huyse nestelt
nazorg en steun telt

# Nesteltnieuws

Maart - April 2026

## Inloophuis

voor iedereen die geraakt wordt door kanker

## Overzicht:


- Kalender maart & april
- Hallo lente!
- Het NesteltCafé
- Nieuwtjes om te delen
- Ons kompas
- Oproepen en dankwoord


Roze 150, 9900 Eeklo

Schrijf hier in:

# Kalender

## Maart

| Maandag | Dinsdag | | Donderdag | Vrijdag |
|---|---|---|---|---|
| 02/03<br>Gesloten | 03/03<br>09.30u<br>Initiatieles - Yoga | | 05/03<br>Gesloten | 06/03<br>Gesloten |
| 09/03 | 10/03<br>14.00u<br>Open Kaart - Samen in gesprek<br> | | 12/03<br>14.00u<br>Samen wandelen | 13/03 |
| 16/03<br>14.00u<br>CreaNest - Intuïtief schilderen | 17/03<br>11.30u<br>Lunch | | 19/03<br>14.00u<br>Gezelschapsspelen<br> | 20/03<br>14.00u<br>CreaNest - Bolletje wol |
| 23/03 | 24/03<br>14.00u<br>NesteltCafé<br> | | 26/03<br>14.00u<br>Samen wandelen | 27/03<br>10.00u<br>Activiteit met de Boezemvriendinnen |
| 30/03<br>14.00u<br>Zoet ont-moet | 31/03 | | | |

Voor de meest up-to-date kalender neem je best een kijkje op onze website.
Voor bijna alle activiteiten vragen we om vooraf in te schrijven.

Schrijf hier in:

# Kalender

## April

| Maandag | Dinsdag | | Donderdag | Vrijdag |
|---|---|---|---|---|
| | | | 02/04<br>14.00u<br>Bloemschikken thema pasen | 03/04<br>14.00u<br>CreaNest - Bolletje wol<br> |
| 06/04 | 07/04<br>14.00u<br>Paasfeestje<br> | | 09/04<br>14.00u<br>Lente-wandeling | 10/04 |
| 13/04<br>11.30u<br>Samen soepen | 14/04 | | 16/04<br>14.00u<br>NesteltCafé | 17/04 |
| 20/04 | 21/04<br>111.30u<br>Samen Koken | | 23/04<br>14.00u<br>Samen wandelen<br> | 24/04 |
| 27/04 | 28/04<br>09.30u<br>Initiatieles Yoga<br> | | 30/04<br>14.00u<br>Open Kaart - Samen in gesprek | |

Voor de meest up-to-date kalender neem je best een kijkje op onze website.
Voor bijna alle activiteiten vragen we om vooraf in te schrijven.

# Hallo lente!

De dagen worden langer, de vogels laten zich opnieuw horen en hier en daar verschijnen voorzichtig de eerste knopjes aan de bomen. Het is het stille teken dat de lente in aantocht is. We komen langzaam uit onze schulp en beginnen weer te verlangen naar licht en warmte. Naar die kleine momenten waarop de zon zacht je huid raakt en een eenvoudige wandeling in de natuur plots zo rijk aan geuren en kleuren voelt. Neem het maar in je op.
Ook binnen Huyse Nestelt voelen we die voorzichtige groei. Ons huis is de vruchtbare bodem, jullie zijn de zaadjes die hier wortel schieten, en ons team zorgt elke dag met toewijding voor het nodige water en de zorg. Laat de lente nu maar het zonlicht zijn dat ons samen doet bloeien.
Wij kijken ernaar uit jullie te mogen verwelkomen in ons huis, samen met de lente die we met open armen ontvangen.

## samen in de lente

Het licht komt weer wat dichterbij,
een zachte glans in elke kamer.
Een nieuw begin in kleine dingen,
een warme lach, een helpende
hand.
Hier wortelt rust in goede zorg,
hier groeit vertrouwen elke dag.
En met de lente aan het raam
bloeien wij
samen, stap voor stap.

# Het NesteltCafé

Dit zijn onze open momenten, zonder inschrijving, zonder verplichtingen. Je bent welkom om gewoon binnen te wandelen wanneer het voor jou past, binnen de openingsuren.

Tijdens het NesteltCafé wordt ons huis een klein, warm cafétje. Een plek waar je kan genieten van een drankje en van de sfeer van Huyse Nestelt. Neem rustig plaats in onze zetel met een boek, speel een gezelschapsspel, geniet van onze tuin wanneer het weer het toelaat, of wees gewoon samen.

Je mag komen met wie je wil, ons huis staat open voor iedereen die Huyse Nestelt wil leren kennen.

We werken met een vrije bijdrage voor basis koffie, thee en water. Andere drankjes zijn verkrijgbaar aan een lage prijs (tussen €1 en €3).
De momenten waarop het NesteltCafé doorgaat, vind je steeds terug op onze website en kalender.

Het NesteltCafé is telkens geopend van 14u tot 16u.
We kijken ernaar uit je te mogen verwelkomen!

# nieuwtjes om te delen

Een nieuwsbrief zou geen nieuwsbrief zijn als we onze nieuwe dingen niet zouden delen. Huyse Nestelt groeit en bloeit waar mogelijk om zo goed mogelijk steun en nazorg te bieden aan onze gasten. Als inloophuis delen we  daarom graag op deze pagina dan ook graag kleine, grote en fijne nieuwtjes.

dag v/d zorg

## opendeurdag tijdens dag v/d zorg

Op 15 maart openen we van 10u tot 17u de deuren van Huyse Nestelt voor iedereen die graag wil ontdekken wie we zijn en wat we doen.
Tijdens deze open dag leer je ons huis, onze werking en onze warme mensen kennen. Je krijgt een rondleiding, kan iets drinken en eten, en deelnemen aan kleine activiteiten om de sfeer echt te beleven.
Ben je al eens langs geweest? Dan is dit het ideale moment om ook je naasten en geliefden mee te brengen en hen te laten kennismaken met ons huis. Iedereen is van harte welkom om te ontdekken, te ontmoeten en zich thuis te voelen.

## samen koken, bakken en lunch

Hou je van gezelligheid rond eten? Bij Huyse Nestelt ben je van harte welkom voor onze activiteiten samen koken, samen bakken of samen lunchen.
Tijdens het koken en bakken ga je actief mee aan de slag met lekkere, gezonde receptjes van Stichting tegen Kanker. We leren van elkaar, ontdekken nieuwe smaken en genieten van wat we samen maken.
Kom je liever gewoon mee tafelen? Tijdens onze lunchmomenten schuif je gezellig aan en geniet je van een heerlijke maaltijd in fijn gezelschap.
Of je nu meedoet in de keuken of aan tafel, het draait om samen zijn en samen genieten.

stichting tegen kanker

# ons kompas

Bij Huyse Nestelt laten we ons leiden door drie pijlers: Ontmoeten, Veerkracht en Wegwijzer. Ze vormen samen ons kompas en helpen ons richting te geven aan alles wat we doen. In elke editie van deze nieuwsbrief delen we bij elke pijler een kleine tip of inspiratie, iets kleins dat je kan meenemen in je dag, iets dat kan verbinden, versterken of de weg wijzen.

## ontmoeten

Nu het weer bijna lente zal onze tuin opnieuw beschikbaar zijn. Kom tijdens het NesteltCafé of andere activiteit af en zet, leg of vertoef je in onze heerlijke tuin met een lekker kopje thee of koffie. Een echt momentje van ont-moeten ;-)

## veerkracht

Kom in beweging met Huyse Nestelt, stap voor stap...
Twee keer in de maand organiseren we een wandeling want niets is er zaliger dan buiten in beweging komen. We houden het altijd laagdrempelig en proberen vooral te genieten van de natuur en het gezelschap.

## wegwijzer

Ken jij het oncorevalidatie-programma van AZ Alma 'FitHerleven' al? FitHerleven omvat een groepstherapie bestande uit een training in circuitvorm in combinatie met krachttraining van alle spiergroepen. Bijkomend wisselen matoefeningen en relaxatietherapie elkaar af en zijn er een aantal interessante workshops die te volgen zijn. Je kan ook bij FitHerleven terecht wanneer jouw behandeling niet in AZ Alma plaatsvond.
Contact: fitherleven@azalma.be

## waar droom jij nog van?

Huyse Nestelt wil groeien, bloeien en vooral luisteren naar jullie. Daarom vinden we het belangrijk dat jullie inspraak hebben in ons huis, want dit huis is er tenslotte voor jullie.
Scan de QR-code en deel jouw droom met ons.

## wil je op de hoogte blijven van Huyse Nestelt?

Schrijf je via onze website in voor de nieuwsbrief en ontvang ze elke twee maanden rechtstreeks in je mailbox.

Volg ons ook op sociale media:
Instagram → @huysenestelt
Facebook → vzw Huyse Nestelt

## word jij onze nieuwe vrijwilliger?

Hou jij ervan om er voor anderen te zijn?

Mogelijkheden als vrijwilliger binnen huyse nestelt:

- Onthaal/ luisterend oor bieden
- Workshop begeleiden
- Handige klusjes doen
- Helpen bij evenementen/ occasioneel
- Zorgmassage of verwenmomenten geven

"Bij Huyse Nestelt maak jij als vrijwilliger écht het verschil voor iedereen die geraakt is door kanker. Wij kijken naar jouw talenten, wensen en mogelijkheden."

Interesse?
Mail dan naar jade@vzwhuysenestelt.be
We maken graag kennis met jou!
Samen maken we van Huyse Nestelt een nog warmere plek.

## bankjewel aan...

az alma zorg met een hart

stichting tegen kanker

Kom op tegen Kanker

Sint-Jan PSYCHIATRISCH ZIEKENHUIS GGZ Philippus Neri

provincie Oost-Vlaanderen

Weeklo

wijkcentrum DE KRING

Lokaal Dienstencentrum Zonneheem

SJANKARA Inspired by the essence of nature

ZenGrowth

Gratis kennismakingles met eenvoudige yogaoefeningen

# Initiatie yoga

- Voor wie op een rustige manier wil bewegen
- Voor wie terug in beweging wil komen
- Voor wie door een aandoening beperkt is in zijn beweegmogelijkheden
- Lesgever Hendrik zorgt voor een haalbare les en houdt rekening met jouw mogelijkheden en beperkingen
- Uitleg over de yoga- en andere beweegmogelijkheden bij Sportclub Boezjeern

Op dinsdag 3 februari, 3 maart en 28 april - 9u30 - 10u30
Sportpark Eeklo, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo

Inschrijven tot de vrijdag voordien kan via www.vzwhuysenestelt.be of via deze link:
3 februari, 3 maart, 28 april.

dag v/d zorg

huyse nestelt
nazorg en steun telt

**inloophuis voor iedereen die geraakt wordt door kanker**

- **Zondag 15 maart**
- **Van 10u tot 17u**
- **Roze 150, Eeklo**
- **Huyse Nestelt vzw**

# OPEN DEUR