

U BENT VAN HARTE WELKOM!



Singel 28 - 3311 SJ Dordrecht 078-7370062

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

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 op afspraak

Let op: Dinsdag 17 april is het Inloophuis vanaf 15.30 uur gesloten!!

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.

april 2018

vaste activiteiten			
iedere dinsdag	11.00 - 12.00 uur	Zanggroep Deze maand geen zanggroep	
	14.00 - 15.00 uur	Qigong /Tai Chi oefeningen voor welbevinden van lichaam en geest	
iedere woensdag	11.00 - 12.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	14.00 - 16.00 uur	Maak uw eigen aquarel	
	14.00 + 15.00 uur	Massage afwisselend voet of nek/rug/schouder massage	
iedere donderdag	10.30 - 13.30 uur	Brei- en haakcafé	
	14.00 - 15.00 uur	Yoga ontspannen door lichamelijke oefeningen	
week 14			
dinsdag	3-apr	12.30 - 13.45 uur	Gezamenlijk energetisch tekenen
woensdag	4-apr	11.00 - 13.00 uur	Gezichtsbehandeling en/of handverzorging
		14.00 + 15.00 uur	Nek/rug/schoudermassage
donderdag	5-apr		Zie vaste activiteiten
zaterdag	7-apr	11.00 - 12.30 uur	Workshop theatrale werkvormen
		12.30 - 14.00 uur	Lunch
week 15			
dinsdag	10-apr		Zie vaste activiteiten
		19.30 - 21.00 uur	Kanker meer dan een diagnose
			Modeshow "Goed gekleed het voorjaar in"
			aanmelden via www.kankermeerdaneendiagnose.nl
woensdag	11-apr	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
donderdag	12-apr	14.00 - 16.00 uur	Gezichtsbehandeling en/of handverzorging
		14.00 - 16.30 uur	Lotgnotencontact voor mannen met prostaatkanker
week 16			
dinsdag	17-apr	10.45 - 12.45 uur	Zie vaste activiteiten
			Inloophuis gesloten vanaf 15.30 uur
woensdag	18-apr	14.00 + 15.00 uur	Nek/rug/schoudermassage
donderdag	19-apr	14.00 - 16.00 uur	Gezichtsbehandeling en/of handverzorging
week 17			
dinsdag	24-apr		Zie vaste activiteiten
woensdag	25-apr	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
donderdag	26-apr	14.00 - 16.00 uur	Gezichtsbehandeling en/of handverzorging