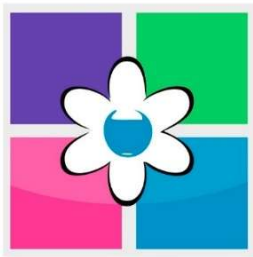


Activiteitenprogramma DE BLAUWE ANEMOON, jan/febr 2026



Openingstijden & Contact:

Dinsdag: 09.30 - 12.30 uur & 13.30 - 16.30 uur & 19.00 - 21.00 uur

Woensdag: 09.30 - 12.30 uur

Donderdag: 09.30 - 12.30 uur & 13.30 - 16.30 uur

Vrijdag: 09.30 - 12.30 uur

DE BLAUWE ANEMOON, Arkelse Onderweg 36, 4206 AH Gorinchem,

tel.: 0183 820213, info@deblauweanemoon.nl

ACTIVITEITENPROGRAMMA DE BLAUWE ANEMOON 2026

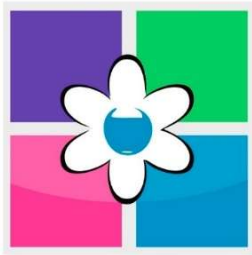
JANUARI 2026		
02 vrijdag	10.00-12.00 u	Sjoelen , lekker actief bezig zijn
06 dinsdag	10.00-12.00 u	Creatieve verrassingsactiviteit , steeds weer een verrassing wat er gemaakt wordt
	14.00-17.30 u	Nieuwjaarsreceptie , met een hapje en een drankje het nieuwe jaar 2026 in
07 woensdag	10.00-12.00 u	Sport & Spel , goed voor je lijf
08 donderdag	10.00-12.00 u	Diamond Painting , gezellig en ontspannen met elkaar bezig zijn
	14.00-16.00 u	Workshop " Veilig internetten", deel 1
09 vrijdag	10.00-12.00 u	Lachyoga , vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
13 dinsdag	10.00-12.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14.00-16.00 u	Meditatief dansen , lekker bewegen
	19.00-21.00 u	Yin Yoga , een zachte en rustige vorm van yoga met Tessa
14 woensdag	10.00-12.00 u	Fotografieworkshop met de smartphone
15 donderdag	10.00-12.00 u	Workshop kunstgeschiedenis , algemeen
	14.00-16.00 u	Schilderen vanuit emotie , met Iris
16 vrijdag	10.00-12.00 u	Therapeutisch consult , met Danielle , om 10.00 en 11.00 uur
20 dinsdag	10.00-12.00 u	Mindfulness , ontspannen bodyscan met Marjolijn
	10.00-12.00 u	Creacafé , begin met een persoonlijk handwerk (breien,haken, etc)
	13.00-16.00 u	Gezichtsbehandeling *** om 13.00 - 14.00 - 15.00 uur
	14.00-16.00 u	Bloemen maken van stof , samen maken we uiteindelijk een wandkleed
	19.00-21.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
21 woensdag	10.00-12.00 u	Bingo , wie gaat er met een mooie prijs naar huis?
	10.00-12.00 u	Lach & Loop , een wandeling vol plezier met Samuel
22 donderdag	09.00-12.00 u	Access Bars/Voetreflex *** om 9.00 - 10.00 - 11.00 uur
	14.00-16.00 u	Workshop " Veilig internetten", deel 2 , vervolg van de workshop op 8 januari
	14.00-16.00 u	Chi Neng Qigong , meditatie in beweging
23 vrijdag	10.00-12.00 u	Sjoelen , lekker actief bezig zijn
27 dinsdag	10.00-12.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14.00-16.00 u	Reiki * om 13.00 - 13.45 - 14.30 - 15.15 uur
	14.00-16.00 u	Meditatief tekenen , door tekenen creëer je bewust ruimte om in het moment te zijn
	19.00-21.00 u	Yin Yoga , een zachte en rustige vorm van yoga met Tessa
28 woensdag	10.00-12.00 u	Taal van Muziek , deel je favoriete nummers (en herinneringen) met elkaar
29 donderdag	10.00-12.00 u	Kaarten maken , deze keer een mooie Valentijnskaart?
	14.00-16.00 u	Schilderen , open atelier
30 vrijdag	10.00-14.00 u	Zangochtend met Loes , aansluitend erwtensoep lunch **

Graag verzoeken wij je in te schrijven voor onze activiteiten. Bij eventuele verhindering graag afmelden.

Eigen bijdrage per activiteit of inloop: Euro 2, Euro 5 (*), Euro 7,50 (**), Euro 10 (***), Euro 15 (#)

Bij sommige activiteiten is het aantal deelnemers beperkt. De week voorafgaand aan de activiteit wordt men per email geïnformeerd of er plaats is.

Activiteitenprogramma DE BLAUWE ANEMOON, jan/febr 2026



Openingstijden & Contact:
Dinsdag: 09.30 - 12.30 uur & 13.30 - 16.30 uur & 19.00 - 21.00 uur
Woensdag: 09.30 - 12.30 uur
Donderdag: 09.30 - 12.30 uur & 13.30 - 16.30 uur
Vrijdag: 09.30 - 12.30 uur
<i>DE BLAUWE ANEMOON, Arkelse Onderweg 36, 4206 AH Gorinchem,</i>
<i>tel.: 0183 820213, info@deblauweanemoon.nl</i>

ACTIVITEITENPROGRAMMA DE BLAUWE ANEMOON 2026

FEBRUARI 2026		
03 dinsdag	10.00-12.00 u	Creatieve verrassingsactiviteit , steeds weer een verrassing wat er gemaakt wordt
	14.00-16.00 u	Mindfulness , ontspannende bodyscan met Marjolijn
	19.00-21.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
04 woensdag	10.00-16.00 u	Blauwe Anemoonverwendag op Wereldkankerdag , houd de website in de gaten
05 donderdag	10.00-12.00 u	Crea met Oleksandra , altijd weer verrassend
	14.00-16.00 u	Workshop veilig internetten, deel 3 , vervolg op de workshops van 8 en 22 januari
06 vrijdag	10.00-12.00 u	Lach yoga , vermindert stress en versterkt het immuunsysteem
10 dinsdag	10.00-12.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14.00-16.00 u	Diamond painting , gezellig en ontspannen met elkaar bezig zijn
	14.00-16.00 u	Chi Neng Qigong , meditatie in beweging
	19.00-21.00 u	Yin Yoga , een zachte en rustige vorm van yoga, met Tessa
	19.15-21.00 u	Info avond 'Polyneuropathie en kanker' , Helianthus, Singel 28, Dordrecht
11 woensdag	10.00-12.00 u	Sport & Spel , goed voor je lijf
12 donderdag	10.00-12.00 u	Access Bars/Voetreflex *** om 9.00 - 10.00 - 11.00 uur
	14.00-16.00 u	Leesgroep , we bespreken het boek De Duiker van Mathijs Deen
13 vrijdag	10.00-12.00 u	Sjoelen , lekker actief bezig zijn
17 dinsdag	10.00-12.00 u	Mindfulness , ontspannende bodyscan met Marjolijn
	14.00-16.00 u	Bingo , wie gaat er met een mooie prijs naar huis?
	19.00-21.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
18 woensdag	10.00-12.00 u	Lach & Loop , een wandeling vol plezier met Samuel
19 donderdag	10.00-12.00 u	Klankbeleving ** , kom tot diepe rust en ontspanning door de klankschalen
	14.00-16.00 u	Schilderen vanuit emotie , met Iris
20 vrijdag	10.00-12.00 u	Therapeutisch consult met Danielle , om 10.00 en 11.00 uur
24 dinsdag	10.00-12.00 u	Yoga , breng lichaam en geest in evenwicht
	14.00-16.00 u	Reiki * 13.00 - 13.45 - 14.30 - 15.15 uur
	14.00-16.00 u	Meditatief tekenen , door tekenen creëer je bewust ruimte om in het moment te zijn
	19.00-21.00 u	Yin Yoga , een zachte en rustige vorm van yoga, met Tessa
25 woensdag	10.00-12.00 u	Herstel yoga , helpt bij herstel en brengen je fysiek en mentaal tot rust.
26 donderdag	10.00-12.00 u	Koffie klets , met eigengemaakte traktatie
	14.00-16.00 u	Schilderen , open atelier
27 vrijdag	10.00-12.00 u	Pedicure *** om 09.15 - 09.45 - 10.15 - 10.45 - 11.15 uur
	16.00-19.00 u	Lotgenoten etentje *** , zelf pizza's maken in de pizzarette

Graag verzoeken wij je in te schrijven voor onze activiteiten. Bij eventuele verhindering graag afmelden.

Eigen bijdrage per activiteit of inloop: Euro 2, Euro 5 (*), Euro 7,50 (**), Euro 10 (***), Euro 15 (#)

Bij sommige activiteiten is het aantal deelnemers beperkt. De week voorafgaand aan de activiteit wordt men per email geïnformeerd of er plaats is.