

# LIMBURG LAGEDRUKGEBIED

Tijd	Lokaal 1	Lokaal 2	Lokaal 3	Lokaal 4	Lokaal 5	Lokaal 6	Onthaal	Buiten
14u	Lezing: Ben je al dat moeten ook zo beu?	Positieve gezondheid	Positieve spreuken hand-letteren	De schoonheid van imperfectie fotografieren		Easy flow yoga		Workshop: Samen zingen
14u30								
15u								
15u30	BERINGEN 20 april							
16u	Maak je eigen slamgedicht	Schrijvend verstillen	Maak je eigen ritueel	De kracht van het leven in het hier en nu	Warme babbel over psychische kwetsbaarheid	Klankschalen	Raamtekeningen maken	Lachyoga
16u30								
17u								
17u30								
18u								Slot-slam

DOORLOPEND: Welzijnsbeurs! Kinderanimatie! Hapjes en drankjes!

Waar? Stadhuis. Prijs? GRATIS!

# LIMBURG LAGEDRUKGEBIED

Tijd	Kelder	Boven	Tuin/Hoflokaal	Straat
14u	Stress en burn-out		Zentangles: mindful tekenen	
14u30		Cactus: prikkend theater		
15u				
15u30				
16u			Maak je eigen slangedicht	
16u30				
17u	Mindful ademen met Mustafa Harraq	Leren mediteren		
17u30				
18u				

SINT-TRUIDEN  
27 april

DOORLOPEND: Welzijnsbeurs! Kinderanimatie! Hapjes en drankjes!

Waar? Museum De Mindere. Prijs? GRATIS!

# LIMBURG LAGEDRUKGEBIED

Tijd	De ontdekking	Stille ruimte	Het portaal	Muziek en film	De box	Geheugen van Genk	Het vertel-theater	Inkomhal	
	OPENING om 13u30 door het Regenboogkoor.								
14u	Mindful ademen met Mustafa Harraq	Lachyoga		Cactus: prikkend theater	Filocafé: Wat maakt mij gelukkig?	Dans-workshop: dansen tussen de boeken	Voorlezen in de bib	De levende bib	
14u30									
15u									
15u30	GENK		Schrijvend verstillen	Maak je eigen slam-gedicht	Vaarwel, spullen. Het Japans minimalisme: minder bezit en meer geluk				
16u									
16u30	Minder stress in je leven... het kan!	Easy flow yoga	4 mei				Babbelen en brei		
17u									
17u30									Slot-slam
18u									

DOORLOPEND: Welzijnsbeurs! Kinderanimatie! Hapjes en drankjes!

Waar? Bibliotheek. Prijs? GRATIS!