

## U BENT VAN HARTE WELKOM!



### Aangepaste openingstijden:

Dinsdag	van 10.30 - 13.00 uur
Woensdag	van 10.30 - 13.00 uur
Donderdag	van 10.30 - 13.00 uur

Gesloten van 24 december t/m 3 januari

Singel 28 - 3311 SJ Dordrecht 078-7370062

Voor informatie kijk op onze website [www.inloophuishelianthus.nl](http://www.inloophuishelianthus.nl) en op Facebook

**Deelname activiteiten op inschrijving** via [inschrijven@inloophuishelianthus.nl](mailto:inschrijven@inloophuishelianthus.nl)

of telefonisch tijdens onze openingstijden 078-7370062.

Voor de meeste activiteiten wordt een kleine bijdrage gevraagd.

# januari 2022



### Vaste activiteiten:

iedere <b>dinsdag</b>	10.30 - 11.30 uur	<b>Zanggroep</b> thema: Het nieuwe jaar inluiden
	11.00 - 12.00 uur	<b>1-op-1 gesprek op afspraak</b> (ook telefonisch)
	12.00 - 13.00 uur	<b>Qigong /Tai Chi</b> oefeningen voor welbevinden van lichaam en geest
iedere <b>woensdag</b>	11.00 - 12.00 uur	<b>Yoga</b> ontspannen door lichamelijke oefeningen
	11.00 - 12.00 uur	<b>1-op-1 gesprek op afspraak</b> (ook telefonisch)
	11.00 - 13.00 uur	<b>Maak uw eigen aquarel</b>
iedere <b>donderdag</b>	10.30 - 12.30 uur	<b>Brei- en haakcafé</b>
	11.00 - 12.00 uur	<b>1-op-1 gesprek op afspraak</b> (ook telefonisch)
	11.30 - 12.30 uur	<b>Yoga</b> ontspannen door lichamelijke oefeningen

**Wij houden ons aan de richtlijnen van het RIVM**

## Gezocht: vrijwilligers!

Helianthus is een centrum voor leven met en na kanker. De organisatie draait op de inzet van vrijwilligers. Op dit moment zijn er zo'n 35 vrijwilligers betrokken bij het centrum. Wegens groei van de organisatie zijn wij op zoek naar uitbreiding van het vrijwilligersbestand.

Wij zoeken vrijwilligers voor de volgende vacatures:

- Gastheer / gastvrouw
- Communicatie + PR
- Fondsenwerver

Draag jij Helianthus een warm hart toe en lijkt het je leuk om je een dagdeel in de week in te zetten voor onze doelgroep? Neem dan snel contact met ons op.

