



Inloophuis  
**De Blauwe Anemoon**  
voor mensen met kanker en hun naasten

### Openingstijden

Dinsdagochtend 09:30 uur - 12:30 uur  
Donderdagochtend 09:30 uur - 12:30 uur  
Donderdagmiddag 13:30 uur - 16:30 uur  
Vrijdagochtend 09:30 uur - 12:30 uur

Voor extra openstellingen zie het activiteitenprogramma.

### Voor meer informatie en/of aanmeldingen

Inloophuis De Blauwe Anemoon Tel: 0183 - 820213  
W. de Vries Robbéweg 1 Email: [info@deblauweanemoon.nl](mailto:info@deblauweanemoon.nl)  
4206 AK Gorinchem [www.deblauweanemoon.nl](http://www.deblauweanemoon.nl)

Graag verzoeken wij je in te schrijven voor onze activiteiten. Voor alle activiteiten vragen wij een eigen bijdrage van €2,00. Voor sommige activiteiten vragen wij een eigen bijdrage van €5,00(\*), €7,50(\*\*) of €10,00(\*\*\*) . Vroege aanmeldingen geven geen garantie op een plaats. Bij meer belangstelling dan onze workshops toelaten zal in overleg de coördinator bepalen. Bij externe activiteiten verzamelen we op de desbetreffende locatie, niet bij De Blauwe Anemoon (1). Naast onze activiteiten ben je tijdens de openingstijden van harte welkom voor gesprek en informatie en/of een kop koffie of thee. Voor nieuwe gasten verzorgen wij graag een rondleiding door ons Inloophuis.

## ACTIVITEITENPROGRAMMA 2018

### Januari

02 dinsdag	10:00-12:00 uur	<b>Nieuwjaarsontbijt</b> , tref elkaar gezellig aan het ontbijt in het nieuwe jaar
04 donderdag	09:30-12:30 uur 13:30-16:00 uur	<b>Voetreflexmassage</b> , op afspraak om 9:30, 10:15, 11:00 en 11:45 uur*
05 vrijdag	10:00-12:00 uur	<b>Manicure</b> , een verwenbehandeling voor je handen; op afspraak om 13:30, 14:15 en 15:00 uur*** <b>Inloopochtend en Open Atelier</b> , deel ervaringen met elkaar over allerlei onderwerpen. Tevens kan er zonder begeleiding (verder) gewerkt worden aan een persoonlijk schilderdoek.
09 dinsdag	10:00-11:00 uur	<b>Yoga</b> , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude Indiase vorm van ontspannen
11 donderdag	10:00-12:00 uur 14:00-16:00 uur	<b>Handwerkochtend</b> , breien, haken, borduren en/of punniken (ervaring is niet nodig) <b>Workshop thee-kenen en schilderen</b> , maak stap voor stap onder begeleiding een mooi schilderij
12 vrijdag	10:00-12:00 uur	<b>Andere kijk op kunst</b> , met een intentie het nieuwe jaar in. Welke positieve inte duidelijkheid, meer liefde of meer vreugde ervaren) zou je kunnen gebruiken op dit moment? Daar gaan we samen over mijmeren, schilderen en nabespreken.
16 dinsdag	10:00-12:00 uur	<b>Aandachtraining</b> , leer je concentreren op het loslaten en deel daarna de ervaringen met elkaar
17 woensdag	13:00-16:00 uur	<b>Oncologische huidtherapie</b> , persoonlijke behandelingen op afspraak bij de Colvenier in Gorinchem (1) <i>Deze behandelingen worden gratis aangeboden voor oncologiepatiënten.</i>
18 donderdag	09:30-12:30 uur 13:00-16:00 uur	<b>Voetreflexmassage</b> , op afspraak om 9:30, 10:15, 11:00 en 11:45 uur*
19 vrijdag	10:00-12:00 uur	<b>Filmmiddag</b> , bekijk met elkaar de film "La meglio gioventù" deel 1 van 2 (vervolg op 15 februari) <b>Jeu de Boules toernooi</b> , wie gaat er met de officiële wisselbeker naar huis? (1; Nonnenveld). Bij slecht weer doen we spelletjes in huis.
23 dinsdag	10:00-11:00 uur	<b>Yoga</b> , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude Indiase vorm van ontspannen
25 donderdag	10:00-12:00 uur 14:00-16:00 uur	<b>Zangworkshop</b> , leer (nieuwe) zangtechnieken tijdens deze gezellige muzikale workshop <b>Workshop thee-kenen en schilderen</b> , maak stap voor stap onder begeleiding een mooi schilderij
26 vrijdag	09:15-13:00 uur	<b>Pedicure behandeling</b> , op afspraak om 9:15, 10:00, 10:45, 11:30 en 12:15 uur***
29 maandag	15:00-17:00 uur	<b>Paintbar schilderen</b> , van een leeg doek naar een meesterwerk
30 dinsdag	10:00-12:00 uur	<b>Creatieve verrassingsactiviteit</b> , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt
31 woensdag	10:00-12:00 uur	<b>Klankbeleving</b> , kom tot diepe rust en ontspanning door de klanken van de klankschalen** (prijswijziging)

### Februari

01 donderdag	09:30-12:30 uur 13:00-16:00 uur	<b>Voetreflexmassage</b> , op afspraak om 9:30, 10:15, 11:00 en 11:45 uur* <b>Gezichtsbehandeling</b> , op afspraak om 13:15, 14:15 en 15:15 uur***(prijswijziging)
02 vrijdag	11:00-14:00 uur	<b>WERELD KANKER DAG</b> , sta stil bij deze dag tijdens een gezamenlijke lunch met muzikale omlijsting door Ger van Veen op de piano
06 dinsdag	10:00-11:00 uur	<b>Yoga</b> , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude Indiase vorm van ontspannen
08 donderdag	10:00-12:00 uur 14:00-16:00 uur	<b>Valentijnskaarten maken</b> , verras een geliefde met een zelf gemaakte kaart <b>Workshop thee-kenen en schilderen</b> , maak stap voor stap onder begeleiding een mooi schilderij
09 vrijdag	10:00-12:00 uur	<b>Memory Bricks</b> , met elkaar al wandelend speuren door de stad Gorinchem op zoek naar deze nostalgische straatstenen
13 dinsdag	10:00-12:00 uur	<b>Workshop vilten</b> , heerlijk ontspannen met je handen werken. We gaan wolvezels uitleggen, nat maken, inzepen en wrijven*
14 woensdag	13:00-16:00 uur	<b>Oncologische huidtherapie</b> , persoonlijke behandelingen op afspraak bij de Colvenier in Gorinchem (1) <i>Deze behandelingen worden gratis aangeboden voor oncologiepatiënten.</i>
15 donderdag	09:30-12:30 uur 13:00-16:00 uur	<b>Voetreflexmassage</b> , op afspraak om 9:30, 10:15, 11:00 en 11:45 uur*
16 vrijdag	10:00-12:00 uur	<b>Filmmiddag</b> , bekijk met elkaar de film "La meglio gioventù" deel 2 van 2 (vervolg van 18 januari) <b>Inloopochtend en Open Atelier</b> , deel ervaringen met elkaar over allerlei onderwerpen. Tevens kan er zonder begeleiding (verder) gewerkt worden aan een persoonlijk schilderdoek.
20 dinsdag	10:00-11:00 uur	<b>Yoga</b> , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude Indiase vorm van ontspannen
21 woensdag	10:00-12:00 uur	<b>Schrijfworkshop 'Verder met kanker'</b> , wat heeft jouw hart echt te vertellen? (schrijfervaring niet nodig)
22 donderdag	10:00-12:00 uur 10:00-12:00 uur 14:00-16:00 uur	<b>Nordic Walking</b> , een instructeur leert je de techniek van nordic walking (let op 1; bij Typhoon) <b>Leesclub</b> , bespreek een vooraf gekozen en gelezen boek "Dit zijn de namen-Tommy Wieringa" <b>Workshop thee-kenen en schilderen</b> , maak stap voor stap onder begeleiding een mooi schilderij
23 vrijdag	10:00-12:00 uur 09:15-13:00 uur 17:00-21:00 uur	<b>Kleuren voor volwassenen</b> , ervaar hoe bijzonder spannend kleuren kan zijn <b>Pedicure behandeling</b> , op afspraak om 9:15, 10:00, 10:45, 11:30 en 12:15 uur*** <b>Kookworkshop</b> , wat we gaan maken en eten is een verrassing**
27 dinsdag	10:00-12:00 uur	<b>Creatieve verrassingsactiviteit</b> , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt

### Aanvullende opmerkingen:

De eigen bijdrage voor alle verzorgende behandelingen is gewijzigd naar €10,00.