

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

Maandag 1 oktober	<p>Extra activiteit: verloting make-up advies door BeautyBetty</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>Lunch (max. 12 deelnemers) 12.00 - 13.30 uur</p> <p>Make- up en nagels lakken Nathalie vd Vliet 13.00 - 14.00 uur 14.00 - 15.00 uur</p>	
Dinsdag 2 oktober	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Daniela Panzeri 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Gonnie van der Plas <i>Let op: aangepaste tijd!! 13.30 - 15.00 uur</i></p> <p>Lotgenotenbijeenkomst Prostaat kanker Lot Hageman, Carolien de Wit 16.00 - 17.30 uur</p>	Naastenprogramma Pauline Stadhouders 19.30 - 21.00 uur
Woensdag 3 oktober	<p>MBSR, bijeenkomst 2 (minimaal 8, maximaal 12 deelnemers) Marloes Heemskerk 09.30 - 12.00 uur</p> <p>Voetverwennerij Mieke van Hoof 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Debora's mixed nuts Samen zingen (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>	
Donderdag 4 oktober	<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) Avi Lev, 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>	
Vrijdag 5 oktober	Dag workshop Vermoeidheid (max. 10 deelnemers) Nynke Humalda 10.30 - 15.30 uur (inclusief lunch)	Dag workshop Vermoeidheid (max. 12 deelnemers) Nynke Humalda 10.30 - 15.30 uur (inclusief lunch)	

	<p style="text-align: center;">Reiki Suzanne vd Kooij 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p> <p style="text-align: center;">Coaching Bruno Vanmarcke 10.15 - 11.15 uur</p>		
Maandag 8 oktober	<p>Tekenen op gevoel met pastelkrijt (max. 5 deelnemers) Luciënne van Leeuwen 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Yolanda Krul 09.45 - 10.45 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Workshop schilderen Kleurrijke herfstgezichten schilderen (max. 12 deelnemers) Kerdy van Vuuren 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>	
Dinsdag 9 oktober	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Energetische Facelift Jolanda Berk 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Handdoek meenemen</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Gonnie van der Plas 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Izabella Hettinga 13.30 - 14.30 uur 14.30 - 15.30 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
Woensdag 10 oktober	<p>Workshop creatief Glazen kerstboompjes Deel 1 (deel 2 op 26-10) (max. 7 personen) Marjolein Lotgering 10.00 - 12.00 uur</p>	<p>Workshop creatief Servies beschilderen met porseleinstift (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 11 oktober	<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) Avi Lev, Riekje 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>	
Vrijdag 12 oktober	<p>Kijken in vlekken (max. 12 deelnemers) Elly van Baalen 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Reiki Suzanne vd Kooij 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>		

<p>Maandag 15 oktober</p>	<p>Extra activiteit: verloting make-up advies door BeautyBetty</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>Voetverwennerij Marga Cals 13.30 - 14.15 uur 14.30 - 15.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	
<p>Dinsdag 16 oktober</p>	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Massage bij kanker Daniela Panzeri 10.00 - 11.00 uur 11.00 - 12.00 uur <i>Badlaken mee nemen</i></p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Gonnie van der Plas 13.30 - 15.30 uur</p>	<p>Naastenprogramma Pauline Stadhouders 19.30 - 21.00 uur</p>
<p>Woensdag 17 oktober</p>	<p>BKV Themabijeenkomst (max. 12 deelnemers) Marieke Breunesse 10.00 - 12.00 uur</p>	<p>Debora's mixed nuts Samen zingen (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 18 oktober</p>	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Energetische Facelift Jolanda Berk 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Handdoek meenemen</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Avi Lev, Riekje Bijnsdorp 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petra Verkerk 16.00 - 17.15 uur</p>	
<p>Vrijdag 19 oktober</p>	<p>Mijmeren op papier (max. 12 deelnemers) Elly van Baalen 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>Tekenen met bijenwas (max. 8 deelnemers) Luciënne van Leeuwen 13.30 - 15.30 uur</p>	
<p>Maandag 22 oktober</p>	<p>Doosjes maken van ansichtkaarten (max. 8 deelnemers) Ilse Laros 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Voetverwennerij Marga Cals 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Lunch (max. 12 deelnemers) 12.00 - 13.30 uur</p> <p>Workshop creatief Herfst (max. 12 deelnemers) Kerdy van Vuuren 13.30 - 15.30 uur</p>	
<p>Dinsdag 23 oktober</p>	<p>Yoga (max. 9 deelnemers) Petro</p>	<p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Gonnie van der Plas</p>	

	<p>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>13.30 - 15.30 uur</p>	
woensdag 24 oktober	<p>MBSR, bijeenkomst 3 (minimaal 8, maximaal 12 deelnemers) Marloes Heemskerk 09.30 - 12.00 uur</p>	<p>Workshop creatief Fles of pot verouderen (betonlook) (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 25 oktober	<p>Qigong en Tai-Chi (max. 8 deelnemers) Swie Yap 10.30 - 11.45 uur</p> <p>Voetverwennerij Mieke van Hoof 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Schilderen (max. 12 deelnemers) Avi Lev, Riekje 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>	
Vrijdag 26 oktober	<p>Schilderen op gevoel (max. 6 deelnemers) Lucienne van Leeuwen 10.00 - 12.00 uur</p> <p>Schoonheidsbehandeling Lydia Vollerling 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Workshop creatief Glazen kerstboompjes Deel 2 (deel 1 op 10-10) (max. 7 personen) Marjolein Lotgering 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Energetische Facelift Jolanda Berk 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur <i>Handdoek meenemen</i></p>	
Maandag 29 oktober	<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>Voetverwennerij Marga Cals 10.00 - 10.45 uur 11.00 - 11.45 uur <i>Badlaken meenemen</i></p>	<p>Huiskameractiviteit: Vierkante tafelgesprek Graag een foto meenemen, wat symbool staat voor een keerpunt in uw leven (min. 3 deelnemers, max. 9 deelnemers) Huub Schoemaker 13.45 - 15.15 uur</p> <p>Let op: de huiskamer is niet toegankelijk voor bezoekers die niet deelnemen aan dit gesprek</p>	
Dinsdag 30 oktober	<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</p>	<p>Huiskameractiviteit Cupcakes Halloween (max. 6 deelnemers) Els Happel 13.30 - 15.30 uur</p> <p>Boetseren (max. 9 deelnemers) Gonnie van der Plas</p>	<p>Naastenprogramma Pauline Stadhouders 19.30 - 21.00 uur</p>

	<i>Badlaken mee nemen</i>	13.30 - 15.30 uur	
Woensdag 31 oktober	Biologische vegetarische voedingsworkshop (max. 12 deelnemers) Simone Deege 10.00 - 12.00 uur Energetische Facelift Jolanda Berk 10.00 - 11.00 uur 11.15 - 12.15 uur <i>Handdoek meenemen</i>	Debora's mixed nuts Samen zingen (max. 12 deelnemers) Kitty Hekelaar, Els Happel 13.30 - 15.00 uur Coaching Bruno Vanmarcke 13.30 - 14.30 uur 14.45 - 15.45 uur	

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