



**IPSO HUIS
KENNEMERLAND**
Centrum voor leven met en na kanker

ACTIVITEITEN MAART 2025 SANTPOORD-NOORD

Datum	Tijd	Activiteiten
Di 04 mrt	10.00 – 11.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst: <i>Als genezing niet meer mogelijk</i>
Wo 05 mrt	10.00 – 11.00 uur	Do In yoga
	13.00 – 16.00 uur	Hoofd- of voetmassage
	12.30 – 13.15 uur	Recovery Run
	13.30 – 14.15 uur	Power fit
Do 06 mrt	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	13.30 – 14.15 uur	Yoga Nidra
Vr 07 mrt	09.30 – 10.45 uur	Yoga
	10.00 – 11.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst thema: <i>kwaliteit van leven</i>
Di 11 mrt	14.00 – 15.30 uur	Intuïtief schrijven
Wo 12 mrt	10.00 – 11.00 uur	Do In yoga
	14.00 – 15.15 uur	Dansende Stem
Do 13 mrt	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	12.45 – 15.45 uur	Massage Heleen
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
	14.00 – 15.30 uur	Informatiebijeenkomst over hormonale therapie bij borstkanker in Haarlem
Vr 14 mrt	09.30 – 10.45 uur	Yoga
Ma 17 mrt	19.30 – 21.00 uur	Lotgenotenbijeenkomst AYA thema: angst voor de uitslag
Di 18 mrt	13.30 – 16.00 uur	Ontspannende Shiatsu
Wo 19 mrt	10.00 - 11.00 uur	Do In yoga
	13.00 – 16.00 uur	Hoofd- of voetmassage
	12.30 – 13.15 uur	Recovery Run
	13.30 – 14.15 uur	Power fit



**IPSO HUIS
KENNEMERLAND**
Centrum voor leven met en na kanker

*Wees welkom aan onze koffietafel.
Voor activiteiten is aanmelden verplicht.*

Do 20 mrt	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
Vr 21 mrt	09.30 – 10.45 uur	Yoga
Ma 24 mrt	19.30 – 21.00 uur	Mannen onder elkaar
Di 25 mrt	14.00 – 15.30 uur	Intuitief schrijven
Wo 26 mrt	10.00 – 11.00 uur	Do In yoga
Do 27 mrt	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
Vr 28 mrt	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



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