

U BENT VAN HARTE WELKOM!



Openingstijden:

Dinsdag	van 10.30 - 16.30 uur
Woensdag	van 10.30 - 16.30 uur
Donderdag	van 10.30 - 16.30 uur
Eerste zaterdag van de maand	van 10.30 - 14.00 uur

Singel 28 - 3311 SJ Dordrecht 078-7370062

Voor informatie kijk op onze website www.inloophuishelianthus.nl en op Facebook

Deelname activiteiten op inschrijving via inschrijven@inloophuishelianthus.nl

of telefonisch tijdens onze openingstijden 078-7370062.

Voor de meeste activiteiten wordt een kleine bijdrage gevraagd.

juni 2022

Vaste activiteiten:

iedere dinsdag	10.30 - 11.30 uur	Zanggroep
	11.00 - 12.00 uur	1-op-1 gesprek op afspraak (ook telefonisch)
	14.00 - 15.00 uur	Tai Chi oefeningen voor welbevinden van lichaam en geest
iedere woensdag	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen
	11.00 - 12.00 uur	1-op-1 gesprek op afspraak (ook telefonisch)
iedere donderdag	10.30 - 12.30 uur	Brei- en haakcafé
	11.00 - 12.00 uur	1-op-1 gesprek op afspraak (ook telefonisch)
	14.00 - 15.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen

Week 22

Extra programmering:

woensdag	1-jun	14.00 + 15.00 uur	Rug/schoudermassage
woensdag	1-jun	14.00 - 16.00 uur	Creatieve workshop: Omcirkel je emoties o.l.v Jonelle van der Spek
donderdag	2-jun	10.30 - 12.30 uur	Reiki sessies: verzorgd door Stichting ZoMa
zaterdag	4-jun	10.30 - 12.30 uur	Bezoek aan het atelier van Gerhard Lentink
		12.30 - 14.00 uur	Lunch

Week 23

woensdag	8-jun	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
woensdag	8-jun	14.00 - 16.00 uur	Creatieve workshop: Maak je eigen pastel o.l.v Jonelle van der Spek

Week 24

woensdag	15-jun	14.00 + 15.00 uur	Rug/schoudermassage
vrijdag	17-jun	13.00 - 18.00 uur	Bachkliniek (onderdeel van het Bachfestival)

Week 25

woensdag	22-jun	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
donderdag	23-jun	14.00 - 16.00 uur	Workshop: Maak je eigen bloemenlichtje o.l.v Rika Bieren

Week 26

woensdag	29-jun	14.00 + 15.00 uur	Rug/schoudermassage
donderdag	30-jun	13.30 - 15.30 uur	Workshop: Huidverzorging met Oriflame producten
donderdag	30-jun	10.30 - 12.30 uur	Reiki sessies: verzorgd door Stichting ZoMa

Vrijdag 17 juni opent Helianthus haar deuren voor de Bachkliniek!

Zie onze nieuwsbrief voor meer informatie en schrijf je snel in via:

inschrijven@inloophuishelianthus.nl