



De Blauwe Anemoon
Centrum voor leven met en na kanker

Openingstijden

Dinsdagochtend	09:30 uur - 12:30 uur	Inlooppcentrum De Blauwe Anemoon
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 Inlooppcentrum.

ACTIVITEITENPROGRAMMA 2025

September

02 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Happy Stones beschilderen met Loes , leuke bezigheid met een mooie betekenis
03 woensdag	10:00-13.30uur	Tuinbezoek Oostgracht met lunch van 11:00 uur tot ca. 13:30 uur **
04 donderdag	10:00-12:00uur	Acces bars of voetreflex 9:00 - 10:00 - 11:00 uur ***
	14:00-16:00uur	Schilderen met Yvonne , onder begeleiding stap voor stap naar een mooi kunstwerk
05 vrijdag	10:00-12:00uur	Jeu des Boules , lekker in de buitenlucht
09 dinsdag	10:00-12:00uur	Creatieve verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt gaat worden.
	14:00-16:00uur	Chi Neng Qigong , meditatie in beweging
10 woensdag	10:00-12:00uur	Bingo , ga jij er vandoor met mooie prijzen?
11 donderdag	10:00-12:00uur	Kaarten maken , jouw boodschap met een persoonlijk tintje
	14:00-16:00uur	Lach en Loop , een wandeling vol ontspanning en plezier met Samuel.
12 vrijdag	10:00-12:00uur	De Taal van muziek , deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
16 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Bloemen maken van stof , samen maken we uiteindelijk een wandkleed
17 woensdag	10:00-12:00uur	Sport en spel , goed voor je lijf
18 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond painting , gezellig en ontspannen samen bezig zijn
	14:00-16:00uur	Schilderen vanuit emotie , met Iris
	14:00-16:00uur	Bezoek 200 jaar Damen Shipyards met presentatie (bij Damen in Gorinchem)
19 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga , vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
23 dinsdag	10:00-12:00uur	Fietsen naar madam Jeanet in Noordeloos , koffie en taart en tuinbezoek **
	14:00-16:00uur	Gezichtsbehandeling , 13:00 - 14:00 en 15:00 uur ***
24 woensdag	10:00-12:00uur	Herstel Yoga , met Annerie
25 donderdag	10:00-12:00uur	Sjoelen , wie gooit de meeste punten?
	14:00-16:00uur	Leesgroep , we bespreken het boek Viktor (Judith Fanto)
26 vrijdag	10:00-12:00uur	Therapeutisch consult , met Nanda 10:00 - 11:00 en 12:00 uur
30 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	De smaak van samen : eierkoektaartjes maken (en opeten)

Oktober

01 woensdag	10:00-12:00uur	Massage : 9:30 uur en 11:00 uur ***
02 donderdag	10:00-14:00uur	High tea , samen een high tea voorbereiden en ervan genieten***
	14:00-16:00uur	Crea Cafe , begin met een persoonlijk handwerk, haken, breien of wat je wilt onder begeleiding van Wil
03 vrijdag	10:00-17:00uur	Evenement The lock up (inlooppcentrum gesloten voor overige activiteiten)
07 dinsdag	10:00-12:00uur	Creatieve verrassingsactiviteit , bij iedere workshop is het weer een verrassing wat er gemaakt gaat worden.
	14:00-16:00uur	Mindfulness , ontspannende bodyscan met Marjolijn
08 woensdag	10:00-12:00uur	Lach en Loop , een wandeling vol ontspanning en plezier met Samuel.
09 donderdag	10:00-12:00uur	Acces bars of voetreflex 9:00 10:00 11:00 uur ***
	14:00-16:00uur	Schilderen , onder begeleiding stap voor stap naar een mooi kunstwerk
	19:00-21:30uur	Infoavond: Hormonale therapie bij borstkanker , niet "zomaar een pilletje" (Bij Helianthus in Dordrecht)
10 vrijdag	10:00-12:00uur	Therapeutisch consult met Daniëlle 10:00 -11:00 en 12:00 uur
	10:00-12:00uur	Brickstone wandeling in Gorcum , wandelend gaan we brickstones zoeken met stadsgids Marja
	10:00-12:00uur	Reiki , ervaar wat het met je doet *
14 dinsdag	10:00-12:00uur	Yoga, breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Bloemen maken van stof , samen maken we uiteindelijk een wandkleed
15 woensdag	10:00-12:00uur	Sport en spel , goed voor je lijf
16 donderdag	10:00-12:00uur	Diamond painting , gezellig en ontspannen samen bezig zijn
	14:00-16:00uur	Leesgroep , we bespreken het boek Hartslag (Jens Christian Grøndahl)
17 vrijdag	10:00-12:00uur	Lach Yoga , vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
21 dinsdag	10:00-12:00uur	Mindfulness , uurtje ontspannen met Marjolijn
	14:00-16:00uur	Meditatief tekenen , vorm van tekenen waarbij je uitgenodigd wordt om te zijn in het moment
22 woensdag	10:00-12:00uur	Herstel Yoga , met Annerie
23 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 , met Iris
24 vrijdag	10:00-12:00uur	Herfst-stukje maken , je gaat met een mooi herfst-stuk naar huis ***
	16:00-19:30uur	Lotgenoten etentje , Tapas avondje #
28 dinsdag	10:00-16:00uur	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14:00-16:00uur	Bingo , ga jij met een mooie prijs naar huis ?
29 woensdag	10:00-12:00uur	Taal van Muziek , deel je favoriete nummers (en dus herinneringen) met elkaar
30 donderdag	10:00-12:00uur	Cadeau doosje maken , leer meer over de techniek Stampin'Up **
	14:00-16:00uur	Chi Neng Qigong , meditatie in beweging
31 vrijdag		Jubileumdag (15 jarig bestaan): We vieren het met de Theatershow "Kleine stapjes" in Peeriscoop

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.