



November 2023

Van de coördinator

Wat wordt er veel informatie gedeeld tijdens de gesprekken in het Inloophuis. Er worden zorgen gedeeld, bijvoorbeeld over de komende warmtetransitie in de wijk Schothorst, of juist over persoonlijke zaken, maar vaak ook wordt er gelachen en vertelt men over leuke ervaringen. Handig is het als een ander je een tip kan geven waarmee je verder komt. Fijn is het als je herkenning vindt bij een ander. Ik hoor tijdens mijn werk hele bijzondere gesprekken; gekke gesprekken, warme gesprekken, soms ook minder leuke gesprekken, maar altijd met een lekkere kop koffie of thee en vooral even zonder haast. Dit is ook het 7^e kenmerk van de presentiebenadering waar je hieronder meer over leest. We gaan deze maand ook weer beginnen met de filmmiddagen en er staan 2 leuke workshops op het programma waar je gratis aan mee kunt doen. Je leest er meer over in deze nieuwsbrief.

Misschien tot ziens in het Inloophuis, maar haast je niet!
Hartelijke groet, Ineke Opstal



7^e Kenmerk Presentiebenadering: Je past je tempo aan

Soms overlaad je mensen met vragen of informatie. Iemand kan zich daardoor overonderd of niet gehoord voelen. Het voelt het fijnst als je je tempo aanpast aan de ander. Probeer dus niet zo snel mogelijk informatie te achterhalen, maar neem de tijd en gun de ander de tijd om te vertellen. Je werkt dus niet volgens een vooraf vastgesteld plan, maar sluit ongehaast aan bij wat de ander nodig heeft.

Nieuws over onze activiteiten

Inloop

Maandag 14:00 – 16:00 uur
Donderdag 14:00 – 16:00 uur

Dinsdag 10:00 – 12:00 uur
Vrijdag 14:00 – 16:00 uur

Woensdag 10:00 – 12:00 uur
Zondag 14:00 – 16:00 uur

Kinderhuiskamer

Elke dinsdagmiddag inloop voor kinderen van groep 5 t/m 8 van 14:15 – 16:30 uur.

Haardpraat

De eerstvolgende haardpraat is weer op vrijdag 24 november.

Wijkmaaltijden

Onze wijkmaaltijden zijn deze maand op: 1, 8, 15 en 22 en 29 november.

18:00 – 20:00 uur (inloop vanaf 17:30 uur). Opgeven kan iedere week tot maandag 15:00 uur.

Inspiratiemoment

Iedere maandagavond van 19:30 tot 20:00 uur in de Hoeksteen, waar het Inloophuis aan meewerkt. We lezen een korte tekst, overwegen dat in stilte, zingen liederen en steken een lichtje aan voor iemand of iets wat de aandacht nodig heeft. Wees welkom!

Donderdag 9 november, 10:00 uur – 12:00 uur: Workshop voetreflexmassage

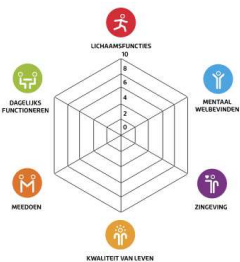
In Inloophuis Schothorst. Deelname is gratis.

Graag opgeven via info@inloophuisschothorst.nl of Tel 033 – 4801902.

Voetreflextherapie gaat uit van de gedachte dat elk orgaan vertegenwoordigd wordt op de voet. Door een impuls op elke locatie te geven wordt het onderliggende orgaan gestimuleerd om beter te functioneren.

In de workshop geeft Henny Timmerman uitleg over de behandeling aan de hand van een poster.

Zo kan ze elk orgaan aanwijzen zoals het op voet zit. Daarna zal ze iemand uitnodigen om een korte behandeling te ervaren.



Donderdag 23 november: Workshop Positieve Gezondheid

Voor iedereen die op een leuke manier wil kijken hoe je met een klein stapje een positieve verandering kunt maken in je eigen leven. Wat maakt jouw leven betekenisvol en waar wil je meer aandacht aan geven?

Van 10:00-12:00 uur in Inloophuis Schothorst. Deelname is gratis.

Aanmelden bij info@inloophuisschothorst.nl of bel tijdens onze openingstijden.

Uit de buurt

Bijeenkomsten Leuk Ouder Worden – in de Huiskamer van 't Middelpunt –

De bijeenkomsten zijn bedoeld voor inwoners van ca 55 jaar en ouder, die de kwaliteit van de rest van hun leven optimaal willen maken of houden. We wisselen de informatie uit die nodig is om weloverwogen te kunnen beslissen over allerlei onderwerpen. Meedoen is gratis, net als de koffie en de thee. Graag aanmelden via workshopsmiddelpunt@gmail.com. of laat een briefje met je naam en telefoonnummer achter in het postvak van Margriet Guiver in 't Middelpunt.

Maandag 13 november, 19:30 – 21:30 uur: Administratie en belastingen

Vrijdag 17 november, 10:00 – 12:00 uur: Euthanasie en palliatieve zorg, behandelwensen.

Van het bestuur

Het wordt herfst, de blaadjes kleuren en vallen van de bomen, het wordt alweer vroeg donker. De wereld om ons heen is kleurrijk, maar we horen ook van donkerheid en onveiligheid op verschillende plekken op onze aarde.

We wensen de wereldleiders wijsheid toe, zodat er uitzicht is op een veilige plek voor iedereen.

En hier in Schothorst wil het Inloophuis zo'n veilige plek zijn, waar iedereen welkom is.

Graag deel ik een gedicht van Jaap Zijlstra over de herfst, waarin hij licht en ruimte schept.

*"Met elk blad dat valt,
Valt meer licht op de aarde
Komt meer uitzicht vrij.*

*Met elk blad dat valt
Staan we scherper getekend,
Valt meer hemel ons bij".*

Voor ieder van ons de nabijheid van dat hemelse licht gewenst in de komende tijd.

Reina, Ruurd, Evert en Willy.

info@inloophuisschothorst.nl. T:0334801902

Lancelotpad 18, Amersfoort

www.inloophuisschothorst.nl

of volg ons op facebook 

STICHTING
INLOOPHUIZEN
AMERSFOORT 