

viore centrum

Voor iedereen die leeft met kanker

Voor deelname aan de meeste activiteiten is het de bedoeling dat je je vooraf opgeeft, bij voorkeur per mail (vrijwilligers@viore.org). De (i) achter een programma-onderdeel betekent, dat je van harte welkom bent zonder aanmelding vooraf.

Programma Viore maart 2019

Viore is open van 10:00 tot 16:00

Vrijdag 1 maart

- 10:00-13:00 Koor Zingen voor je leven
- 15:00-17:30 Herensociëteit (i)

Maandag 4 maart

- 15:00-16:00 Tai chi

Dinsdag 5 maart

- 11:00-12:00 Wandelen
- 13:30-15:30 Groep 'Als genezing niet meer mogelijk is'
- 15:00-16:00 Pilates
- 19:30-22:00 Lezen bij Viore

Woensdag 6 maart

- 10:00-11:15 Yoga bij ziekte en herstel Groep I
- 11:30-12:45 Yoga bij ziekte en herstel Groep II
- 13:00-16:00 Massage bij kanker
- 18:00-21:30 PowerSoos

Donderdag 7 maart

- 10:00-12:00 Creatieve inloop (i)
- 11:00-15:00 Huidverzorging
- 13:00-15:00 Moment voor mantelzorgers (i)

Vrijdag 8 maart

- 15:00-17:30 Herensociëteit (i)

Maandag 11 maart

- 13:30-14:30 Ontspanningstraining
- 15:00-16:00 Tai chi

Dinsdag 12 maart

- 11:00-12:00 Wandelen
- 13:30-15:30 Groep 'Als genezing niet meer mogelijk is'
- 15:00-16:00 Pilates

Woensdag 13 maart

- 10:00-11:15 Yoga bij ziekte en herstel Groep I
- 11:30-12:45 Yoga bij ziekte en herstel Groep II
- 13:00-16:00 Massage bij kanker
- 19:30-21:30 Informatieavond over immunotherapie

Donderdag 14 maart

- 10:00-12:00 Creatieve inloop (i)
- 11:00-15:00 Huidverzorging
- 13:00-15:00 Moment voor mantelzorgers (i)
- 13:30-14:30 Vragenuurtje over hormoontherapie bij borstkanker
- 19:30-21:00 Mediteren bij Viore

Vrijdag 15 maart

- 10:00-13:00 Koor Zingen voor je leven
- 15:00-17:30 Herensociëteit (i)

Maandag 18 maart

15:00-16:00 Tai chi

Dinsdag 19 maart

11:00-12:00 Wandelen

15:00-16:00 Pilates

Woensdag 20 maart

10:00-11:15 Yoga bij ziekte en herstel Groep I

11:30-12:45 Yoga bij ziekte en herstel Groep II

13:00-16:00 Massage bij kanker

Donderdag 21 maart

10:00-12:00 Creatieve inloop (i)

11:00-15:00 Huidverzorging

11:00-14:00 Lange wandeling (i)

13:00-15:00 Moment voor mantelzorgers (i)

17:30-20:30 Aanschuiven bij Viore
Thema: 'Eigen regie'

Vrijdag 22 maart

10:00-12:00 Creatieve workshop:
Speksteen bewerken

15:00-17:30 Herensociëteit (i)

Maandag 25 maart

13:30-14:30 Ontspanningstraining

15:00-16:00 Tai chi

19:30-21:15 Informatieavond bij Tergooi:
'Darmkanker, en wat nu?'

Dinsdag 26 maart

11:00-12:00 Wandelen

13:30-15:30 Groep 'Als genezing niet meer mogelijk is'

15:00-16:00 Pilates

Woensdag 27 maart

10:00-11:15 Yoga bij ziekte en herstel Groep I

11:30-12:45 Yoga bij ziekte en herstel Groep II

13:00-16:00 Massage bij kanker

Donderdag 28 maart

10:00-12:00 Creatieve inloop (i)

11:00-15:00 Huidverzorging

13:00-15:00 Moment voor mantelzorgers (i)

14:30-15:30 Muzikale ontmoeting

16:00-18:00 Ontmoetingsmiddag voor nabestaanden

19:30-21:00 Mediteren bij Viore

Vrijdag 29 maart

10:00-13:00 Koor Zingen voor je leven

14:00-15:30 Mannen in gesprek

15:00-17:30 Gezellig samenzijn voor
mannen en vrouwen

viore centrum

Voor iedereen die leeft met kanker

Oostereind 115, 1212 VH Hilversum

Voor informatie, aanmelden of afspraak:

Mail naar vrijwilligers@viore.org of bel ons op 035 685 3532

Kijk voor actuele informatie en een compleet overzicht van activiteiten op: www.viore.org