



# Centrum voor leven met en na kanker

## November 2022

U bent van harte welkom. Graag even aanmelden van tevoren voor alle activiteiten  
Bel of mail dan met het secretariaat 072 511 36 44 - [info@praethuys.nl](mailto:info@praethuys.nl)

Zonder afspraak binnen lopen voor een één op één gesprek kan op maandagmiddag en woensdagmiddag tussen 13.00 – 16.00 uur of op donderdagochtend van 10.00 – 13.00 uur

### Activiteiten

Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne Umbriëllaan 7-9 te Heerhugowaard	Dinsdag 1 november	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep borstkanker	Dinsdag 1 november	10.30 - 12.00 uur
Lotgenotengroep partners	Dinsdag 1 november	19.30 - 21.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 2 november	10.00 - 16.00 uur
Creatief Atelier	Woensdag 2 november	10.30 - 12.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 2 november	14.45 - 16.15 uur
Voetontspanning (op afspraak)	Donderdag 3 november	10.00 - 16.00 uur
Lotgenotengroep nabestaanden	Donderdag 3 november	19.30 - 21.30 uur
Yoga voor ontspanning	Vrijdag 4 november	10.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep prostaat kanker (mannen avond)	Dinsdag 8 november	19.30 - 21.30 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 9 november	13.00 - 16.00 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 10 november	10.30 - 12.00 uur
Heart Pillows maken	Maandag 14 november	10.30 - 12.00 uur
Zingen voor plezier	Maandag 14 november	19.30 - 21.00 uur
Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne Umbriëllaan 7-9 te Heerhugowaard	Dinsdag 15 november	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep leven met uitzaaiingen	Dinsdag 15 november	10.30 - 12.00 uur
Creatief Atelier	Woensdag 16 november	10.30 - 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 16 november	13.00 - 16.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 16 november	14.45 - 16.15 uur
Lotgenotengroep Jong en Kanker voor naasten en nabestaanden	Woensdag 16 november	19.30 - 21.30 uur
Voetontspanning (op afspraak)	Donderdag 17 november	10.00 - 16.00 uur
Yoga voor ontspanning	Vrijdag 18 november	10.30 - 11.30 uur
Zentangle (Creatief tekenen)	Dinsdag 22 november	10.30 - 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 23 november	13.00 - 16.00 uur
Lotgenotengroep Jong en Kanker voor jongeren die zelf kanker hebben	Woensdag 23 november	19.30 - 21.30 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 24 november	10.30 - 12.00 uur
Heart Pillows maken	Maandag 28 november	10.30 - 12.00 uur
Zingen voor plezier	Maandag 28 november	19.30 - 21.00 uur
Talk2Gether voor jongeren 12-18 jaar	Dinsdag 29 november	19.15 - 21.15 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 30 november	13.00 - 16.00 uur

### Ontspanning:

- Massage
- Gezichtsbehandeling
- Ontspannende hand of voetverzorging

### Op afspraak

't Praethuys  
Westerweg 50  
1815 DG Alkmaar  
072 511 36 44

[info@praethuys.nl](mailto:info@praethuys.nl)  
[www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl)

Openingstijden:  
maandag t/m donderdag  
van 10:00 - 16:30 uur

Voor meer informatie over de activiteiten bezoek onze website [www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl) of bel 072 511 36 44

*Aandacht, informatie en inspiratie*