



## ACTIVITEITEN IN NOVEMBER

### Met en na kanker thuiskomen in ons open huis

Warme welkom naar onze activiteiten aangepast aan mensen geraakt door kanker  
Ons huis is open voor een drankje en een gesprek  
op dinsdag, donderdag en vrijdag van 13u30 tot 16u00 **met uitzondering van dinsdag 11 november**

Inschrijven via [www.villazomernest.be](http://www.villazomernest.be) is nodig voor onze activiteiten:

#### **Dinsdag 4 november 2025**

Handwerk (haken, breien, ...): 14u00 – 16u00  
Gelaatsverzorging: 15u00 – 16u00

#### **Donderdag 6 november 2025**

Zorgmassage door Nathalie: 13u30-14u30 & 15u00-16u00 – 2 individuele sessies  
Bloemschikken: 14u00 – 16u00  
Initiatie in aquarel: 14u00 – 16u00

#### **Vrijdag 7 november 2025**

Yoga met Hilde: 10u00 – 11u15  
Gelaatsverzorging bij Vivoré: 12u00 – 14u00 – 16u00 – 3 individuele sessies  
Fietsen op de hometrainer: 14u00 – 16u00

#### **Donderdag 13 november 2025**

Zorgmassage door Chris: 13u30-14u30 & 15u00-16u00 – 2 individuele sessies  
Eerstelijns psychologische zorg: 14u00 – 17u00

#### **Vrijdag 14 november 2025**

Feel good & care ism 'Cent pur Cent': 13u30 – 16u30  
Ligconcert met klankschalen: 14u00 – 16u00

#### **Dinsdag 18 november 2025**

Mindfulness: 14u00 – 16u30  
Gelaatsverzorging: 15u00 – 16u00

#### **Donderdag 20 november 2025**

Eerstelijns psychologische zorg: 14u00 – 17u00  
Zorgmassage door Nathalie: 13u30-14u30 & 15u00-16u00 – 2 individuele sessies

#### **Vrijdag 21 november 2025**

Fit en fun met Angélique: 10u00 – 11u00  
Yoga met Angélique: 11u00 – 12u00  
Fietsen op de hometrainer: 14u00 – 16u00  
Wandelen met knuffelhond: 15u00 – 16u00

#### **Dinsdag 25 november 2025**

Fasciatherapie bij 'Boost4beauty - Liesbeth Brosens': 9u30 – 10u30 & 12u45 – 13u45  
Eerstelijns psychologische zorg: 14u00 – 17u00  
Infosessie 'Als genezen niet meer kan': 14u00 – 16u00

#### **Donderdag 27 november 2025**

Dansexpressie: 14u00 – 16u00

#### **Vrijdag 28 november 2025**

Gelaatsverzorging bij Vivoré: 12u00 – 14u00 – 16u00 – 3 individuele sessies  
Zorgmassage door Chris: 13u30-14u30 & 15u00-16u00 – 2 individuele sessies  
Ontmoetingsmoment voor mannen: 14u00 – 16u00  
Bosbaden: 14u00 – 16u00

WELKOM!

Villa Zomernest vzw  
Kwakstraat 13 – 9830 Sint-Martens-Latem  
[info@villazomernest.be](mailto:info@villazomernest.be) – [www.villazomernest.be](http://www.villazomernest.be)