

Kwiek-activiteiten april 2025



Activiteiten voor ouderen.

Maranathakerk, Steenbokstraat 86.

31 mrt.	11.00-13.00 uur	Oma's soep <u>restaurant Buuv</u>
2 april	13.30-14.00 uur 14.00-14.30 uur 14.45-16.00 uur	Inloop met koffie en thee <u>Beweeg-oefeningen</u> met Hung <u>'Home-start'</u> met Irene Halsema
3 april	10.30-12.30 uur	<u>Welkom Online: (2) zoeken op het internet</u>
9 april	13.30-14.00 uur 14.00-14.45 uur 14.45-16.00 uur	Inloop met koffie en thee <u>Dansen</u> met Lisette <u>'Eenzaamheid'</u> met Lonneke van Vught van Pro Persona
16 april	13.00-14.00 uur 13.30-14.00 uur 14.00-14.30 uur 14.45-16.00 uur	<u>Zenmeditatie</u> met Wil Robben Inloop met koffie en thee. <u>Beweeg-oefeningen</u> met Hung <u>Spelletjes...</u>
17 april	10.30-12.30 uur	<u>Welkom Online: (3) mobiliteit</u>
23 april	13.30-14.00 uur 14.00-14.30 uur 14.45-16.00 uur	Inloop met koffie en thee <u>Dansen</u> met Lisette Sanneke Hilberink: <u>Mindfulness bijeenkomst</u> met adem oefeningen en oefeningen om te ontspannen.
30 april	13.30-14.00 uur 14.00-14.45 uur 14.45-16.00 uur	Inloop met koffie en thee <u>Beweeg-oefeningen</u> met Hung <u>Bevrijdingssoep</u> en filmpjes.....