

Nieuwsbrief maart 2026

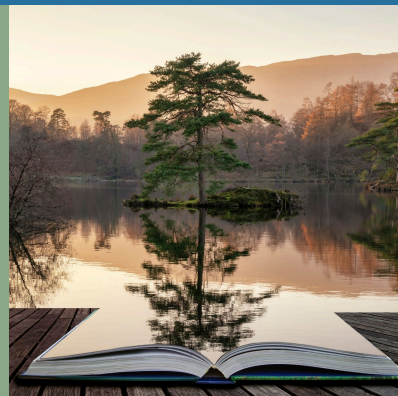


Infosessie: Bord vol vragen

Na kanker is gezond eten vaak een prioriteit, maar de overvloed aan adviezen zorgt soms voor onrust. Tijdens een infosessie die we samen met [het LKI](#) organiseren, scheiden we feiten van fabels. Van harte welkom op dinsdag 21 april om 10u. Inschrijven kan [via de website](#), deelnemen is gratis.

Mindfulness bij kanker: nieuwe sessies

Mindfulness ondersteunt je in het stap voor stap omgaan met je kankerervaring, en in het loslaten van angst en stress. Vanaf woensdag 22 april bieden we een nieuwe 6-delige reeks aan met Mayke Poesen, in [De Wintertuin](#). Deelnemen is zoals steeds gratis, maar [inschrijven](#) is wel verplicht.

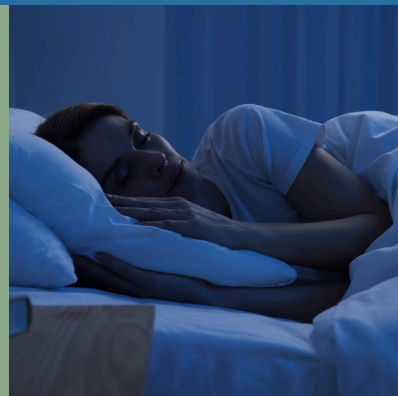


AYA Café: True crime in Het Depot

Ben je een jongere of jongvolwassene met kanker? Dan nemen we je graag mee naar de liveshow van de populaire podcast 'De Volksjury', met Laura & Silke. Afspraak op donderdag 23 april in Het Depot. De plaatsen zijn beperkt, snel [inschrijven](#) is de boodschap!

De kracht van slaap

Slaap ondersteunt je herstel, maar na een intense of stressvolle ervaring is een mindere nachtrust soms een aanhoudend probleem. In een infosessie op donderdag 7 mei legt een slaapexperte van UZ Leuven uit hoe je een gezond slaapritme kunt (terug)vinden. Inschrijven kan [via de website](#). In samenwerking met het LKI.





Een origineel initiatief voor ons Inloophuis!

Op 24 februari namen maar liefst 50 ploegen het tegen elkaar op tijdens de jaarlijkse voetbalquiz van vriendengroep 'de Kiekefretters'. In de lounge van OH Leuven heerste een gezellige sfeer. Dankzij de gulle deelnemers en een perfecte organisatie bracht de quiz niet minder dan 4075 euro op!

Toppers achter de schermen

Wist je dat ons Inloophuis ook achter de schermen op topvrijwilligers kan rekenen? Vera is een meester in het verwerken van gegevens en het opstellen van plannings, en Ingrid zorgt elke week voor een huis dat niet alleen spic & span is, maar ook mooi gedecoreerd! Het mag eens gezegd worden, dikke pluim!



www.inloophuisleuven.be

Koning Leopold I-sstraat 33, 3000 Leuven, 016 19 07 07

Je ontvangt deze mail omdat je hiervoor inschreef of omdat je ons project steunt.

