



De Blauwe Anemoon
Centrum voor leven met en na kanker

Openingstijden

Dinsdagochtend	09:30 uur - 12:30 uur
Dinsdagmiddag	13:30 uur - 16:30 uur
Woensdagochtend	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 meer informatie en/of aanmeldingen

Inloophuis De Blauwe Anemoon
Arkelse Onderweg 36
4206 AH Gorinchem
Tel: 0183 - 820213
Email: info@deblauweanemoon.nl
www.deblauweanemoon.nl

Voor extra openstellingen zie het activiteitenprogramma.

Graag verzoeken wij je in te schrijven voor onze activiteiten. Bij eventuele verhindering graag afmelden. Voor alle activiteiten vragen wij een eigen bijdrage van €2,00. Het teken (1) betekent op locatie. Voor sommige activiteiten vragen wij een eigen bijdrage van €5,00(*), €7,50(**), €10,00(***), €15,00 (#), zelf bepalen (<=>) 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.

ACTIVITEITENPROGRAMMA 2025

Mei		
01 donderdag	10:00-12:00uur	Jeu des Boules , lekker in de buitenlucht
	14:00-16:00uur	Schilderen , onder begeleiding stap voor stap naar een mooi kunstwerk
02 vrijdag	10:00-12:00uur	Crea-café , begin met een persoonlijk handwerk (breien, haken etc.) of werk afmaken
	10:00-12:00uur	Happystones schilderen met Loes , een leuke bezigheid met een mooie betekenis
06 dinsdag	10:00-12:00uur	Creatieve verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt
	14:00-16:00uur	Film kijken , het is nog een verrassing welke het wordt
07 woensdag	10:00-12:00uur	Muziekochtend , deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
08 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond painting , gezellig en ontspannen samen bezig zijn
	10:00-12:00uur	Stoel Yoga met Sophie
	14:00-16:00uur	Crea activiteit met Olexandra.
09 vrijdag	10:00-12:00uur	Sjoelen , wie gooit de hoogste punten?
13 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Spelletjesmiddag , zoek met elkaar wat je het leukste vindt.
14 woensdag	10:00-12:00uur	Herstelyoga met Annerie.
15 donderdag	10:00-12:00uur	Acces Bars of Voetreflex , je kunt kiezen 9:00 - 10:00 - 11:00 uur ***
	14:00-16:00uur	Schilderen vanuit emotie
16 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga , vermindert stress en versterkt immuunsysteem
20 dinsdag	10:00-12:00uur	Mindfulness Body Scan
	14:00-16:00uur	Bingo , maak kans op leuke prijzen
21 woensdag	10:00-12:00uur	Stadswandeling met gids Marja
22 donderdag	10:00-12:00uur	Kaarten maken , leuk om een persoonlijke kaart naar iemand te sturen.
	14:00-16:00uur	Meditatief tekenen , vorm van tekenen waarbij je uitgenodigd wordt om te zijn in het moment
23 vrijdag	10:00-12:00uur	Jeu des Boules , lekker in de buitenlucht
27 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Reiki , ervaar wat het met je doet 10:00 - 10:45 - 11:30 - 12:15 uur *
	14:00-16:00uur	Bloemen maken van stof , samen uiteindelijk een wandkleed?
28 woensdag	10:00-12:00uur	Sport en Spel , goed voor je lijf
	18:00-21:00uur	CHAT EN GOURMET met Vive AYA Lotgenoten in de leeftijd van 19-38 jaar***
29 donderdag	10:00-12:00uur	GESLOTEN (Hemelvaartsdag)
30 vrijdag	10:00-12:00uur	Pedicurebehandeling , op afspraak om 9:15 - 10:00 - 10:45 - 11:30 uur ***
	10:00-12:00uur	Andere kijk op kunst : innerlijke reis via meditatie en creatie.
Juni		
03 dinsdag	10:00-12:00uur	Creatieve verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt wordt
	14:00-16:00uur	Museumbezoek : Hendrik Hamelhuis
04 woensdag	10:00-12:00uur	Massage , lichaamsmassage op afspraak 9.30 en 11.00 uur #
05 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond painting , werken aan deze leuke hobby,
	14:00-16:00uur	Schilderen vanuit emotie met Iris
06 vrijdag	10:00-15:00uur	Workshop speksteen met lunch #
09 maandag	07:00-10:00uur	Roparun doorkomst Gorinchem , wie komt aanmoedigen?
10 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Meditatief tekenen , vorm van tekenen waarbij je uitgenodigd wordt om te zijn in het moment
11 woensdag	10:00-12:00uur	Bingo , misschien ga ook jij met een prijsje naar huis.
12 donderdag	10:00-12:00uur	Schilderen , onder begeleiding stap voor stap naar een mooi kunstwerk
	14:00-16:00uur	Stoel Yoga met Sophie
13 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga , vermindert stress en versterkt immuunsysteem
17 dinsdag	10:00-12:00uur	Mindfulness les 10
	14:00-16:00uur	Bloemen maken van stof , samen uiteindelijk een wandkleed?
	14:00-16:00uur	Gezichtsbehandeling , 13.00 -14.00 en 15.00 uur.***
18 woensdag	10:00-12:00uur	Muziekochtend , deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
19 donderdag	10:00-12:00uur	Klankbeleving , kom tot diepe rust en ontspanning door de klanken van de klankschalen.**
	14:00-16:00uur	Leesgroep , we bespreken het boek: Morgan een liefde van Bas Steman
20 vrijdag	10:00-12:00uur	Jeu des Boules , lekker in de buitenlucht
24 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Reiki , ervaar wat het met je doet 10:00 - 10:45 - 11:30 - 12:15 uur *
25 woensdag	10:00-12:00uur	Herstelyoga met Annerie.
26 donderdag	10:00-12:00uur	Acces Bars of Voetreflex , je kunt kiezen 9:00 - 10:00 - 11:00 uur***
	14:00-16:00uur	Chi Neng Qigong , een eeuwenoude Chinese bewegingsleer.
27 vrijdag	10:00-12:00uur	Pedicurebehandeling , op afspraak om 9:15 - 10:00 - 10:45 - 11:30 uur ***
	10:00-12:00uur	Therapeutisch consult 1 op 1 met Nanda 10.00 -11.00 -12.00 uur
	16:00-20:00uur	Lotgenoten etentje van de plaat , hopelijk lekker buiten.**

Aanvullende opmerkingen:

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

Ook al komt u standaard naar dezelfde activiteiten, dan is het toch de bedoeling dat u zich ervoor inschrijft.