

U BENT VAN HARTE WELKOM!



Inloophuis voor mensen met kanker en hun naasten

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

Gesloten van 25 tot en met 29 december 2018

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.

december 2018

vaste activiteiten

Heeft u behoefte aan Gezichtsbehandeling en/of handverzorging? Laat het ons weten en wij brengen u in contact om een afspraak te maken.

iedere dinsdag	11.00 - 12.00 uur	Zanggroep thema: "It's Christmas time"
	14.00 - 15.30 uur	Workshop: Decoraties maken van MDF
	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 48		
zaterdag	1-dec	11.00 - 12.30 uur Spelletjes
		12.30 - 14.00 uur Lunch
week 49		
dinsdag	4-dec	Zie vaste activiteiten
woensdag	5-dec	14.00 + 15.00 uur Voetmassage
donderdag	6-dec	Zie vaste activiteiten
week 50		
dinsdag	11-dec	19.30 - 21.00 uur Kanker, meer dan een diagnose Informatieavond "Polyneuropathie" aanmelden via www.kankermeerdaneendiagnose.nl
woensdag	12-dec	14.00 + 15.00 uur Nek/rug/schoudermassage
donderdag	13-dec	14.00 - 16.30 uur Aan de koffie met mannen met kanker 14.00 - 16.00 uur Kerststuk maken
week 51		
dinsdag	18-dec	10.30 - 12.30 uur Kerstkoffieochtend
woensdag	19-dec	10.30 - 12.30 uur Schrijfworkshop 14.00 + 15.00 uur Voetmassage
donderdag	20-dec	14.00 - 16.00 uur Zie vaste activiteiten
week 52		
dinsdag	25-dec	Gesloten
woensdag	26-dec	Gesloten
donderdag	27-dec	Gesloten

EXTRA ACTIVITEITEN WAARBIJ INLOOPHUIS HELIANTHUS BETROKKEN IS

woensdag 13-dec 20.30 uur **Dordtse Oogst in Energiehuis** Kosten € 15,00