



De Blauwe Anemoon

Centrum voor Leven met en na kanker

Openingstijden

	Inloopcentrum	Inloopcentrum De Blauwe Anemoon
Dinsdagochtend		
Dinsdagmiddag	13:30 uur - 16:30 uur	Arkelse Onderweg 36
Woensdagochtend	09:30 uur - 12:30 uur	4206 AH Gorinchem
Donderdagochtend	09:30 uur - 12:30 uur	Tel: 0183 - 820213
Donderdagmiddag	13:30 uur - 16:30 uur	Email: info@deblauweanemoon.nl
Vrijdagochtend	09:30 uur - 12:30 uur	www.deblauweanemoon.nl

Voor meer informatie en/of aanmeldingen

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 Inloopcentrum.

ACTIVITEITENPROGRAMMA 2025 (juli en augustus)

Juli		
01 dinsdag	10:00-12:00uur	Sjoelen
	14:00-16:00uur	Reiki, ervaar wat het met je doet, 13.15 - 14.00 - 14.45 en 15.30 uur *
02 woensdag	10:00-12:00uur	Bezoek aan het Gorcums Museum, Historische presentatie over Gorinchem
03 donderdag	10:00-13:00uur	Inloop met tosti lunch, samen de lekkerste tosti's maken *
	14:00-16:00uur	Schilderen, onder begeleiding stap voor stap naar een mooi kunstwerk
04 vrijdag	10:00-12:00uur	Jeu des boules, lekker in de buitenlucht
04 vrijdag	16.00 - 20.00uur	Lotgenoten etentje, etentje van de plaat (hopelijk lekker buiten) ***
08 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga, breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Bingo, ga jij er vandoor met mooie prijzen?
09 woensdag	10:00-12:00uur	Massage, lichaamsmassage op afspraak, 9.30 uur en 11.00 uur ***
10 donderdag	10:00-12:00uur	Crea met Oleksandra, lekker creatief bezig zijn
	13:15-16:15uur	Acces bars of Voetreflex 13.15 uur - 14.15 uur - 15.15 uur #
11 vrijdag	10:00-12:00uur	De Taal van Muziek, deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
15 dinsdag	10:00-12:00uur	Bloemen maken van stof, samen uiteindelijk een wandkleed?
Nieuw	14:00-16:00uur	De Smaak van Samen, met elkaar lekkere hapjes maken en daarna nuttigen en lekker kletsen
16 woensdag	10:00-12:00uur	Herstel Yoga, met Annerie
17 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond Painting, gezellig en ontspannen samen bezig zijn
	14:00-16:00uur	Schilderen vanuit emotie
18 vrijdag	10:00-12:00uur	Fietstocht met Liesbeth
	18.00-19.30uur	"Panqueca salgada" eten (Brasiliaanse hartige pannekoeken) gemaakt door Joan **
22 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga, breng lichaam en geest in evenwicht
Nieuw	14:00-16:00uur	Lach en Loop, een wandeling vol ontspanning en plezier met Samuel
23 woensdag	10:00-12:00uur	Sport en Spel, goed voor je lijf
24 donderdag	10:00-12:00uur	Kaarten maken, jouw boodschap met een persoonlijk tintje
	14:00-16:00uur	Meditatief tekenen, vorm van tekenen waarbij je uitgenodigd wordt om te zijn in het moment
25 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga, vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
29 dinsdag	10:00-12:00uur	vakantie
30 woensdag	10:00-12:00uur	vakantie
31 donderdag	10:00-12:00uur	vakantie
Augustus		
01 vrijdag	10:00-12:00uur	vakantie
05 dinsdag	10:00-12:00uur	vakantie
06 woensdag	10:00-12:00uur	vakantie
07 donderdag	10:00-12:00uur	vakantie
08 vrijdag	10:00-12:00uur	vakantie
12 dinsdag	10:00-12:00uur	Bloemen maken van stof, samen uiteindelijk een wandkleed?
	10.00-12.00uur	Reiki, ervaar wat het met je doet, 10.00 - 10.45 - 11.30 en 12.15 uur *
Nieuw	14:00-16:00uur	Lach en Loop, een wandeling vol ontspanning en plezier met Samuel
13 woensdag	10:00-12:00uur	Herstel Yoga met Annerie
14 donderdag	10:00-12:00uur	Crea met Oleksandra, lekker creatief bezig zijn
	10:00-12:00uur	Meditatief dansen met Anneke
	14:00-16:00uur	Leesgroep; we bespreken het boek Viktor van Judith Fanto
15 vrijdag	10:00-12:00uur	Stadswandeling met stadsgids Marja
19 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga, breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Bingo, ga jij er vandoor met mooie prijzen?
20 woensdag	10:00-12:00uur	De Taal van Muziek, deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
21 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond Painting, gezellig en ontspannen samen bezig zijn
	14:00-16:00uur	Inloop en spelletjesmiddag
22 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga, vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
	16:00-20:00uur	Lotgenoten etentje, Italiaanse pizzarette avond ***
26 dinsdag	10:00-12:00uur	De Smaak van Samen, met elkaar lekkere hapjes maken en daarna nuttigen en lekker kletsen
	14:00-16:00uur	Meditatief tekenen, vorm van tekenen waarbij je uitgenodigd wordt om te zijn in het moment
27 woensdag	10:00-12:00uur	Sport en Spel, goed voor je lijf
28 donderdag	10:00-12:00uur	Klankbeleving, kom tot diepe rust en ontspanning door de klanken van de klankschalen **
	14:00-16:00uur	Schilderen vanuit emotie
29 vrijdag	10:00-12:00uur	Pedicurebehandeling, op afspraak ***
	10:00-12:00uur	Fietstocht met Liesbeth
September		
2 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga, breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Happystones
3 woensdag	10:00-13.30uur	Tuinbezoek Volkstuindersvereniging Oostgracht inclusief lunch

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.