



# Centrum voor leven met en na kanker

## Januari 2023

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 3 januari	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep borstkanker	Dinsdag 3 januari	10.30 - 12.00 uur
Lotgenotengroep partners	Dinsdag 3 januari	19.30 - 21.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 4 januari	14.45 - 16.15 uur
Schoonheidsspecialiste (op afspraak) Look good feel better	Donderdag 5 januari	09.00 - 13.00 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 5 januari	10.30 - 12.00 uur
Lotgenotengroep nabestaanden	Donderdag 5 januari	19.30 - 21.30 uur
Heart Pillows maken	Maandag 9 januari	10.30 - 12.00 uur
Zingen voor plezier	Maandag 9 januari	19.30 - 21.00 uur
Lotgenotengroep prostaat kanker	Dinsdag 10 januari	10.30 - 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 11 januari	09.30 - 16.00 uur
Yoga voor ontspanning	Vrijdag 13 januari	10.30 - 11.30 uur
Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne Umbriëllaan 7-9 te Heerhugowaard	Dinsdag 17 januari	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep leven met uitzaaiingen	Dinsdag 17 januari	10.30 - 12.00 uur
Creatief Atelier	Woensdag 18 januari	12.30 - 14.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 18 januari	13.00 - 16.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 18 januari	14.45 - 16.15 uur
Voetontspanning (op afspraak)	Donderdag 19 januari	10.00 - 16.00 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 19 januari	10.30 - 12.00 uur
Heart Pillows maken	Maandag 23 januari	10.30 - 12.00 uur
Zingen voor plezier	Maandag 23 januari	19.30 - 21.00 uur
Zentangle (Creatief tekenen)	Dinsdag 24 januari	10.30 - 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak) Lotgenotengroep Jong en Kanker	Woensdag 25 januari	13.00 - 16.00 uur
nieuwjaarsbijeenkomst jong en kanker.	Donderdag 26 januari	19.30 - 21.30 uur
Talk2Gether voor jongeren 12-18 jaar	Dinsdag 31 januari	19.15 - 21.15 uur

### Ontspanning:

- Massage
- Gezichtsbehandeling
- Ontspannende hand of voetverzorging

### Op afspraak

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

'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

*Aandacht, informatie en inspiratie*



't Praethuys

# Centrum voor leven met en na kanker

## Februari 2023

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

Creatief Atelier	Woensdag 1 februari	12.30 - 14.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 1 februari	13.00 - 16.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 1 februari	14.45 - 16.15 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 2 februari	10.30 - 12.00 uur
Schoonheidsspecialiste (op afspraak)	Donderdag 2 februari	09.00 - 13.00 uur
Look good feel better		
Lotgenotengroep nabestaanden	Donderdag 2 februari	19.30 - 21.30 uur
Zingen voor plezier	Maandag 6 februari	19.30 - 21.00 uur
Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne Umbriëllaan 7-9 te Heerhugowaard	Dinsdag 7 februari	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep borstkanker	Dinsdag 7 februari	10.30 - 12.00 uur
Lotgenotengroep partners	Dinsdag 7 februari	19.30 - 21.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 8 februari	09.00 - 16.00 uur
Yoga voor ontspanning	Vrijdag 10 februari	10.30 - 11.30 uur
Wandelen met en voor nabestaanden	Zondag 12 februari	10.00 - 13.00 uur
Heart Pillows maken	Maandag 13 februari	10.30 - 12.00 uur
Themabijeenkomst: Hormoontherapie bij prostaatkanker Locatie: Wijkcentrum Overdie, van Maerlestraat 8-10 in Alkmaar. Vooraf aanmelden via de mail: <a href="mailto:info@praethuys.nl">info@praethuys.nl</a> is noodzakelijk	Dinsdag 14 februari	14.00 – 16.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 15 februari	13.00 - 16.00 uur
Kidsclub Pardoes (6-12 jr.)	Woensdag 15 februari	14.45 - 16.15 uur
Lotgenotengroep Jong en kanker voor jongeren die zelf ziek zijn. (18 – 35 jr)	Woensdag 15 februari	19.30 - 21.30 uur
Voetontspanning (op afspraak)	Donderdag 16 februari	10.00 - 16.00 uur
Borstprotheses breien	Donderdag 16 februari	10.30 - 12.00 uur
Zingen voor plezier	Maandag 20 februari	19.30 - 21.00 uur
Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne Umbriëllaan 7-9 te Heerhugowaard	Dinsdag 21 februari	9.30 - 11.30 uur
Lotgenotengroep leven met uitzaaiingen	Dinsdag 21 februari	10.30 - 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Woensdag 22 februari	13.00 - 16.00 uur
Lotgenotengroep Jong en nabestaande (18 – 35 jr)	Woensdag 22 februari	19.30 - 21.30 uur
Yoga voor ontspanning	Vrijdag 24 februari	10.30 - 11.30 uur
Heart Pillows maken	Maandag 27 februari	10.30 - 12.00 uur
Zentangle (Creatief tekenen)	Dinsdag 28 februari	10.30 - 12.00 uur
Talk2Gether voor jongeren 12-18 jaar	Dinsdag 28 februari	19.15 - 21.15 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*