#### Woensdag

- 9.00-15.00 Oedeemtherapie / Oncologische fysiotherapie (op afspraak)
- 11.00-12.00 Yoga, elke week via beeldbellen én fysiek in Huis aan het Water, wilt u meedoen, meldt u zich dan aan via [info@danielle-de-boer.nl](mailto:info@danielle-de-boer.nl).
- 14.30-15.30 Mobilizing Awareness
- 16.00-17.30 Kindersplash café, in de even weken bij mooi weer, 14 en 28 oktober

#### Donderdag

- 9.00-10.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)
- 10.00-11.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)
- 12.00-13.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (>65 jaar)
- 13.00-14.00 Verantwoord bewegen met en na kanker (alle leeftijden)
- 11.00-15.00 Schrijven helpt 15 en 22 oktober
- 10.00-15.00 Voetmassage 8, 15, 22 en 29 oktober 9op afspraak)

#### Vrijdag

- 13.00-17.00 Oedeemtherapie / Oncologische fysiotherapie (op afspraak)
- 9.30-11.30 Inlooptelier inhoudelijk beeldende groep o.l.v. Ellen Brouwer en Ali Plooijer
- 12.00-14.00 Inlooptelier algemene creativiteit beeldende groep o.l.v. Ellen Brouwer en Ali Plooijer

#### Overig (op afspraak, videobellen of telefonisch)

- Financieel adviesgesprek
- Re-integratie adviesgesprek
- Diëtik
- Gesprek omgaan met een beperkt levensperspectief
- Rouw- en Verliesbegeleiding
- Levensfase coaching
- Luister mee naar de podcast ‘Over Kanker Gesproken’ ;te vinden op Spotify, Anchor, Google Podcast
- Volg ons ook op facebook; ook daar vindt u bruikbare tips en adviezen

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

Voor het maken van een afspraak:  
0299-742 790 of via:

[info@stichtinghuisaanhetwater.nl](mailto:info@stichtinghuisaanhetwater.nl)