

't Praethuys

IPSO centrum voor leven met en na kanker

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.

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

Activiteiten december 2025

Creatief Atelier	Ma	01 dec	14.00 – 16.00 uur
Zingen voor plezier	Ma	01 dec	19.30 – 21.00 uur
Inloop 't Praethuys Alkmaar Noord, 't Kafé Adres: Wijkcentrum Mare Nostrum Arubastraat 2, Alkmaar	Ma	01 dec	19.30 – 21.00 uur
Lotgenotengroep Borstkankerpatiënten	Di	02 dec	10.30 – 12.00 uur
Lotgenotengroep Partners	Di	02 dec	19.30 – 21.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Wo	03 dec	09.30 – 16.00 uur
Schoonheidsspecialiste: Look good, feel better (op afspraak)	Do	04 dec	09.00 – 13.00 uur
Koffie-ochtend	Do	04 dec	10.30 – 12.00 uur
Lotgenotengroep Nabestaanden	Do	04 dec	19.30 – 21.30 uur
Yoga voor ontspanning	Vr	05 dec	10.30 – 11.30 uur
Wandelen met lotgenoten	Zo	07 dec	10.00 – 13.00 uur
Heart Pillows maken	Ma	08 dec	10.30 – 12.00 uur
Lotgenotengroep Prostaatkanker	Di	09 dec	10.30 – 12.00 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Wo	10 dec	13.00 – 16.00 uur
Koffie-ochtend	Do	11 dec	10.30 – 12.00 uur
Zingen voor plezier	Ma	15 dec	19.30 – 21.00 uur
Inloop 't Praethuys Heerhugowaard Adres: Fysiotherapie Ann Taveirne, Umbriëllaan 7-9, Heerhugowaard	Di	16 dec	09.30 – 11.30 uur
Lotgenotengroep Leven met Uitzaaiingen	Di	16 dec	10.30 – 12.00 uur
Talk2Gether (12 – 18 jaar)	Di	16 dec	19.15 – 21.15 uur
Massage voor ontspanning (op afspraak)	Wo	17 dec	13.00 – 16.00 uur
Pardoes (6 – 12 jaar)	Wo	17 dec	14.45 – 16.15 uur
Jong en Nabestaande (18 – ±40 jaar)	Wo	17 dec	19.30 – 21.00 uur
Koffie-ochtend	Do	18 dec	10.30 – 12.00 uur
Yoga voor ontspanning	Vr	19 dec	10.30 – 11.30 uur

Van 20 t/m 28 december zijn wij gesloten!

*IPSO centrum voor leven
met en na kanker*

