



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”*

[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)

## Maandkalender februari 2021

Huis aan het Water is deze maand alleen geopend voor noodzakelijke zorg. De sportgroepen, fysiotherapie en psychosociale ondersteuning zullen doorgaan onder bepaalde voorwaarden.

De (re)creatieve en lotgenotengroepen zullen veelal in alternatieve vormen doorgaan, uw begeleider brengt u hiervan op de hoogte.

### Algemeen Maandag t/m Vrijdag

- 9.00-17.00 Wilt u uw verhaal kwijt of heeft u een (hulp) vraag, 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 afhankelijk van uw wensen.
- 9.00-17.00 Heeft u onlangs te maken gekregen met kanker en wilt u weten wat Huis aan het Water voor u (ook in deze periode) kan betekenen, neem dan contact op via 0299-742790

### Maandag

- 8.30-17.00 Verantwoord bewegen met en na kanker, via beeldbellen én fysiek in Huis aan het Water. Er zijn 8 lessen verdeeld over de dag. Aanmelden is alleen mogelijk via Ryan Kreijne op [ryan@mentalhealthtraining.nl](mailto:ryan@mentalhealthtraining.nl)
- 10.00-12.00 Wandelgroep, duo wandelen met elkaar wandelen op 1.5 meter afstand. Dat kan, belt u dan met Marten Horjus 06-81874222

### Dinsdag

- 9.30-14.30 Acupunctuur bij neuropathieklachten tijdens chemotherapie (op afspraak)

### Woensdag

- 9.30-15.30 Oedeemtherapie / Oncologische fysiotherapie (op afspraak)
- 11.00-12.00 Yoga, elke week via beeldbellen én fysiek in Huis aan het Water, wilt u meedoen? Dat kan alleen op afspraak, meldt u zich dan aan via [info@danielle-de-boer.nl](mailto:info@danielle-de-boer.nl).
- 14.30-15.30 Mobilizing Awareness, via zoom én fysiek (max 2 mensen) bij Huis aan het Water
- 16.00-17.30 Kindersplash café, in de even weken bij goed weer buiten, 3 en 17 februari

### Donderdag

- 8.30-17.00 Verantwoord bewegen met en na kanker, via beeldbellen én fysiek in Huis aan het Water. Er zijn 8 lessen verdeeld over de dag. Aanmelden is alleen mogelijk via Ryan Kreijne op [ryan@mentalhealthtraining.nl](mailto:ryan@mentalhealthtraining.nl)
- 19.30-21.00 **4 februari “Zaanstreek Waterland Draait Door” livestream, u kijkt gratis mee via [www.wegwijzerbijkanker.nl](http://www.wegwijzerbijkanker.nl)**
- Hele dag **4 februari Teksttheater door Vincent de Rooij te bekijken via onze sociale media**

### 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, alleen op afspraak
- 12.00-14.00 Inlooptelier algemene creativiteit beeldende groep o.l.v. Ellen Brouwer en Ali Plooijer, alleen op afspraak

### Zaterdag

- 10.30-12.15 **6 februari: Online themabijeenkomst “Leven met kanker” ism Hematon**
- 13.00-14.30 **6 februari Online themabijeenkomst “Leven met kanker” ism Hematon**

Opgeven kan via [info@stichtinghuisaanhetwater.nl](mailto:info@stichtinghuisaanhetwater.nl)

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

- Financieel adviesgesprek
- Re-integratie adviesgesprek
- Diëtiëk
- 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