



Nieuwsbrief Inloophuis De Rose-Linde augustus 2021

Middels deze nieuwsbrief willen wij jullie op de hoogte houden van de recente ontwikkelingen en de komende activiteiten binnen het inloophuis. Kom gerust eens binnen voor een praatje. Voor vragen of verdere informatie kan je terecht bij de coördinator van het inloophuis Karen Suijkerbuijk-Ader, via info@inloophuisderoselinde.nl of via 0641282046.

Openingstijden en hervatten activiteiten

De openingstijden van het inloophuis zijn:

- Dinsdagochtenden, dondagochtenden en vrijdagochtenden, van 09.00 tot 12.00 uur.
- Maandagmiddag, dinsdagmiddag en dondagmiddag van 13.00 tot 16.30 uur.



Tijdens de openingstijden is er vrije koffie-inloop en zijn we ook bereikbaar op het nummer 0165-751276. Tevens zijn er weer terugkerende activiteiten. Deze vinden plaats in de ruimte naast de koffie-inloop of op een locatie elders, meer informatie hieronder. Bij alle activiteiten geldt dat we zoveel mogelijk gasten mee willen laten doen en de groepen zo flexibel mogelijk willen houden. Hierdoor kan het zijn dat je op een gegeven moment op een wachtlijst komt te staan, indien er te veel animo is voor een activiteit. Je kunt je tot uiterlijk 1 week voor aanvang van een activiteit aanmelden, waarbij de regel vol=vol geldt. Geef bij het aanmelden je naam, telefoonnummer en e-mailadres door.

Wat de activiteiten betreft werken wij vraaggericht en zijn over de uitvoering van de activiteiten in nauw contact met het Bravis-ziekenhuis, waarbij wij graag uitvoering willen geven aan de 12 leefgebieden van Bravis.

Wij vragen iedereen om in het inloophuis een gezonde afstand van elkaar te houden en bij binnenkomst de handen te desinfecteren. Vriendelijk verzoek om bij griepklachten thuis te blijven.

Rabo Clubsupport: stem je op ons inloophuis?

Rabobank Roosendaal investeert in de maatschappij en ondersteunt stichtingen en verenigingen. Leden van de Rabobank kunnen weer van 4 tot en met 24 oktober stemmen op hun favoriet. Iedere stem is geld waard! Kunnen wij rekenen op die van jou?

Stemmen kan via de Rabo Bankieren App. Kijk voor meer informatie op: www.rabobank.nl

Je vindt ons onder de naam: Inloophuis De Rose-Linde. Onze pagina: <https://www.rabobank.nl/leden/clubsupport/club-overzicht/clubdetail?id=247358>



Alvast bedankt voor jullie steun!

Bakken met Manuela



Per maandag 6 september kunnen gasten van het inloophuis weer bakken met Manuela in het Baklokaal (Boerkensleen 16 te Roosendaal). De workshop begint om 09.30 uur (inloop om 09.00 uur) en duurt tot circa 11.30 uur. De workshops vinden plaats op iedere eerste maandag van de maand. De data voor 2021 zijn: 6 september, 4 oktober, 1 november en 6 december 2021. Kosten bedragen € 7,50 euro per keer. Koffie/thee en de lekkere creatie is in deze prijs inbegrepen. Bij aanmelden geldt vol=vol, waarbij we

graag zoveel mogelijk gasten mee willen laten doen. Geef bij het aanmelden je telefoonnummer en e-mailadres door. Aanmelden kan via info@inloophuisderoselinde.nl, via een persoonlijk bericht via facebook of telefonisch via 0641282046.

Gespreksgroep: gevoelens toevertrouwen aan papier



"Kanker heeft ontzettend veel van mij genomen en hoe zwaar ik dit ook heb moeten ervaren, ik ben dankbaar voor de nieuwe dingen die uiteindelijk zijn gekomen.

Ja echt waar, een nieuwe weg is mij uiteindelijk gegeven en nu, ja nu ga ik al schijvend door het leven.

Schrijven en delen, ik kan het iedereen aanbevelen. Delen kan namelijk helen en dat, ja juist dat, deel ik graag met velen."

Foto en tekst: Angeliëna Huis

De pilot "Gevoelens toevertrouwen aan papier" onder leiding van Angeliëna Huis was een succes en zal voortgezet worden. Gevoelens van je af schrijven kan helpen bij de verwerking van emoties. Er is ruimte om te praten over je situatie, gevoel en leven. Hiermee wordt ook ruimte gecreëerd voor rust en verwerking. Het bijeenkomen vindt plaats in een vertrouwelijke setting en in een kleine groep (max 4 deelnemers). De groep komt in totaal 3 maal bijeen (steeds om de week). Bij interesse kan je je alvast opgeven. Zodra we een groep hebben, kan er gestart worden.

Keramieken

Het keramieken is weer begonnen! Nathalie Vrienten begeleidt zowel beginnende als gevorderde gasten van het inloophuis. Het keramieken vindt plaats iedere derde donderdagmiddag van de maand, van 13.30 tot 16.00 uur. De data voor 2021 zijn: 16 september, 21 oktober, 18 november en 16 december. De kosten zijn € 5,- per keer. Meld je uiterlijk een week voor aanvang aan en ook hierbij geldt vol=vol.



Bloemschikken



Iedere laatste woensdagmiddag van de maand vindt het bloemschikken plaats in het inloophuis, van 14.00 tot 15.00 uur. Dit zal gebeuren onder begeleiding van Riet Luisterburg. Ineke en Nelly Vermunt zijn er ook om onze gasten te begeleiden. Data in 2021 zijn: 25 augustus, 29 september, 27 oktober en 24 november 2021. De kosten bedragen €7,50 per keer. Meld je uiterlijk een week van te voren aan, vol=Vol.

Samen wandelen

Actieve tijdsbesteding met lotgenoten is waardevol. Iedere vrijdagochtend wordt er vanuit het inloophuis samen gewandeld. We verzamelen bij het inloophuis om 09.15 uur en zijn om 10.30 uur weer terug om samen een kopje koffie of thee te drinken. Wandel je mee?



Samen fietsen



Het inloophuis is gestart met een nieuwe bewegingsactiviteit, namelijk een klein uurtje op normale tempo samen in de natuur fietsen. Na afloop kan een kopje koffie gedronken worden in het inloophuis. Het samen fietsen is doorgaans op de donderdagmiddag, van 13.30 tot ongeveer 14.30 uur. De data in oktober en november zijn: 14 en 21 oktober, 4 en 11 november. Geef je alvast op, we horen graag van je.

Jeu des Boule

Gasten van de Rose-Linde spelen weer Jeu des Boule samen, iedere woensdag van 10.00 tot 11.00 uur bij wijkhuis De Wieken. Er zijn nog een paar plekken beschikbaar. Als je graag mee wilt doen, horen wij dat graag.



Samen buiten sporten



Bewegen is voor iedereen goed...en het hoeft echt niet altijd een opgave te zijn. Inloophuis De Rose-Linde is begonnen met een laagdrempelige bewegingsuurtje op sportpark Vierhoeven, speciaal voor gasten van het inloophuis. We gaan niet samen fitnesssen, accept ligt meer op het sociale. We werken hierbij samen met o.a. Sport Service Noord-Brabant (SSNB). Meer beweging werkt preventief, versterkt het immuunsysteem en helpt mee aan een gezond gewicht, wat de kans op herstel vergroot. Het bewegingsuurtje is doorgaans op de maandagmiddag, van 13.00 tot 14.00 uur. Precieze data volgen later. Als je geïnteresseerd bent, geef je dan alvast op!

Handwerken

Na het zomerreces gaan we weer starten met het handwerken, onder begeleiding van Marie-José Schepers. Samen creatief bezig zijn is goed voor de mentale gezondheid en verbetert je concentratie. Geef je alvast op. Ook bij het handwerken geldt dat we de groepen zo flexibel mogelijk willen houden om zoveel mogelijk mensen mee te laten doen. Het handwerken is tweemaal per maand, iedere tweede en vierde maandagmiddag van de maand, van 13.30 uur tot 16.00 uur. De data in 2021 zijn: 11 en 25 oktober, 8 en 22 november en 13 december.



Samen buiten met de scootmobiel

Ook voor mensen met een beperking willen we een buitenactiviteit opzetten, namelijk samen met bijvoorbeeld een scootmobiel of een driewieler buiten een route afleggen. Als dit je leuk lijkt, geef het dan ons aan. Wij zijn benieuwd of hier animo voor is en zullen daarna concrete data inplannen en leuke routes uitstippelen. Bedoeling is om dit wekelijks max. 30-60 minuten te doen, waarna een kopje koffie gedronken kan worden in het inloophuis. We horen graag van je.

Alle activiteiten op een rij

- Koffie-inloop iedere dinsdagochtend, donderdagochtend en vrijdagochtend van 09.00 tot 12.00 uur. Ook op maandagmiddag, dinsdagmiddag, donderdagmiddag van 13.00 tot 16.30 uur is er vrije koffie-inloop.
- Bakken met Manuela op iedere eerste maandag van de maand, inloop om 09.00 uur en start om 09.15 uur, tot max. 11.30 uur. Data 2021: 6 september, 4 oktober, 1 november en 6 december 2021.
- Keramieken op iedere derde donderdag van de maand, van 13.30 tot 16.00 uur. De data 2021 zijn: 16 september, 21 oktober, 18 november en 16 december.
- Bloemschikken iedere laatste woensdag van de maand, van 14.00 tot 15.00 uur. Data in 2021 zijn: 25 augustus, 29 september, 27 oktober en 24 november 2021.
- Gespreksgroepen onder leiding van Angeliena Huis doorgaans op de donderdagmiddagen van 13.00 tot 16.00 uur. Data volgen bij aanmelding.
- Samen wandelen, iedere vrijdagochtend van 09.15 uur tot 10.30 uur.

- Jeu des Boulen, iedere woensdag van 10.00 tot 11.00 uur bij wijkhuis De Wieken.
- Samen buiten sporten, doorgaans op maandagmiddag van 13.00 tot 14.00 uur. Data volgen.
- Samen fietsen de donderdagmiddagen 14 en 21 oktober, 4 en 11 november, van 13.30 tot ongeveer 14.30 uur.
- Handwerken, tweemaal per maand op de tweede en vierde maandagmiddagen van de maand, van 13.30 tot 16.00 uur. De data in 2021 zijn: 11 en 25 oktober, 8 en 22 november en 13 december.
- Samen buiten met de scootmobiel, data volgen later.

Contact

Je kan op verschillende manieren contact met ons opnemen. De coördinator van het inloophuis Karen Suijkerbuijk-Ader is telefonisch te bereiken via 0641282046 (niet bereikbaar via whatsapp). Spreek bij geen gehoor een boodschap in om teruggebeld te worden.

E-mail: info@inloophuisderoselinde.nl

Facebook: <https://www.facebook.com/inloophuisderoselinde>

Instagram: <https://www.instagram.com/roselindeinloophuis/>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/72007808/admin/>