

Je bent van harte welkom!



UITNODIGING VOOR HET UP EVENT OP 26 MAART 2023

UP Foundation is een stichting voor en door ouders van kinderen die extra zorg nodig hebben. UP biedt verbinding, inspiratie en ontspanning.

Het UP Event vindt plaats op zondag 26 maart 2023 in Brasserie Buitenhuis gelegen aan een prachtig meertje in de buurt van Leiden.

Toe aan een dag waar het weer even helemaal om jou draait? Waar je anderen kunt ontmoeten, verhalen kunt delen en in de watten wordt gelegd? Dan ben je bij UP aan het juiste adres. Wij kijken er naar uit en zien je graag op de 26ste!

Het programma van de dag

9:30

WELKOM!

Ontvangst met verse croissants en koffie & thee



10:00

BOKS WORKOUT

Op een lekkere beat boksen we in de buitenlucht op kussens (niet op elkaar natuurlijk!)

Door Fit coach Patrick Groen



11:15

RONDJE UP

Stel je voor en deel je vraag aan de groep



12:30

LUNCH

Zalige zoete en hartige lunch aan het mooie meer



13:45

ENERGIZER

Een fijne frisse break voor het losmaken van de energie!



14:00

WORKSHOP OVER DE STREEP

Een workshop waarin verbinding, kwetsbaarheid en medeleven wordt gestimuleerd

Door Confrontatietheater

16:00

BORREL

Verbinden & napraten tijdens een uitgebreide borrel



17:00

EINDE PROGRAMMA

Neem je goodybag mee, en bedenk vast wie je de volgende keer kan introduceren!



Voor het 17e event zijn 30 plekken beschikbaar dus koop snel een ticket via www.upfoundation.nl als je interesse hebt.

ZONDAG 26 MAART 2023
09:30 – 17:00
KOSTEN 49,-

Locatie UP Event:
Brasserie Buitenhuis
www.brasseriebuitenhuis.nl
J. Pellenbargweg 2
2235 SP Valkenburg

(bereikbaar met het openbaar vervoer en volop gratis parkeergelegenheid)

Gastvrouwen tijdens het UP Event:

Josien 06-48012141
Linsey 06-81095194

Door donaties kunnen we een beperkt aantal kaarten met korting beschikbaar stellen. Schroom niet en mail ons!



[instagram.com/upfoundation](https://www.instagram.com/upfoundation)



[facebook.com/upfoundation](https://www.facebook.com/upfoundation)



hello@upfoundation.nl