

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

Tweede zaterdag van de maand van 10.30 - 14.00 uur

Donderdag 10 mei zijn wij gesloten vanwege Hemelvaartsdag

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.

mei 2018

vaste activiteiten

iedere dinsdag	11.00 - 12.00 uur	Zanggroep thema: "Zomer in de bol"	niet op 1 mei
	14.00 - 15.00 uur	Qigong /Tai Chi oefeningen voor welbevinden van lichaam en geest	niet op 1 mei
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	
	14.00 - 16.00 uur	Gezichtsbehandeling en/of handverzorging	

week 18

dinsdag	1-mei	Geen Zanggroep en Qigong/Tai Chi	
woensdag	2-mei	14.00 + 15.00 uur	Nek/rug/schouder massage
donderdag	3-mei	Zie vaste activiteiten	

week 19

dinsdag	8-mei	12.30 - 13.45 uur	Gezamenlijk energetisch tekenen
		13.30 - 16.00 uur	Beauty-bingo NIEUW
woensdag	9-mei	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
donderdag	10-mei	Gesloten vanwege Hemelvaartsdag	
zaterdag	12-mei	11.00 - 13.00 uur	Stadswandeling
		13.00 - 14.00 uur	Lunch

week 20

dinsdag	15-mei	12.00 - 13.00 uur	Oedeemtherapie NIEUW
woensdag	16-mei	10.30 - 12.30 uur	Workshop bloemenkrans maken
		14.00 + 15.00 uur	Nek/rug/schoudermassage
		19.30 - 21.00 uur	Kanker meer dan een diagnose
			Informatieavond "Wat is baarmoederkanker"
			aanmelden via www.kankermeerdaneendiagnose.nl
donderdag	17-mei	14.00 - 16.30 uur	Lotgenotencontact voor mannen met prostaatcancer

week 21

dinsdag	22-mei	Zie vaste activiteiten	
woensdag	23-mei	14.00 + 15.00 uur	Voetmassage
donderdag	24-mei	11.00 - 12.30 uur	Workshop: Spelen met rollen (theatrale werkvormen)

week 22

dinsdag	29-mei	19.30 - 21.00 uur	Kanker meer dan een diagnose
			Informatieavond "Wat doet de behandeling van kanker met mijn brein"
			aanmelden via www.kankermeerdaneendiagnose.nl
woensdag	30-mei	14.00 + 15.00 uur	GEEN Nek/rug/schoudermassage
donderdag	31-mei	11.00 - 12.30 uur	Workshop: Spelen met rollen (theatrale werkvormen)