

Kempenhof

Doe mee & beleef het!

November 2025

☀ Bij ons draait het om **ontmoeten, beleven en meedoen** - iedereen is welkom!

Wat kun je verwachten?

- 🍵 Een flinke dosis **gezelligheid** bij de koffieochtend, hoffelijke avond & vrijmibo
- 🎨 **Creatieve workshops, theater en muziek** – van schilderen tot zangles
- 🏃 **Beweging** – dans, Tai Chi of sport in de tuin
- 🌿 **Buitenleven** – wandelen, jeu de boules en uitstapjes in de natuur
- 💡 **Inspiratie & kennis** – lezingen, digitale vaardigheden, spellen en actualiteiten

👉 **Kom langs**, ontdek wat bij jou past en doe mee – **Kempenhof bruist elke dag!**

MUZIEK IN NOVEMBER



19 NOVEMBER - DE POMPIERS

24 NOVEMBER - KOEK EN ZOPIE

25 NOVEMBER - TROUBADOUR ROP ROMMERS

Hoffelijke Avond

Elke dinsdag | 17.00 – 19.00 uur | Grand Café
Kempenhof

- ✨ Gezellig aanschuiven voor een sfeervol diner.
- 👉 Samen eten, samen genieten.
- 🪑 Reserveren? Niet nodig!

Kom langs, proef heerlijke gerechten en **geniet** van de sfeer. Alleen, of met vrienden – er is **altijd plek** aan tafel. Wij zorgen voor de gezelligheid, jij voor de eetlust!



Toffe kans!

Lever deze bon in voor een **gratis soep of toetje** bij de Hoffelijke avond!

Activiteiten

Van 1 tot 8 november

Maandag

10.00 uur	Kookgroep
10.00 uur	Kom in beweging!
10.00 uur	Schilderen
10.30 uur	De Vrolijke dansers
13.30 uur	Hip & Haak
15.00 uur	Denksport

Dinsdag

10.00 uur	Koffieochtend
10.00 uur	Manicure
13.00 uur	Line dance KBO
14.00 uur	Jeu de boules bij goed weer
14.00 uur	Jokeren, rikken en rummikub
17.00 uur	Hoffelijke avond

Woensdag

9.00 uur	Tai Chi KBO
10.00 uur	Koffieochtend
10.00 uur	Schilderen & div.creatief
14.00 uur	Zanggroep
14.00 uur	Koersballen
15.15 uur	Beweeggroep



Donderdag

10.00 uur Maak rimpels (na aanmelding)
14.30 uur Beweeggroep

Vrijdag

10.00 uur Klassieke muziek
10.00 uur Houtgroep
14.30 uur Vrijdag middag borrel met live muziek

Zaterdag

10.00 uur Koffieochtend



De receptioniste wijst je de weg

Belangrijk!

- Soms vragen we een **inschrijving** en/of **kleine bijdrage**
- Vraag de receptioniste naar de meest **actuele informatie**



Voor herhaling vatbaar

'Van Hoofd naar Hart'

Voor een middag vol **gezelligheid, ontspanning en verbinding!**

Tijdens deze bijeenkomst nemen **Leo & Dana** je mee van het denken naar het voelen. Ze begeleiden je voorbij de wereld van het hoofd; even dat brein op pauze en weer terug naar **verbinding, met jezelf, met dat waar je van houdt.**

Met **muziek, beweging en een prachtige visualisatie met livemuziek** kom je helemaal tot rust.

Of je nu op zoek bent naar meer balans, contact of gewoon een fijne middag — Van Hoofd naar Hart is er voor **iedereen!**



*'Het brengt me ontspanning en **positieve energie**. Soms een traan als emotionele ontlading. Precies wat ik nodig heb, een **momentje voor mezelf!**'*



■ Via de **QR-code** ontdek je meer over deze bijeenkomsten. Binnenkort kun je ook thuis meedoen via de **Hoofd naar Hart App!** Nu alvast een korte meditatie ontvangen? Stuur een berichtje naar **info@hoofdnaarhart.nl** of **06-41841948** (Dana).

