

ACTIVITEITEN PROGRAMMA MAART 2018
De activiteiten zijn toegankelijk voor gasten van Inloophuis Debora.
Deelname is kosteloos.

Donderdag 1 maart	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Izabella Hettinga 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Avi Lev 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petra Verkerk 16.00 - 17.15 uur</p>	
Vrijdag 2 maart	<p>Schilderen op gevoel (max. 6 deelnemers) Luciënne van Leeuwen 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Lydia Vollering 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Vilten Pasen (max. 12 deelnemers) Anneliese Kester 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Reiki Suzanne vd Kooij 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
Maandag 5 maart	<p>Extra activiteit: verloting make-up advies door BeautyBetty</p> <p>9 Weekse training mindfulness 9^e bijeenkomst (max. 12 deelnemers) Marloes Heemskerk 09.30 - 12.00 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Yolanda Krul 09.45 - 10.45 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Huiskamer Een nieuwe realiteit Johp Krieg 13.30 - 15.00 uur</p> <p>Beelden van ijzerdraad, aluminium, schilders tape en verf (max. 12 personen) Luciënne van Leeuwen 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Make- up en nagels lakken Nathalie vd Vliet 13.00 - 14.00 uur 14.00 - 15.00 uur</p>	
Dinsdag 6 maart	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Gerard Dijkstra 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Clary Leyen 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Voetverwennerij Gonnie vd Plas 14.00 - 14.45 uur 15.00 - 15.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	Naastenprogramma Pauline Stadhouders 19.30 - 21.00 uur
Woensdag 7 maart	<p>Mijmeren op papier (max. 12 deelnemers) 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Werken aan werk Persoonlijk gesprek over werk Cor Schenkenberg 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur</p>	<p>Griekse lunch (max. 12 deelnemers) Thea Tsatsos 12.00 - 13.30 uur</p> <p>Zingen voor het leven (max. 12 deelnemers) Kitty Hekelaar, Els Happel 13.30 - 15.00 uur</p>	

		<p>Coaching Bruno Vanmarcke 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur</p>	
<p>Donderdag 8 maart</p>	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Lydia Vollering 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Riekie Bijnsdorp 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Reiki Corrie Vrij 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p> <p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petra Verkerk 16.00 - 17.15 uur</p>	
<p>Vrijdag 9 maart</p>	<p>KVX Ws fotografie alle niveaus 10.00 - 16.00 (inclusief eenvoudige lunch)</p> <p>Reiki Suzanne vd Kooij 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>KVX Ws fotografie alle niveaus 10.00 - 16.00</p> <p>Voetverwenerij Marga Cals 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
<p>Maandag 12 maart</p>	<p>Extra activiteit: verloting massage in praktijk bij Tessa van Ommen</p> <p>Idogo Qigong (max. 9 deelnemers) Karin Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Gerard Dijkstra 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Mixed Media (max. 6 deelnemers) Aafke Buitelaar 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Voetverwenerij Mieke van Hoof 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
<p>Dinsdag 13 maart</p>	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Ine Stomps 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Haarverwenerij Helma Vermeulen 10.00 - 10.45 uur 10.45 - 11.30 uur 11.30 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i> <i>Vooraf haren wassen!</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Clary Leyen 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Wandelen Heempark Vertrek vanaf de Papaver Lentekriebels, de eerste bloemen en voorjaarsactiviteiten van de vogels (max. 12 deelnemers) Thea Rengers 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Voetverwenerij Marga Cals 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
<p>Woensdag 14 maart</p>	<p>Gewoon gezellig lotgenotencontact onder het genot van koffie/thee met wat lekkers 10.30 - 11.45 uur</p>	<p>Griekse lunch (max. 12 deelnemers) Thea Tsatsos 12.00 - 13.30 uur</p>	

	<p>Hartjes stippelen (max. 8 deelnemers) Marjolein Lotgering 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Linda Ritz 09.45 - 10.45 uur 10.45 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Workshop creatief Paasversiering maken (max 8 deelnemers) Els Happel 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Coaching Huub Schoemaker 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur</p>	
Donderdag 15 maart	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Voetverwennerij Marianne de Waal 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur Badlaken meenemen <i>Let op: gebruikt tafel</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Avi Lev 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petra Verkerk 16.00 - 17.15 uur</p>	
Vrijdag 16 maart	<p>Mindfulness (max. 12 deelnemers) Marloes Heemskerk 10.00 - 11.30 uur <i>Neem warme sokken mee!</i></p> <p>Schoonheidsbehandeling Lydia Vollering 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Tekenen op gevoel met pastelkrijt (max. 5 deelnemers) Luciënne van Leeuwen 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Reiki Corrie Vrij 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
Maandag 19 maart	<p>Extra activiteit: verloting make-up advies door BeautyBetty</p> <p>9 Weekse training mindfulness reserve bijeenkomst (max. 12 deelnemers) Marloes Heemskerk 09.30 - 12.00 uur</p> <p>Gewoon gezellig lotgenotencontact onder het genot van koffie/thee met wat lekkers 10.30 - 11.45 uur</p>	<p>Workshop creatief Kolibri's in aquarel (max. 12 deelnemers) Kerdy van Vuuren 13.30 - 15.30 uur</p>	Naastenprogramma Pauline Stadhouders 19.30 - 21.00 uur
Dinsdag 20 maart	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Ine Stomps 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Gerard Dijkstra 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Clary Leyen 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Voetverwennerij Gonnie vd Plas 14.00 - 14.45 uur 15.00 - 15.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
Woensdag 21 maart	<p>Zentangle (max. 12 deelnemers) Tereza Marin 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Voetverwennerij Mieke van Hoof 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur Badlaken meenemen</p>	<p>Zingen voor het leven (max. 12 deelnemers) Kitty Hekelaar, Els Happel 13.30 - 15.00 uur</p> <p>Coaching Bruno Vanmarcke 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur</p>	

<p>Donderdag 22 maart</p>	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Lydia Vollerling 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Riekje Bijnsdorp 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Voetverwennerij Marga Cals 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p> <p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petra Verkerk 16.00 - 17.15 uur</p>	
<p>Vrijdag 23 maart</p>	<p>Huiskamergesprek 'Wijsheid' (max. 9 deelnemers) Huub Schoemaker 10.15 - 12.00 uur</p> <p><i>Let op; deze ochtend is de huiskamer alleen toegankelijk voor deelnemers aan het huiskamergesprek</i></p>	<p>Minituintjes (max. 12 deelnemers) Petra Verkerk 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Reiki Corrie Vrij 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
<p>Maandag 26 maart</p>	<p>Extra activiteit: verloting schoonheidsbehandeling bij Izabella Hettinga</p> <p>Idogo Qigong (max. 9 deelnemers) Karin Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Gerard Dijkstra 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Mixed Media (max. 6 deelnemers) Aafke Buitelaar 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Gewoon gezellig lotgenotencontact onder het genot van koffie/thee met wat lekkers 13.45 - 15.15 uur</p>	
<p>Dinsdag 27 maart</p>	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Voetverwennerij Marianne de Waal 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur Badlaken meenemen <i>Let op: gebruikt tafel</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Clary Leyen <i>Let op aangepaste tijd: 13.30 - 15.00 uur</i></p> <p>Lotgenotenbijeenkomst prostaatcancer 16.00 - 17.30 uur</p>	
<p>Woensdag 28 maart</p>	<p>Tekenen met bijenwas (max. 5 deelnemers) Tereza Marin 10.30 - 12.00 uur</p> <p>Huiskameractiviteit Mandela borduren (max. 5 deelnemers) Magda Verkerk 10.00 - 12.00 uur</p>	<p>Workshop creatief Paashaas van gips versieren (max 8 deelnemers) Els Happel 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Coaching Huub Schoemaker 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur</p>	
<p>Donderdag 29 maart</p>	<p>Paaslunch Ria Berkhout Corina Pigmans Mirjam Groninger 13.00 - 15.00 uur</p>	<p>Paaslunch Ria Berkhout Corina Pigmans Mirjam Groninger 13.00 - 15.00 uur</p>	

Vrijdag 30 maart	GOEDE VRIJDAG	GOEDE VRIJDAG	
-----------------------------	----------------------	----------------------	--

Geopend maandag tot en met vrijdag van 10.00 - 16.00 uur

Telefoon: 015 - 2572767

Website: www.inloophuisdebora.nl

Facebook: www.facebook.com/inloophuis.debora.delft