

## 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

### In verband met Wereld Kankerdag zaterdag 3 februari geopend van 10.30 - 13.30 uur

Voor informatie kijk op onze website [www.inloophuishelianthus.nl](http://www.inloophuishelianthus.nl) en op Facebook

Deelname activiteiten op inschrijving via [inschrijven@inloophuishelianthus.nl](mailto:inschrijven@inloophuishelianthus.nl)

of telefonisch **tijdens onze openingstijden** 078-7370062

Voor de meeste activiteiten wordt een kleine bijdrage gevraagd.

# februari 2018

week	vaste activiteiten		
iedere <b>dinsdag</b>	10.30 - 11.30 uur	<b>Zanggroep</b> thema: "De winter was lang"	
iedere <b>woensdag</b>	11.00 - 12.00 uur	<b>Yoga</b> ontspannen door lichamelijke oefeningen	
	14.00 - 16.00 uur	<b>Maak uw eigen aquarel</b> onder begeleiding van Gerrit Weemhoff	
	14.00 + 15.00 uur	<b>Massage</b> afwisselend voet of nek/rug/schouder massage	
iedere <b>donderdag</b>	10.30 - 13.30 uur	<b>Brei- en haakcafé</b> - Samen de Grootste Gehaakte Deken ter Wereld maken	
	14.00 - 15.00 uur	<b>Yoga</b> ontspannen door lichamelijke oefeningen	
<b>week 5</b>			
donderdag	1-feb	14.00 - 16.00 uur	<b>Huidverzorging en make-up advies</b>
zaterdag	3-feb	11.00 - 12.00 uur	<b>"De roep van Inanna"</b> op inschrijving Zaal open vanaf 10.30 uur
<b>Wereld Kankerdag</b> Napraten tot uiterlijk 13.30 uur			
<b>week 6</b>			
dinsdag	6-feb		<b>Zie vaste activiteiten</b>
woensdag	7-feb	11.00 - 13.00 uur	<b>Huidverzorging en make-up advies</b>
		14.00 -15.30 uur	<b>Mindfulness voor mensen met kanker en hun naasten</b>
		14.00 + 15.00 uur	<b>Nek/rug/schoudermassage</b>
donderdag	8-feb	14.00 - 16.30 uur	<b>Lotnotencontact PKS</b> onder begeleiding van de heer Rob Mol
		19.30 - 21.00 uur	<b>Kanker meer dan een diagnose</b> <b>Informatieavond voor mantelzorgers</b> door MEE aanmelden via <a href="http://www.kankermeerdaneendiagnose.nl">www.kankermeerdaneendiagnose.nl</a>
<b>week 7</b>			
dinsdag	13-feb	14.00 - 15.30 uur	<b>Lezing over "De symboliek van tekenen"</b>
woensdag	14-feb	11.00 - 13.00 uur	<b>Huidverzorging en make-up advies</b>
		14.00 -15.30 uur	<b>Mindfulness voor mensen met kanker en hun naasten</b>
		14.00 + 15.00 uur	<b>Voetmassage</b>
donderdag	15-feb	13.30 - 15.00 uur	<b>Workshop Mindfulness</b>
		19.30 - 21.00 uur	<b>Kanker meer dan een diagnose</b> <b>Informatieavond over werk re-integratie</b> aanmelden via <a href="http://www.kankermeerdaneendiagnose.nl">www.kankermeerdaneendiagnose.nl</a>
<b>week 8</b>			
dinsdag	20-feb		<b>Zie vaste activiteiten</b>
woensdag	21-feb	11.00 - 13.00 uur	<b>Huidverzorging en make-up advies</b>
		14.00 -15.30 uur	<b>Mindfulness voor mensen met kanker en hun naasten</b>
		14.00 + 15.00 uur	<b>Nek/rug/schoudermassage</b>
donderdag	22-feb		<b>Zie vaste activiteiten</b>
<b>week 9</b>			
dinsdag	27-feb		<b>Zie vaste activiteiten</b>
woensdag	28-feb	11.00 - 13.00 uur	<b>Huidverzorging en make-up advies</b>
		14.00 -15.30 uur	<b>Mindfulness voor mensen met kanker en hun naasten</b>
		14.00 + 15.00 uur	<b>Voetmassage</b>