

## De Hof van Kairos

De Hof van Kairos ligt in het coulisselandschap van Winterswijk. Een prachtig oud landschap. Hof betekent omheinde tuin. Dat wil de Hof ook uitstralen: een veilige en welkome plek. De Hof is gesitueerd in en rond een oude tuindersboerderij.

Naast het aanbod voor mensen met en na de diagnose kanker verzorgt de Hof ook retraites voor mensen die om andere redenen verlangen naar rust en verstillling. De Hof beschikt ook over een retraitehuisje waar je individueel een paar dagen kunt verblijven. Alleen of met een naaste. Van harte welkom.

## Stichting

De activiteiten van de Hof van Kairos zijn ondergebracht in de Stichting Hof van Kairos. Zij is ontstaan vanuit een ideële basis. De stichting is voor een gedeelte afhankelijk van inkomsten uit sponsoring en donaties. Voor verdere informatie daarover verwijzen wij naar de website.

## Contact

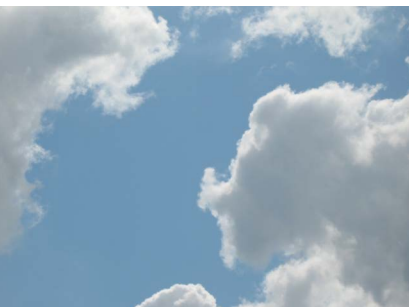
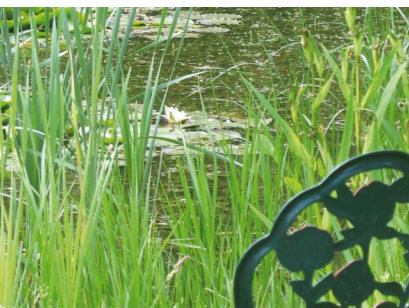
Stichting Hof van Kairos  
Ria Hengeveld  
Vosseveldseweg 17  
7107 AD Winterswijk Kotten  
T 0543-563763  
info@hofvankairos.nl  
www.hofvankairos.nl

# Hof van Kairos

ruimte voor rust, bezinning en inspiratie



Retraites voor mensen met en na de diagnose kanker



## De Hof van Kairos

De Hof van Kairos is een prachtige plek in het buitengebied van Winterswijk, waar je enkele dagen kunt verblijven om tot jezelf te komen. De Hof is ontstaan vanuit het verlangen een plek te creëren rond heling en levenskracht. In het bijzonder voor mensen met en na de diagnose kanker.

Kairos verwijst naar de tijd voorbij de gewone kloktijd. De ruimte die je ervaart als je stil wordt, inkeert, rust en ontspant. Waarin je jezelf hervindt.

## Hier raak ik mijn kern en ben ik geen ziekte

Als je kanker krijgt, wordt je geraakt in de grond van je bestaan. Je wordt geconfronteerd met vragen over leven en dood, met pijn en onzekerheid. Niets is meer vanzelfsprekend.

Dan is het de kunst om je weg in het leven weer te vinden. Hierin kan het helpend zijn om je een paar dagen terug te trekken uit je gewone dagelijkse bestaan en ruimte te nemen voor jezelf. Om met aandacht stil te staan bij wat de diagnose kanker in jouw leven betekent en te ervaren wie je nog meer bent dan deze ziekte. Wie je in wezen bent, en wat jou kan ondersteunen bij het genereren van hernieuwde levenskracht en levenszin.

*Toen ik kanker kreeg heb ik ervaringen gehad die ik anders nooit had gehad. . . pijn, verlorenheid, nederigheid, kennis van mijn eigen innerlijke kracht die mij blijft verbazen, en meer dingen die ik heb ontdekt omdat ik pas op de plaats moest maken, mijn leven moest herwaarderen en verder gaan. . .*

Freda Naylor

## Aanbod

### Retraites

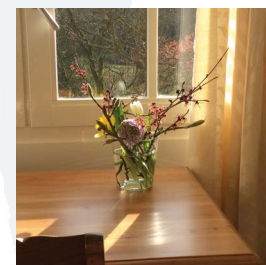
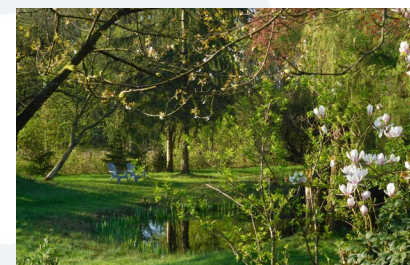
Een retraite: vier dagen van rust en ruimte waarin je jezelf hervindt.

Met behulp van de omringende natuur, de stilte, het programma, de heerlijke en gezonde maaltijden wordt je uitgenodigd om letterlijk en figuurlijk tot rust te komen en te luisteren naar jezelf. Te ervaren hoe het met je is en wat je verlangt in deze tijd van leven. Basis van heling en levenskracht. Periodes waarin je op jezelf bent, wisselen af met periodes van ontmoetingen met anderen.

Naast de retraites voor iedereen die kanker heeft (ongeacht de fase) zijn er specifieke retraites voor jongvolwassenen/AYA's.

Binnen de retraites wordt gebruik gemaakt van ondersteunende methodieken als meditatie, aandachtsoefeningen, yoga, massages en creatieve expressie.

Het aanbod op de Hof van Kairos is aanvullend op de bestaande psychosociale oncologische zorg. Het actuele aanbod is te vinden op de website van de Stichting Hof van Kairos [www.hofvankairos.nl](http://www.hofvankairos.nl)



### Een aantal ervaringen...

*Tijdens mijn herstelproces ben ik vaak hard aan het werk. Ik werk hard om te accepteren dat ik ziek ben geworden, om positief te blijven, om het leven weer op te pakken en om geloof te houden in een goede toekomst. Tijdens de retraite viel dat harde werken even helemaal stil. Ik voelde me gedragen. Er ontstond ruimte voor ontspanning en overgave, en er begon weer energie te stromen...*

*De rust en de zorg die je in de Hof ontvangt, lijken wel uit de muren te komen. Alles gebeurt met werkelijke aandacht.*

*Twijfel, angst en eenzaamheid verdwenen even naar de achtergrond. Het werd stil in mij. Er ontstond ruimte om de nieuwe ontdekkingen en ervaringen van de afgelopen periode hun plek te laten vinden.*

**‘We zijn allemaal voorbijgangers en pelgrims. Laten we dus een vuur aansteken op het kruispunt van de wegen. Laten we van deze plek een tempel maken in de wind.’**

Uit het vuurgebed van Lanzo del Vasto