



Inloophuis
De Blauwe Anemoon
voor mensen met kanker en hun naasten

Openingstijden

Dinsdagochtend 09:30 uur - 12:30 uur
Dinsdagmiddag 13:30 uur - 16:30 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 Robbeweg 1 Email: info@deblauweanemoon.nl
4206 AK Gorinchem 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(***) .

Bij externe 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. Het teken (1) betekend op locatie.

ACTIVITEITENPROGRAMMA 2019

Maart

01 vrijdag	10:00-12:00uur	Massage , lichaamsmassage enkel voor oncologische gasten/patienten. Op afspraak 10:00-11:00 uur#
05 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude indische vorm van ontspannen. Crea-cafe , beginnen met een persoonlijk handwerk (breien, haken etc.) of een werk afmaken.
07 donderdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Wandeling , met elkaar de Hendrik Hamel puzzelwandeling lopen. Inloopmiddag en Open Atelier , deel ervaringen met elkaar over allerlei verschillende onderwerpen.
08 vrijdag	10:00-12:00uur	Hobbyochtend voor mannen met de buurman , met elkaar bepalen wat jullie deze ochtend gaan doen; old timer poetsen, werken aan een verzameling, postzegels, auto-onderdelen of lp's.
12 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Creative verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt. High tea , met elkaar genieten van verschillende soorten thee met een lekkernij.*
14 donderdag	10:00-12:00uur	Schilderen met Ans , met een nieuwe docent stap voor stap op weg naar een mooi schilderij
15 vrijdag	10:00-12:00uur	Crea-cafe , beginnen met een persoonlijk handwerk (breien, haken etc.) of een werk afmaken.
19 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Workshop , sieraden maken.* Workshop Aromatherapie , met geuren de zintuigen prikkelen, wat zorgt voor vreugde en ontspanning.
21 donderdag	10:00-12:00uur	Workshop Mozaiek , gezellig met elkaar een mooi werkstuk maken.**
22 vrijdag	10:00-12:00uur	Bezoek aan de Molenaar , nadat de molenaar bij ons kwam gaan wij nu op bezoek bij de molenaar.
26 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Workshop de beste versie van jezelf , kleuradvies voor uw kleding. Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude indische vorm van ontspannen.
28 donderdag	10:00-12:00uur	Workshop Mieke's creatieve verrassing ,
29 vrijdag	10:00-12:00uur 10:00-12:00uur	Pedicurebehandeling , op afspraak om 9:15- 10:15- 11:15 en 12:15 uur*** Klankbeleving , kom tot diepe rust en ontspanning door de klanken van de klankschalen**(1)

April

02 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Nordic walking , onder professionele begeleiding deze wandelsport leren. Verzamelen bij Typhoon(1) Gezichtsbehandeling , op afspraak om 13:00-14:00 en 15:00uur***
04 donderdag	10:00-12:00uur 09:30-12:30uur	Kaarten maken , Pasen komt eraan en een zelfgemaakte kaart geeft altijd iets extra's. Manicure , een verwenbehandeling voor je handen; op afspraak 9:30- 10:30 en 11:30 uur
05 vrijdag	10:00-12:00uur	Workshop Bloemschikken , een prachtig paasstuk maken voor de paasdagen.**
09 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Aandachtstraining , leer je concentreren op het loslaten en deel daarna de ervaringen met elkaar. Excursie naar Leerdam, voor een stadswandeling met een gids.*** Verzamelen om tien uur, drinken we eerst koffie met elkaar en om elf uur met de taxi naar Leerdam. Aansluitend in het Inloophuis een lunch met elkaar.
11 donderdag	10:00-12:00uur	Andere kijk op kunst , met de techniek intuïtief schilderen.
12 vrijdag	10:00-12:00uur 17:00-20:00uur	Massage , lichaamsmassage enkel voor oncologische gasten/patienten. Op afspraak 10:00-11:00 uur# Kookworkshop , van het team " over de kook".*
16 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Creative verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt. Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude indische vorm van ontspannen.
18 donderdag	10:00-12:00uur	Voetreflexmassage , op afspraak om 9:30, 10:15, 11:00 en 11:45uur*
19 vrijdag	10:00-12:00uur	Schilderen met Yvonne , met een nieuwe docent stap voor stap op weg naar een mooi schilderij.
23 dinsdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Aandachtstraining , leer je concentreren op het loslaten en deel daarna de ervaringen met elkaar. Tekenen en letteren op vintage bordjes.**
25 donderdag	10:00-12:00uur 14:00-16:00uur	Leesclub , bespreek met elkaar een vooraf gekozen en gelezen boek. Inloopmiddag en Open Atelier , deel ervaringen met elkaar over allerlei verschillende onderwerpen.
26 vrijdag	10:00-12:00uur	Hobbyochtend voor mannen met de buurman , met elkaar bepalen wat jullie deze ochtend gaan doen; old timer poetsen, werken aan een verzameling, postzegels, auto-onderdelen of lp's.
	10:00-12:00uur	Jeu de Boules toernooi aan het Nonnenveld , wie gaat er met de officiële wisselbeker naar huis?(1)
	10:00-12:00uur	Pedicurebehandeling , op afspraak om 9:15- 10:15- 11:15 en 12:15 uur***
30 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht met deze eeuwenoude indische vorm van ontspannen.

Aanvullende opmerkingen:

Vroege aanmeldingen geven geen garantie op een plaats. Bij meer belangstelling dan onze workshops toelaten zal in overleg de coördinator bepalen.

Als pilot zijn we nu op dinsdagmiddag open!! En donderdagmiddag tijdens een activiteit.