

U BENT VAN HARTE WELKOM!



Centrum voor Leven met en na kanker

Let op! aangepaste openingstijden:

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

juli en augustus 2022

Juli

Iedere:			
Dinsdag	10.45 - 11.45 uur	Tai Chi	alleen op 5/7
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Woensdag	10.30 en 11.30 uur	13/7 en 27/7 Rug/schouder massage, op afspraak	
	10.30 en 11.30 uur	6/7 en 20/7 Voetmassage, op afspraak	
	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Donderdag	10.30 - 12.30 uur	Brei- en haakcafé	
	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Zaterdag	2-jul 10.00 - 12.30 uur	Varen in de Biesbosch op elektrische boot vol=vol	
	12.30 - 14.00 uur	Lunch in Helianthus	

Augustus

Iedere:			
Dinsdag	10.45 - 11.45 uur	Tai Chi	alleen op 23/8 en 30/8
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Woensdag	10.30 en 11.30 uur	10/7 en 24/7 Rug/schouder massage, op afspraak	
	10.30 en 11.30 uur	3/7 en 17/7 Voetmassage, op afspraak	
	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Donderdag	10.30 - 12.30 uur	Brei- en haakcafé	
	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	11.00 - 12.00 uur	Mogelijkheid tot 1-op-1 gesprek, op afspraak (ook telefonisch)	
Zaterdag	6-aug 10.30 - 12.30 uur	Spelletjes in het park	
	12.30 - 14.00 uur	Picknicken in het park	

Vanwege de zomerperiode hebben wij in juli en augustus aangepaste openingstijden en komen onze extra activiteiten te vervallen.

