



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

ACTIVITEITEN MEI 2025 SANTPOORD-NOORD

Datum	Tijd	Activiteiten
Do 01 mei	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	13.30 – 14.15 uur	Yoga Nidra
Vr 02 mei	10.00 – 11.15 uur	Yoga
	10.00 – 11.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst thema: <i>kwaliteit van leven</i>
Di 06 mei	14.00 – 15.30 uur	Intuitief schrijven
	10.00 – 11.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst: als genezing niet meer mogelijk is
	14.30 – 15.45 uur	Yoga
Wo 07 mei	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 08 mei	12.45 – 15.45 uur	Massage Heleen
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
Vr 09 mei	10.00 – 11.15 uur	Yoga
Di 13 mei	13.30 – 16.00 uur	Ontspannende Shiatsu
Wo 14 mei	10.00 - 11.00 uur	Do In yoga
	14.00 – 15.15 uur	Dansende Stem
Do 15 mei	10.00 – 11.45 uur	Creatief Atelier
	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
Vr 16 mei	10.00 – 11.15 uur	Yoga
Ma 19 mei	19.30 – 21.00 uur	Lotgenotenbijeenkomst AYA thema: energiebalans
Di 20 mei	14.00 – 15.30 uur	Intuitief schrijven
	14.30 – 15.45 uur	Yoga



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

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

Wo 21 mei	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 22 mei	13.30 – 14.45 uur	Yoga Nidra
Vr 23 mei	10.00 – 11.15 uur	Yoga
Ma 26 mei	19.30 – 21.00 uur	Lotgenotengroep: Mannen onder elkaar
Di 27 mei	13.30 – 16.00 uur	Ontspannende Shiatsu
Wo 28 mei	10.00 – 11.00 uur	Do In yoga
Do 29 mei	GESLOTEN	Gesloten i.v.m. Hemelsvaartdag
Vr 30 mei	GESLOTEN	Dag na Hemelsvaart

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