

Maandag

OCHTEND

- Zingevende storytelling
- Outside the Boks
- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Documentaire Herstel van aanhoudende lichamelijke klachten
- Samen lezen
- Interactieve lezing: zingevingsthema's herkennen en bespreken

AVOND

- Kennismakingsworkshop Soul Body Fusion®
- Yinyoga
- Pilates
- Rust en balans moment

Dinsdag

OCHTEND

- Sieraden maken
- Ontmoet je burens
- FitStap wandeltraining
- Kunstkaarten maken en versturen
- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Zumba
- Workshop creatief spel
- Escape Room Positieve gezondheid
- Kennismaken met Mindfulness
- Voeding en gezondheid
- Wijksafari

AVOND

- Tijdsurfen

Woensdag

OCHTEND

- Dialoog: Veerkracht
- Gezond Natuurwandelen Amelisweerd
- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Op zoek naar dankbaarheid
- Escape Room Positieve Gezondheid

AVOND

- Hallo lichaam
- Mindful yoga
- Dialoog: Thuisvoelen in de wijk

Donderdag

OCHTEND

- Intuïtief schilderen
- Workshop Positieve Gezondheid
- Speuren naar Positieve Gezondheid
- Parkinson informatiebijeenkomst
- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Workshop Yucelmethode
- Escape Room Positieve Gezondheid
- Zingevingsbijeenkomst: Nooit te Oud om te Groeien

AVOND

- HSP Café - Zin in Hooggevoeligheid
- Leer zwaardvechten als een samoeraï met kendo

Vrijdag

OCHTEND

- Creatieve ontmoeting en Proeverij: Trage Post & Indekerngezond
- De wind mee zoeken
- Beter blijven bewegen
- Outside the Boks
- Meditatie en Reiki
- Zingevingsbijeenkomst: Nooit te Oud om te Groeien
- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Kaart- & spelmiddag
- Samen lezen
- Dialoog: Nu of nooit
- Lezing/ netwerkborrel met oa Machteld Huber

Zaterdag

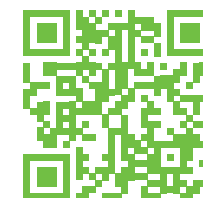
OCHTEND

- Met de bus naar het Centraal Museum

MIDDAG

- Zingevingsbijeenkomst: Nooit te Oud om te Groeien

IDKG
Indekerngezond



Scan de QR code voor de agenda