



HART Zomerweken

Culturele zomeractiviteiten voor 60+

Aanbod De Cacaofabriek

Rondleiding expositie: de natuur staat in mij geschreven (incl. workshop!)

Datum: Zaterdag 13 juli

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

Locatie: De Cacaofabriek Expo

Kosten:

In de tentoonstelling De natuur staat in mij geschreven is werk te zien van 10 kunstenaars die de natuur als uitgangspunt voor hun kunstwerken gebruiken. Een van de kunstenaars is Alessandra Scalora. Alessandra is naast kunstenaar ook de stadsimker van Eindhoven. Zij gebruikt materiaal van haar bijen om kunstwerken te maken, zoals het stuifmeel. Met dat stuifmeel kun je ook schilderen als je het vermengt met Arabische gom.

In de rondleiding ontdek je meer over de 10 kunstenaars en hun werk, daarna laat Alessandra je zien hoe je met stuifmeel kunt schilderen. Meer informatie en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Film: Gioia Mia

Datum: Donderdag 16 juli

Tijd: 10.30 uur (duur: 90 min.)

Locatie: De Cacaofabriek

Kosten: Gratis

Nico moet de zomermaanden doorbrengen op Sicilië bij een oude tante. Ze staat op beleefdheden en leeft volgens haar vaste routines. De komst van de levendige jongen verstoort haar dagelijkse patroon en een botsing tussen tradities en de hedendaagse tijd markeert het begin van hun relatie.

Gaandeweg ontstaat er echter een ontroerende band waarvan geen van beiden wist dat ze die nodig hadden. Meer informatie en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Rondleiding expositie: De natuur staat in mij geschreven en workshop van Irem Pinarbaşı

Datum: 17 juli

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

Locatie: De Cacaofabriek expo

Kosten:

In de tentoonstelling De natuur staat in mij geschreven is werk te zien van 10 kunstenaars die de natuur als uitgangspunt voor hun kunstwerken gebruiken. Een van de kunstenaars is modeontwerper Irem Pinarbaşı. Bij de kleding die ze ontwerpt probeert ze zo duurzaam mogelijk te werken met materialen en pigmenten die in de natuur voorhanden zijn..

In de rondleiding ontdek je meer over de 10 kunstenaars en hun werk, daarna geeft Irem een workshop vanuit haar praktijk als ontwerper. Meer informatie en de aanmeldink vindt u [hier](#).



Film: Champagne

Dag: Dinsdag 14 juli

Tijd: 10.30 uur

Locatie: De Cacaofabriek

Kosten: gratis

Wanneer Maarten (Leo Alkemade) te horen krijgt dat zijn vader Hans (Huub Stapel) ongeneeslijk ziek is, besluit hij hem mee te nemen naar de champagnestreek. Hoogtepunt van de trip is het treintje dat door de wijnkelders van Epernay rijdt. Een einddoel dat voor Hans, die graag van een drankje geniet, een soort reis naar de hemel is. Terwijl de gesprekken in de auto stroef verlopen, vinden ze elkaar vooral tijdens de culinaire uitpattingen in lokale restaurants. Hun oude patronen blijven hen achtervolgen, maar juist de kleine, onverwachte momenten brengen de twee dicht bij elkaar. Meer informatie en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).

Workshop dichten en spoken word

Dag: Woensdag 15 juli

Tijd: 14.00-16.00 uur

Locatie: popzaal Cacaofabriek

Kosten: gratis

Jelle Verse is artiest en geeft workshops RAP! Jelle geeft vaak workshops over taal en ritme, aan verschillende groepen, zowel kinderen als volwassenen. Een rap is eigenlijk een gesproken gedicht, ook wel spoken word genoemd. Het is een mooie manier om je gevoelens of je boodschap expressie te geven. Op 15 juli komt hij met jullie rijmen, rappen en misschien zelfs zingen in De Cacaofabriek. Aanmelden en meer info vind je [hier](#).



Aanbod Bibliotheek Helmond-Peel



Lezing: Zintuiglijke natuurbeleving

Datum: Donderdag 16 juli

Tijd: 14.00-16.00 uur

Locatie: Bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Hoe vaak neem je echt de tijd om stil te staan bij wat je ziet, hoort, ruikt of voelt in de natuur? Juist door bewuster te kijken en ervaren, kun je meer rust vinden én intenser genieten van je omgeving.

Tijdens deze lezing vertelt Danielle Tempelaars, natuurgids bij IVN Helmond, hoe je de natuur met al je zintuigen beleeft: zien, horen, ruiken, voelen en zelfs proeven.

Meer informatie over deze lezing en je hiervoor aanmelden kan [hier](#).

Workshop: Natuurapps

Donderdag 23 juli

Tijd: 10.00-12.00 uur

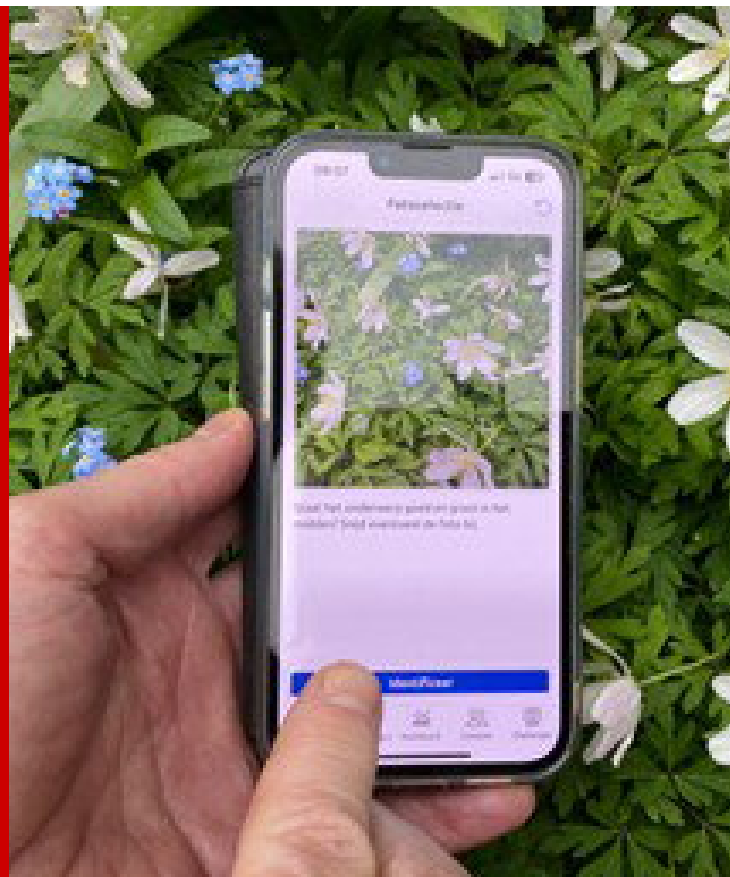
Locatie: Bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Wat is dat voor plant, dat insect, dat oranje vlekje op die boom, dat twinkelende geluidje? .

Met allerlei natuur-apps voor de smartphone heb je het antwoord op veel vragen zo gevonden. Er zijn apps om natuurroutes te lopen, om planten, insecten en paddenstoelen op naam te brengen, om vogelgeluiden te herkennen. Tijdens deze workshop maken deelnemers kennis met diverse apps en wordt ermee geoefend.

Het eerste uur bestaat uit theorie. Het tweede uur ga je gezamenlijk het geleerde in de praktijk brengen. Neem naar deze workshop dus een smartphone mee. Meer informatie over deze workshop en hoe je je kan aanmelden vind je [hier](#).



Markante bomenwandeling

Datum: woensdag 29 juli

Tijd: 10.30-12.30 uur

Locatie: Bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Ga je mee, eropuit met de bibliotheek en de IVN?

De bomenroute van Helmond leidt langs 20 markante bomen, of boomgroepen, in en rondom het centrum van de stad. De route leidt langs het middeleeuws kasteel, door het centrum van de stad, door het prachtige Geukerspark en langs de villatuinen van de vroegere Helmondse industriëlen. Over elke boom of bomengroep is wel iets te vertellen.

We verzamelen bij het lunchcafé Samen in de bibliotheek waarna we na een kopje koffie of thee en een korte introductie, onder leiding van een gids van de IVN op pad gaan.

De wandeling is ongeveer 4 kilometer lang.

Meer informatie over de wandeling en hoe je je kan aanmelden vind je [hier](#).



Tapaslezing: een grote diversiteit aan natuuronderwerpen

Datum: dinsdag 4 augustus

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Anne Regts geeft géén culinaire lezing, maar presenteert een grote diversiteit aan natuuronderwerpen uit zijn ervaringen als bioloog, natuurgids en tuinliefhebber. Zo komen onder andere verhalen en beelden voorbij over paddentrek, graancirkels, rupsendoder, persoonlijke inspiratie, dendrochronologie, schedels, bleke borstelkurkzwam, diersporen, Wood-Wide-Web, de balts van salamanders, een stervende eik, heksenboter, magische ontmoetingen en nog vele andere fascinerende onderwerpen en foto's.

Verhalen en beelden over de natuur worden opgediend in kleine, gevarieerde, smakelijke en goed-verteerbare porties. Het is niet uitgesloten dat het na afloop smaakt naar meer. Meer informatie en een link om u aan te melden vindt u [hier](#).

Gedichtencafé

Datum: maandag 13 juli

Tijd: 19.30-21.30 uur

Locatie: bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Lijkt het je leuk om met je eigen gedachten, emoties en verhalen aan de slag te gaan en deze op papier te zetten al dan niet in dichtvorm? Sluit je dan aan bij het Gedichtencafé. Een laagdrempelige, inspirerende en verrassende plek waar je samen met anderen kunt dichten, rijmen en creëren.

Meer informatie over het gedichtencafé en de aanmeldlink vindt u [hier](#).



De Hellemondse Proattoffel

Datum: Donderdag 9 juli

Tijd: 10.15-12.00 uur

Locatie: Bibliotheek Helmond-Peel

Kosten: gratis

Kom d'r gezellig bij zitten tijdens het Hellemondse proattoffel in Bibliotheek Helmond! Iedere tweede donderdagochtend van de maand gaat Haw ut Hellemonds met jou in gesprek – in ons eigen, vertrouwde dialect.

Samen kletsen we over wat er speelt in de stad, delen we verhalen van vroeger én van nu en lachen we om herkenbare uitspraken of gezegdes. Geen ingewikkeld programma, maar gewoon gezelligheid, ontmoeting en een goed gesprek in het Hellemonds.

Haw ut Hellemonds zorgt voor de sfeer, de gezelligheid én een flinke dosis Helmondse humor.

Iedereen is welkom om aan te schuiven, als je het maar leuk vindt om in dialect te praten of als je mee wil luisteren.

Meer informatie over De Proattoffel en de aanmeldlink vindt u [hier](#).



Aanbod Kunstkwartier

Creatief schrijven: Basiscursus

Datum: woensdag 19 augustus

Tijd: 9.30 - 12.00 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Altijd al een verhaal of misschien zelfs een boek willen schrijven? Laat je inspireren in deze workshop. Auteur/docent Lotte Petersen prikkelt je creativiteit en neemt je mee in de basis van de schrijfkunst. Zo komt het personage, het perspectief en de setting aan bod. Schrijf mee! Meer informatie over de cursus en de aanmeldlink vindt u [hier](#).



Haiku's, elfjes en zes-woorden-verhalen schrijven

Datum: woensdag 19 augustus

Tijd: 13.00-15.30 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Dompel jezelf onder in het plezier van creatief schrijven! In deze cursus experimenteer je - onder begeleiding van auteur/docent Lotte Petersen - met twee mooie dichtvormen: de Haiku en het Elfje. Ook ga je aan de slag met het 6-woorden-verhaal. Laat je inspireren en schrijf mee!

Meer informatie over de cursus en de aanmeldlink vindt u [hier](#).





Dansimprovisatie

Datum: Woensdag 19 augustus

Tijd: 10.30 - 11.45 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Dansen zonder pasjes, maar met veel vrijheid, plezier en verbinding met de ander. Dansimprovisatie is een vrije dansvorm waarin we bewegen binnen onze eigen kennis en kunnen. Tijdens de workshop krijg je opdrachten die er voor zorgen dat je je kunt ontspannen in je lichaam en je verbeelding wordt geprikkeld. We dansen samen, in duo's, maar ook alleen. We herontdekken onze speelse kant en gaan op dansavontuur. Meer informatie en een link om u aan te melden vindt u [hier](#).

Balfolk & Internationale dans

Datum: Woensdag 19 augustus

Tijd: 13.00 - 14.15 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Samen dansen in een grote groep, met eenvoudige passen bewegen op muziek die je meevoert naar de Balkan, Frankrijk, Zweden... Balfolk en internationale dans is een dansvorm waarbij we in een grote kring, lange rij of in koppels samen dansen op folkmuziek. Vele dansen worden (nu nog steeds!) gedaan tijdens dorpsfeesten of familiefeesten, iedereen danst mee, deze dansvorm is daarom geschikt voor mensen van iedere leeftijd. Meer informatie en een link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Stencil Art

Datum: Donderdag 20 augustus

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten:

Kom je creativiteit herontdekken tijdens deze inspirerende en verrassende workshop met als thema Natuur en Identiteit. Je gaat op een speelse manier vormen combineren en met compositie, vorm, kleur en tamponeren aan de slag. Tussendoor genieten we van een kopje koffie en gezelligheid en plezier staan voorop! Meer informatie en een link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Tetrapakdrukken

Datum: donderdag 20 augustus

Tijd: 13.15 - 15.15 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

In deze workshop gaan we duurzaam aan de slag! We hergebruiken tetrapakken waarmee we verrassend genoeg prachtige afdrukken kunnen maken. De resultaten zijn verbluffend en het is helemaal niet moeilijk om te doen. We laten ons inspireren door de natuur maar je eigen ideeën zijn ook welkom. Tussendoor genieten we van een kopje koffie, gezelligheid en het samenzijn. Van harte welkom! Meer informatie en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).

Keramieken: Kistje met deksel

Datum: Vrijdag 21 augustus

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Durf jij de uitdaging aan? Het kistje is een klein ruimtelijk object waarvan de vorm, de oppervlaktebewerking en kleurgebruik, verwijzen naar jouw liefde en passie. Waar gaat jouw hart sneller van kloppen? Op een speelse manier ontdek je hoe klei aanvoelt en combineer je jouw verhaal met vorm, kleur, symboliek en ruimtelijkheid. Tussendoor genieten we van een kopje koffie en plezier staat voorop in deze workshop! Meer informatie en de link om aan te melden vindt u [hier](#).





Keramieken: Levensloop tableau

Datum: Vrijdag 21 augustus

Tijd: 13.15 - 15.15 uur

Locatie: Kunstkwartier

Kosten: € 5,00 p.p.

Het levensloop tableau, gelijkwaardig aan 'de geboortetegel'. Echter, nu ga jij als maker' zelf je levensverhaal in fragmenten afbeelden. Je gaat op zoek naar ervaringen die in je leven betekenisvol zijn (geweest). Een tijdlijn, tekst, vorm, kleur, symbolen, hoog- of laagrelief zijn aspecten die aanbod kunnen komen. We vormen een kleiplaat en bewerken het oppervlak met verschillende technieken. Een inspirerende workshop voor verhalenvertellers in beeld en genietters. Meer informatie en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).

Aanbod Museum Helmond

Sip & Paint

Datum: Vrijdag 17 juli

Aanvang: 14.00- 16.00 uur

Locatie: kasteel

Kosten: € 18.50 p.p. (entree+ schildermaterialen+ drinken/versnaperingen)

Programma: Deelnemers gaan in de trouwzaal aan de slag met het maken van een eigen schilderij op een canvas. Ondertussen geniet u van lekkere drankjes en hapjes. Ook is er de mogelijkheid om het museum te bekijken. Meer informatie over de activiteit en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Theatrale Tour in het kasteel

Data: Vrijdag 24 juli, vrijdag 31 juli, vrijdag 7 augustus, vrijdag 14 augustus

Tijd: 14.00 – 16.00 uur

Locatie: Kasteel

Kosten: € 17,50 (incl. entree museum, koffie/thee en gebak)

U wordt ontvangen door een van de originele kasteelbewoners in de prachtige Middeleeuwse waterburcht. De bewoner leidt u rond in het kasteel. Zo komt u alles te weten over de bewoners en de geschiedenis. na afloop is er tijd voor koffie / thee en gebak. Meer informatie over de tour en de link om u aan te melden vindt u [hier](#).



Al deze activiteiten zijn onderdeel van de **H**Art Zomerweken: een initiatief van de Helmondse Cultuurinstellingen Het Speelhuis, De Cacaofabriek, Kunstkwartier, Bibliotheek Helmond-Peel, Museum Helmond en CultuurContact.

De **H**Art Zomerweken worden mede mogelijk gemaakt door het Fonds Sluiterman van der Loo en het Netwerk Aandacht voor Ouderen