

# 't Praethuys

U bent van harte welkom bij onze activiteiten in 't Praethuys. Graag aanmelden van tevoren, of wilt u meer informatie over een activiteit? 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 maandag- en woensdagmiddag tussen 13.00 – 16.00 uur of op donderdagochtend van 10.00 – 13.00 uur.

't Praethuys | Westerweg 50, 1815 DG Alkmaar | 072 511 36 44 | [www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl)



## Activiteiten maart 2024

|   |    |        |                   |
|---|----|--------|-------------------|
| Yoga voor ontspanning   | Vr | 01 mrt | 10.30 – 11.30 uur |
| Creatief Atelier  | Ma | 04 mrt | 14.00 – 16.00 uur |
| Inloop 't Praethuys Alkmaar Noord, 't Kafé<br>Adres: Wijkcentrum Mare Nostrum<br>Arubastraat 2, Alkmaar   | Ma | 04 mrt | 19.30 – 21.00 uur |
| Zingen voor plezier   | Ma | 04 mrt | 19.30 – 21.00 uur |
| Inloop 't Praethuys Heerhugowaard<br>Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne, Umbriëllaan 7-9, Heerhugowaard  | Di | 05 mrt | 09.30 – 11.30 uur |
| Lotgenotengroep Borstkanker   | Di | 05 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Lotgenotengroep Partners  | Di | 05 mrt | 19.30 – 21.00 uur |
| Massage voor ontspanning (op afspraak)  | Wo | 06 mrt | 09.30 – 16.00 uur |
| Schoonheidsspecialiste: Look good, feel better (op afspraak)  | Do | 07 mrt | 09.00 – 13.00 uur |
| Lotgenotengroep Nabestaanden  | Do | 07 mrt | 19.30 – 21.30 uur |
| Heart Pillows maken   | Ma | 11 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Lotgenotengroep Prostaatkanker  | Di | 12 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Themabijeenkomst: "Werk en Kanker"<br>Locatie: Wijkcentrum Overdie, Van Maerlandstraat 8-10 te Alkmaar. Vooraf<br>aanmelden via de mail: <a href="mailto:info@praethuys.nl">info@praethuys.nl</a> is noodzakelijk | Di | 12 mrt | 19.30 – 21.00 uur |
| Massage voor ontspanning (op afspraak)  | Wo | 13 mrt | 13.00 – 16.00 uur |
| Bijeenkomst van de stomavereniging  | Do | 14 mrt | 10.00 – 12.00 uur |
| Borstprotheses Breien   | Do | 14 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Creatief Atelier  | Ma | 18 mrt | 14.00 – 16.00 uur |
| Zingen voor plezier   | Ma | 18 mrt | 19.30 – 21.00 uur |
| Inloop 't Praethuys Heerhugowaard<br>Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne, Umbriëllaan 7-9, Heerhugowaard  | Di | 19 mrt | 09.30 – 11.30 uur |
| Lotgenotengroep Leven met Uitzaaingen   | Di | 19 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Massage voor ontspanning (op afspraak)  | Wo | 20 mrt | 13.00 – 16.00 uur |
| Pardoes (6 – 12 jaar)   | Wo | 20 mrt | 14.45 – 16.15 uur |
| Jong en Kanker (18 – 40 jaar)   | Wo | 20 mrt | 19.30 – 21.30 uur |
| Heart Pillows maken   | Ma | 25 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Zentangle (Creatief Tekenen)  | Di | 26 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Talk2Gether (12 – 18 jaar)  | Di | 26 mrt | 19.15 – 21.15 uur |
| Massage voor ontspanning (op afspraak)  | Wo | 27 mrt | 13.00 – 16.00 uur |
| Jong en Nabestaande (18 – 35 jaar)  | Wo | 27 mrt | 19.30 – 21.30 uur |
| Borstprotheses Breien   | Do | 28 mrt | 10.30 – 12.00 uur |
| Yoga voor ontspanning   | Vr | 29 mrt | 10.30 – 11.30 uur |

Centrum voor leven met  
en na kanker

