

Activiteiten Praktijkhuis *Januari 2024*



Wandelen | Elke vrijdag | 10.00 uur

Op vrijdagochtend maken we een wandeling door de sfeervolle binnenstad van Nijmegen.

Natuurlijk is het fijn om in beweging te zijn, maar we vinden het vooral belangrijk dat we het gezellig hebben met elkaar. Je mag wekelijks aansluiten of gewoon een keertje meelopen. Voor deze activiteit is aanmelden gewenst.

Kaarsen beschilderen | 3 januari | 10.00 uur

Het nieuwe jaar is gestart en daarom gaan we vandaag kaarsen beschilderen. Wij zorgen voor alle benodigdheden en zo kun je creatief aan de gang met het beschilderen van een kaars. Voor deze activiteit moet je je aanmelden.



Muziekbingo | 10 januari | 14 uur

Vandaag gaan we muziekbingo doen. Je krijgt steeds een nummer te horen en als deze op je kaart staat mag je deze afstrepen. Voor degene die bingo krijgt is er natuurlijk een leuke prijs!

Voor deze activiteit moet je je aanmelden.

Yoga | 17 januari | 14.00 uur

Vanmiddag gaan we een in een kleine groep yoga-oefeningen doen in een rustig tempo. Na de yoga-oefeningen nemen we de tijd om na te bespreken hoe je het vond of wat het met je deed.

Voor deze activiteit moet je je aanmelden.





Weerwolven van Wakkerdam | 23 januari | 14.00 uur

Vandaag gaan we het spel Weerwolven van Wakkerdam spelen! Het wordt vast heel gezellig. Voor deze activiteit moet je je aanmelden.

Aanmelden voor activiteiten

Bij sommige activiteiten is aanmelden verplicht, dit kan op de inschrijflijsten, door te bellen naar 024- 679 3782 of te mailen naar nijmegen@ixtanoa.nl. Als er een uiterlijke datum en tijd is om je aan te melden staat dit vermeld op de affiches/inschrijflijsten.