

Nieuwe workshops in het Marikenhuis

In de tweede helft van februari organiseert het Marikenhuis twee nieuwe workshops en speciaal voor jongvolwassenen een meet-up met soep.

Aanmelding voor de activiteiten kan via de agenda op de website <https://www.marikenhuis.nl>.

Het Marikenhuis is een inloopcentrum voor mensen met en na kanker. Het adres is Slotemaker de Bruïneweg 163 in Nijmegen. Naast de activiteiten ben je welkom bij de open inloop van maandag t/m donderdag van 13.00 tot 16.00 uur.

Workshop handmassage op maandag 26 februari om 14.00 uur.

In deze workshop maak je kennis met handmassage en ontdek je hoe handmassage rust en ruimte geeft en zorgt voor een prettig gevoel. Je masseert en ontvangt massage samen met andere deelnemers in een kleine groep. Masseuse Anneke van Ginkel, vrijwilliger bij het Marikenhuis, heeft veel ervaring met handmassage en legt uit wat de mogelijkheden zijn. Na afloop krijg je uitleg mee over hoe je er thuis mee aan de slag kunt gaan. Neem gerust een vriend(in) of familielid mee. Deelname kost € 2,50 per deelnemer.

Snert eten met AYA's op dinsdag 27 februari om 18.00 - 20.00 uur.

AYA's zijn Adolescents and Young Adults, ofwel jongvolwassenen tussen 18 en 39 jaar. We organiseren maandelijks meet-ups voor AYA's die kanker hebben of de ziekte hebben gehad. Het is een mooie manier om elkaar te ontmoeten, te delen wat je kwijt wil en om kennis te maken met het Marikenhuis. De meet-ups hebben telkens een andere invulling. In deze wintermaand eten we samen snert. Vrienden en familie van de AYA zijn ook welkom. Kom een hapje mee eten. Deelname kost € 2,50 per deelnemer.

Flamencodansen op donderdag 29 februari van 10.00 – 12.00 uur.

In deze workshop proeven we een beetje van wat de flamencodans inhoudt.

Dat betekent ritmes stampen, klappen, luisteren naar het compás, het ritme van de flamenco. Elegant met de handen en polsen draaien hoort er ook bij evenals een trotse en juiste houding aanleren. Ida van Ommen, docent bij de Lindenberg, verzorgt de workshop, met live begeleiding door een flamencogitarist. Trek je mooiste (Spaanse) kleurige kleding aan, schoenen waar je mee kunt stampen, een bloem in het haar... en doe mee!

Voor deze workshop vragen we een bijdrage van € 2,50.