

DE EIK - ACTIVITEITENPLAN 2024 - 2027			herzien 5-9-2024
			
ACTVITEIT	FREQUENTIE	AANTAL DEELNEMERS	TOTAAL VERWACHT
Op basis van spinnenweb		PER KEER	aantal deelnemers
Positieve Gezondheid			per jaar minus uitval
lichaamsfuncties(ik voel me gezond en fit)			
yoga / QiGong / Tai Chi	2x per maand	10	200
Meditatie	1x per week	5	225
Leef Fit	3 groepen per jaar (3x 40)	6	720
kookworkshop / gezonde voeding / sappen	1x per maand	3	30
Ontspanningsmassage	1x per 2 weken	2	44
Handmassage	1x per 2 weken	2	44
Wandelgesprek	2x per maand	1	20
Groepswandelingen	1x per maand	8	80
Your marathon Challenge	9x totaal	15	135
kwaliteit van leven:			
ontmoetingsgesprekken	3x per week	1	135
bloemschikken	6x per jaar	12	72
wereldkankerdag	1x per jaar	75	75
kerstlunch / walk-in feest	2x per jaar	50	100
Sing your Song	16 x per jaar	4	64
Intuitief schrijven & moodboard	12x per jaar	5	60
Fotografie	1x per maand	5	50

zingeving (ik heb vertrouwen in de toekomst)			
Rouwverwerking	2x per maand	2	40
Partners / mantelzorgers samen in gesprek	5 bijeenkomsten	5	25
Mindfulness	1x per maand	10	120
Vertragen in de natuur	3x per jaar	5	15
mentaal welbevinden (ik voel me vrolijk)			
mozaïeken	2x per week	8	720
schilderen/tekenen	1x per week	10	450
vilten / handvaardigheden	1x per week	6	300
look good feel better	2x per jaar	8	16
lichaamsmassage	2x per maand	2	40
handmassage	2x per maand	2	40
participatie (ik heb goed contact met anderen)			
Lunchbijeenkomst kanker & werk	2x per jaar	6	12
Bondgirls	1x per maand	8	80
Mannen en kanker	2x per maand	8	160
Vrouwen en kanker	1x per maand	6	60
Wat als je niet meer beter wordt?	2x per maand	8	160
Gezin & kanker	18x per jaar	9	144
Tiener & jongerengroep	6x per jaar	6	36
AYA activiteiten	4x per jaar	6	24
dagelijks functioneren (ik kan goed voor mezelf zorgen)			
patientenorganisatie prostaatcancer	1x per maand	20	200
patiëntenvereniging divers (eenmalig per jaar)	3x per jaar	10	30
patiëntenvereniging Stoma	10x per jaar	5	50
patientenorganisatie darm & slokdarm	4x per jaar	5	20
thema bijeenkomsten klein	3x per jaar	8	24
thema bijeenkomsten groot	3x per jaar	40	120
TOTAAL AANTAL ONTMOETINGSMOMENTEN			4940