

TOON

— ACTIVITEITENAGENDA SEPTEMBER 2024 —

UITGELICHT DEZE MAAND

Herinrichting Huiskamer

Binnenkort gaan we echt aan de slag met de herinrichting van onze huiskamer. Daarbij zoeken we nog steeds hulp bij klussen als vloerbedekking verwijderen en muren sauzen. **Bent of kent u iemand die hierbij kan helpen?**

Ook zijn er nog veel boeken en kasten die we niet meer gaan gebruiken. Mocht u belangstelling hebben dan zijn deze gratis of tegen een vrijwillige vergoeding op te halen tijdens de inloopmiddagen.

Voetreflexmassage op woensdag 11 september

Een unieke kans om kennis te maken met voetreflexmassage! Oncoreflex is specifiek voor mensen met (klachten van) kanker en/of de behandeling. Het biedt ondersteuning en kan bijdragen aan het verminderen van pijn, slapeloosheid, misselijkheid en stress- en angstgevoelens.

Ans van der Laan is een ervaren en deskundige voetreflextherapeut. Zij biedt aan 3 personen de mogelijkheid om te genieten van een ontspannende voetmassage.



De behandeling is individueel en privé en duurt ongeveer 30 minuten.

Intekenen kan op een van de 3 beschikbare tijden: 13.30 / 14.15 / 15.00

Vooraf aanmelden is essentieel. Mocht het vol zijn dan heeft u op 16 oktober nog een herkansing!

Zie ook: www.voetreflex-edede.nl

Aanmelden en informatie

Voor nadere informatie en aanmelden voor één of meerdere activiteiten kunt u mailen naar info@toonhermanshuisede.nl of te bellen met telefoonnummer: 06 - 22 161 969.

U bent van harte welkom! Ons Toon Hermans Huis is gevestigd in De Open Hof, Hoflaan 2 in Ede.

TOON

— ACTIVITEITENAGENDA SEPTEMBER 2024 —

Informatieavond Kanker en Gezin

Wanneer iemand in het gezin kanker heeft is dat heel ingrijpend voor alle gezinsleden. Onzekerheid, angst, verdriet en boosheid zijn dan normale emoties. Hoe vind je hier als gezin samen een weg in? Hoe betrek je de kinderen erbij? Deze en andere vragen komen aan de orde op **woensdag 25 september**. Dan organiseren wij een interactieve informatieavond met het thema Kanker en Gezin.

De avond wordt verzorgd door Brigitte Bruin van Stichting Kasam, een organisatie die zich specialiseert in het coachen en begeleiden van gezinnen die te maken hebben met kanker (www.kasam.eu).



Yoga

Dit jaar zijn er 2 series van 6 yogalessen. De eerste begint op **2 september** en de tweede op **11 november**. Deze lessen zijn in eerste instantie bedoeld voor nieuwe gasten die zo kennis kunnen maken met wat yoga voor hen kan betekenen.

Vooraankondiging Mindfulness!

Vanaf vrijdag **11 oktober** start weer een nieuwe reeks bijeenkomsten Mindfulness onder begeleiding van Lex Bubbers. De bijeenkomsten zijn van 10.30–12.30 met tussendoor 1 stiltedag van 10.30–16.30. Omdat er een opbouw zit in de bijeenkomsten en onderling vertrouwen belangrijk is, is vooraf opgeven noodzakelijk.

Aanmelden en informatie

Voor nadere informatie en aanmelden voor één of meerdere activiteiten kunt u mailen naar info@toonhermanshuisede.nl of te bellen met telefoonnummer: 06 - 22 161 969.

U bent van harte welkom! Ons Toon Hermans Huis is gevestigd in De Open Hof, Hoflaan 2 in Ede.

Activiteitenagenda

September 2024

01	14.00–16.00	Bakkie Troost
02	14.00–15.00	Yoga
03	10.00–12.00	Koor: Zingen voor je Leven
	13.30–15.30	Lijn en Kleur
04	10.00–12.00	Toon Tuin
	13.30–15.30	Spelletjesmiddag
09	14.00–15.00	Yoga
10	13.30–15.30	Lijn en Kleur
11	10.00–12.00	Toon Tuin
	13.30–15.30	Workshop: Plakken met Knopen
	13.30–15.30	Wandelen
	13.00 - 16.00	Kennismaking met Voetreflexmassage
12	13.30–15.30	Lijn en Kleur
16	14.00–15.00	Yoga
17	10.00–12.00	Koor: Zingen voor je Leven
	13.30–15.30	Lijn en Kleur
18	10.00–12.00	Toon Tuin
	13.30–15.30	Workshop: Diamond Painting
19	13.30–15.30	Lijn en Kleur
23	14.00–15.00	Yoga
24	13.30–15.30	Lijn en Kleur
25	10.00–12.00	Toon Tuin
	13.30–15.30	Workshop: Heart Pillows
	13.30–15.30	Wandelen
	19.30–21.30	Informatieavond: Kanker en Gezin
26	13.30–15.30	Lijn en Kleur
30	14.00–15.00	Yoga

