



Activiteitenprogramma Samen sterk huis

2023
juli & aug

- 2 juli** zondag **Gluren bij de Buren** met Covertrain om 13.00, 14.30 en 16.00 uur
- 3 juli** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio
- 4 juli** dinsdag Teken en (inschrijven) o.l.v. Roel
- 5 juli** woensdag In gesprek over muziek met muziek (inschrijven) o.l.v. Mieny; Je eigen Levenslandschap maken (inschrijven) o.l.v. Evelien
- 6 juli** donderdag Voetmassage (inschrijven) o.l.v. Liesbeth
- 7 juli** vrijdag Qi Gong (inschrijven) o.l.v. Ingrid; Creatief werken (inschrijven) door Catharina
- 10 juli** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio;
- 11 juli** dinsdag Reiki (inschrijven) door Ingrid; Yoga Nidra 10.30 uur (inschrijven) o.l.v. Nathalie
- 12 juli** woensdag Samen sterk koor (aanmelden) o.l.v. dirigent. Kosten 5,00 euro
Spelen met Positieve Gezondheid (inschrijven) o.l.v. Conny
- 13 juli** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth
- 14 juli** vrijdag Stoelyoga (inschrijven) o.l.v. Diana
Creatief werken (inschrijven) o.l.v. Catharina
- 17 juli** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio
- 18 juli** dinsdag Schilderen (inschrijven) o.l.v. Corrie;
Fietsen met lunch o.l.v. Anneke
- 19 juli** woensdag **Varen met de gasten** (inschrijven)
- 20 juli** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth
- 21 juli** vrijdag Art Journal (inschrijven) o.l.v. Corrie en Eline
- 24 juli** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio;
- 25 juli** dinsdag Schilderen (inschrijven) o.l.v. Jeannette
- 26 juli** woensdag Samen sterk koor (aanmelden) o.l.v. dirigent. Kosten 5,00 euro; Leesclub (inschrijven) o.l.v. Anneke en Fenny
Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth;
- 27 juli** donderdag Bloemschikken (inschrijven) o.l.v. Ineke en Ingrid
- 28 juli** vrijdag **Mannenochtend** (inschrijven) 10.00 – 12.00 uur o.l.v. Henk en Ed
- 31 juli** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio

- 1 aug** dinsdag Teken en (inschrijven) o.l.v. Roel;
Fietsen met lunch (inschrijven) o.l.v. Anneke
- 2 aug** woensdag In gesprek over muziek met muziek (inschrijven) o.l.v. Mieny
- 3 aug** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth
- 4 aug** vrijdag Klankschalen (inschrijven) door Ingrid;
Lezing over Egypte (aanmelden) o.l.v. Yvonne van Steen
- 7 aug** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio
- 8 aug** dinsdag Qi Gong (inschrijven) o.l.v. Ingrid
- 9 aug** woensdag Samen sterk koor (aanmelden) o.l.v. dirigent. Kosten 5,00 euro
- 10 aug** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth
Adem verdiepen 10.30 uur (inschrijven) o.l.v. Sharon
- 11 aug** vrijdag Voetmassage (inschrijven) door Marjolein;
- 14 aug** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio;
- 15 aug** dinsdag Bloemschikken (inschrijven) o.l.v. Ineke en Ingrid
- 16 aug** woensdag Art Journal (inschrijven) o.l.v. Eline
- 17 aug** donderdag Voetmassage (inschrijven) o.l.v. Liesbeth;
- 18 aug** vrijdag Reiki (inschrijven) door Ellen; Fietsen met lunch (inschrijven) o.l.v. Anneke
- 21 aug** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio;
- 22 aug** dinsdag Schilderen (inschrijven) o.l.v. Jeannette;
Reiki (inschrijven) door Ingrid
- 23 aug** woensdag Samen sterk koor (aanmelden) o.l.v. dirigent. Kosten 5,00 euro
- 24 aug** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth;
Schilderen met bijenwas (inschrijven) o.l.v. Catharina en Greetje
- 25 aug** vrijdag **Mannenochtend** (inschrijven) 10.00 – 12.00 uur o.l.v. Henk en Ed
- 28 aug** maandag Wandelen 13.30 uur o.l.v. Antonio;
Creatief werken 14.00 uur (inschrijven) o.l.v. Catharina
- 29 aug** dinsdag Klanschalen (inschrijven) o.l.v. Ingrid
- 30 aug** woensdag **Spelen met Positieve Gezondheid** (inschrijven) o.l.v. Conny;
Je eigen Levenslandschap maken (inschrijven) o.l.v. Evelien
- 31 aug** donderdag Voetmassage (inschrijven) door Liesbeth

Deelname is gesponsord! U bent ook altijd van harte welkom voor alleen een kopje koffie of thee

Voor verdere informatie bel naar 0348-447643 of 06-14004496 of mail naar: info@samensterkhuus.nl | Maandag van 13.30 – 16.30 uur | dinsdag t/m vrijdag van 09.30 – 12.30 uur | 'Kidsclub' elke eerste woensdagmiddag van de maand van 14.30 tot 16.30 uur | Rouwgroep 'Rondom verlies van een dierbare' elke 2e dinsdagavond van de maand van 19.30 - 21.30 uur | Mannenochtend elke laatste vrijdag van de maand | De workshops vinden plaats in Samen sterk huis, Wilhelminaweg 12 Woerden en starten om 10.00 uur, vanaf 9.30 uur staan de koffie/thee klaar, op maandag start de workshop om 13.30 of 14.00 uur, zie ook www.samensterkhuus.nl