



ACTIVITEITEN AUGUSTUS 2024 SANTPOORD-NOORD

Datum	Tijd	Activiteiten
29 juli - 12 aug	Dicht ivm zomersluiting!	Vanaf dinsdag 13 augustus weer inloop van 09.30-16.30 uur
Di 13 aug	13.00 – 16.15 uur	Stoelmassage
Wo 14 aug	10.00 – 11.00 uur	Do-In yoga
	14.00 – 15.15 uur	Dansende stem
	19.30 – 21.00 uur	Yoga
Do 15 aug	10.00 – 11.30 uur	Leesclub
	11.00 – 13.00 uur	Sessie ademen & verbinden
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
	15.00 – 16.15 uur	Yoga Nidra (bij voldoende animo)
Vr 16 aug	09.30 – 10.45 uur	Yoga
Ma 19 aug	19.30 – 21.00 uur	Lotgenotenbijeenkomst AYA+ (open voor iedereen tussen 28-46 jaar)
Di 20 aug	12.30 – 13.00 uur	Hardlooptraining
	13.30 – 14.15 uur	Power-fit
Wo 21 aug	10.00 – 11.00 uur	Do-In yoga
	13.00 – 16.00 uur	Hoofd- of voetmassage
	19.30 – 21.00 uur	Yoga
Do 22 aug	11.00 – 13.00 uur	Sessie ademen & verbinden
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
	15.00 – 16.15 uur	Yoga Nidra (bij voldoende animo)
Vrij 23 aug	09.30 – 10.45 uur	Yoga
	09.30 – 12.30 uur	Massage
Ma 26 aug	19.30 – 21.00 uur	Lotgenotenbijeenkomst voor mannen
Di 27 aug	19.00 – 20.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst naasten

ACTIVITEITEN AUGUSTUS 2024

SANTPOORT-NOORD

Datum	Tijd	Activiteiten
Wo 28 aug	10.00 – 11.00 uur	Do-in yoga
	19.30 – 21.00 uur	Yoga
Do 29 aug	11.00 – 13.00 uur	Sessie ademen & verbinden
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
	15.00 – 16.15 uur	Yoga Nidra (bij voldoende animo)
Vrij 30 aug	09.30 – 10.45 uur	Yoga

Aanbod dat niet vast op agenda staat:

- Oncologisch spreekuur op afspraak
- Vragen over het UWV op afspraak
- Coaching (algemeen & richting werk) en systeemgesprekken
- Cursus Omgaan met Stress en Mindfulness training
- Boekenuitleen
- Kookworkshops
- Positieve Gezondheid: Het andere Gesprek
- Uitwendige borstprothese voorlichting op afspraak
- Lotgenotengroep voor gasten die niet meer beter worden
- Spreekuur Bloedkanker, Stamceltransplantatie en lymfklierkanker

Vraag ernaar bij de gastvrouwen aan de keukentafel of neem telefonisch contact met ons op.



IPSO Huis Kennemerland
Wulverderlaan 51
(023) 888 53 67
info@ipsohuiskennerland.nl
ipsohuiskennerland.nl