



IPSO HUIS  
KENNEMERLAND  
Centrum voor leven met en na kanker

## ACTIVITEITEN JULI 2025 SANTPOORT-NOORD

| Datum      | Tijd              | Activiteiten                                            |
|------------|-------------------|---------------------------------------------------------|
| Di 01 juli | 14.00 – 15.30 uur | Intuïtief schrijven                                     |
|            | 14.30 – 15.45 uur | Yoga                                                    |
| Wo 02 juli | 13.00 – 16.00 uur | Hoofd- en/of voetmassage                                |
| Do 03 juli | 13.30 – 14.45 uur | Yoga Nidra                                              |
| Vr 04 juli | 10.00 – 11.15 uur | Yoga                                                    |
|            | 10.00 - 11.30 uur | Lotgenotenbijeenkomst: thema <i>Verbinding</i>          |
| Di 08 juli | 13.30 – 16.00 uur | Ontspannende Shiatsu                                    |
|            | 14.30 – 15.45 uur | Yoga                                                    |
| Wo 09 juli | 10.00 – 11.00 uur | Do-In yoga                                              |
|            | 14.00 – 15.15 uur | Dansende stem                                           |
| Do 10 juli | 10.00 – 11.45 uur | Creatief Atelier                                        |
|            | 12.45 – 16.30 uur | Massage                                                 |
|            | 13.30 – 14.45 uur | Yoga Nidra                                              |
| Vr 11 juli | 10.00 - 11.15 uur | Yoga                                                    |
| Ma 14 juli | 19.30 – 21.00 uur | Lotgenotenbijeenkomst AYA: thema <i>Energievreeters</i> |
| Di 15 juli | 14.00 – 15.30 uur | Intuïtief schrijven                                     |
|            | 14.30 – 15.45 uur | Yoga                                                    |
| Wo 16 juli | 10.00 – 11.00 uur | Do-In yoga                                              |
|            | 12.30 – 13.15 uur | Recovery Run                                            |
|            | 13.30 – 14.15 uur | Power fit                                               |
| Vr 18 juli | 10.00 – 11.15 uur | Yoga                                                    |



IPSO HUIS  
KENNEMERLAND  
Centrum voor leven met en na kanker

**Wees welkom aan onze koffietafel.  
Voor activiteiten is aanmelden verplicht.**

**21 JULI  
T/M  
04 AUGUSTUS**



## **ZOMERSLUITING IPSO HUIS KENNEMERLAND**

### **Aanbod dat niet vast op agenda staat:**

- Oncologisch spreekuur op afspraak
- Vragen over het UWV op afspraak
- Coaching (algemeen & richting werk) en systeemgesprekken
- Cursus Omgaan met Stress en Mindfulness training
- Boekenuitleen
- Kookworkshops
- Positieve Gezondheid: Het andere Gesprek



IPSO Huis Kennemerland  
Wulverderlaan 51  
(023) 888 53 67  
[info@ipsohuiskennemerland.nl](mailto:info@ipsohuiskennemerland.nl)  
[ipsohuiskennemerland.nl](http://ipsohuiskennemerland.nl)