

U BENT VAN HARTE WELKOM!



Centrum voor leven met en na kanker

Vrije inloop tijdens onze openingstijden voor een kopje koffie/thee en een praatje!

Locatie Singel:

Dinsdag t/m donderdag van 10.30 - 16.30 uur
Eerste zaterdag van de maand van 10.30 - 14.00 uur

Locatie Infopunt ASZ:

Dinsdag, woensdag, vrijdag van 09.00 - 12.30 uur
Maandag en donderdag van 09.00 - 16.00 uur

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.

VASTE ACTIVITEITEN

FEBRUARI 2024

ledere dinsdag	13.00 - 14.00 uur 14.00 - 15.00 uur 14.00 - 15.00 uur	Beweeegroep: ieder op eigen niveau onder professionele begeleiding trainen Massage: voet- of rug/schouder (afwisselend) Tai Chi oefeningen voor welbevinden van lichaam en geest
ledere woensdag	11.00 - 12.00 uur 14.00 - 16.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen Vrije expressie: van tekenen tot schilderen
ledere donderdag	10.30 - 13.30 uur 13.00 - 14.00 uur 14.00 - 16.00 uur	Brei- en haakcafé Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen Bridgeles
Dagelijks	Tussen 11.00 & 15.00 uur	Mogelijkheid tot één-op-één gesprek , bij voorkeur op afspraak

WEEK 05

Woensdag	31 jan	19.00 - 21.30 uur	Informatieavond: Chronische Leukemie in Albert Schweitzer ziekenhuis
Vrijdag	02 feb	09.00 - 16.00 uur	Informatiestand in de centrale hal van het Albert Schweitzer ziekenhuis rondom Wereldkankerdag
Zaterdag	03 feb	11.00 - 14.00 uur 12.00 - 12.30 uur	Open huis met infomarkt en mini-workshops rondom Wereldkankerdag Loop gerust eens binnen!! Onthulling unieke levensles door wethouder Rick van der Linden

WEEK 06

Dinsdag	06 feb	13.00 - 14.00 uur	NIEUW: Start Beweegroep
---------	--------	-------------------	--------------------------------

WEEK 07

Dinsdag	13 feb	10.30 - 12.00 uur	Zanggroep (1 keer per 2 weken)
	13 feb	19.30 - 21.00 uur	Informatieavond: Kanker meer dan een diagnose, onderwerp: Polyneuropatie

WEEK 08

Dinsdag	20 feb	10.00 - 12.00 uur	Rondleiding Mac Donalds in Dordrecht Centrum; voor (groot)ouder en kind
Donderdag	22 feb	10.30 - 12.30 uur	Reiki (sessie van een half uur)

WEEK 09

Dinsdag	27 feb	10.30 - 12.00 uur	Zanggroep (1 keer per 2 weken)
Woensdag	28 feb	14.00 - 16.00 uur	Tafelgesprek: In afstemming met gasten wordt onderwerp gekozen
Donderdag	29 feb	11.00 - 12.30 uur	Schrijfworkshop: Vereeuwig je unieke levensboodschap