

Toon Hermans Huis Sittard

Programma november en december 2009

Koopzondag 29 november: Lezing over Prostaatcancer

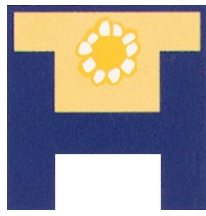
Om het bestaan van het nieuwe lotgenotencontact onder de aandacht te brengen organiseren wij tijdens de koopzondag op 29 november van 11.00 - 13.00 uur lezingen over prostaatcancer. Om 11.00 uur vindt een lezing plaats door Dr. Delaere, uroloog in Orbis Medisch Centrum. Om 12.30 volgt een lezing door een ervaren bekkenfysiotherapeut. Beide sprekers zullen vanuit hun specialisatie de aspecten van prostaatcancer belichten. De Stichting Contactgroep Prostaatcancer is aanwezig. Reserveren is gewenst. Aanmelden telefonisch via 046 - 4516474 of via thhsittard@12move.nl

Nieuwe activiteit: Schrijf het verhaal van uw leven

Ja, u heeft er wel eens over nagedacht. Maar kunt u het wel: uw verhaal op papier zetten? Iedereen kan dat. En dat is fijn en helend. Herinneringen bewaren, belevenissen en gevoelens uiten, iets verwerken. U hoeft niets te kunnen om mee te doen. Goede zin is voldoende. De cursus wordt gegeven als een doorlopende groep, waarbinnen deelnemers in principe voor wat langere tijd deelnemen, maar op ieder moment kunnen instappen of besluiten te stoppen. **Petra van Empelen** is ervaringsdeskundige, schrijfster en docente. Werkt in het bedrijfsleven op het gebied van mens & organisatie en begeleidt o.a. groepen "levensverhalen" en "taal en teken van de droom". De cursus start op maandag 30 november a.s. en vindt wekelijks in ons Huis op maandag plaats van 13.00 - ca. 14.30 uur. Kosten: € 8,50 per keer. Aanmelden via tel. 046 -4516474 of via thhsittard@12move.nl



**EEN HUIS
VOOR MENSEN
MET KANKER,
HUN NAASTEN EN
NABESTAANDEN**



Toon Hermans Huis Sittard

Lotgenotenbijeenkomsten

Borstkankervereniging

Elke eerste dinsdag van de maand (3 november, 1 december, van 10.00 -12.00 u) in het Toon Hermans Huis Sittard. Voor meer informatie kunt u terecht bij mevrouw Marja de Vries tel 046 - 4007323.

Vereniging Ouders Kinderen en Kanker (VOKK)

Bijeenkomst voor ouders van een overleden kind: elke 1^e woensdag van de maand van 19.30 - 21.30 uur (4 november, 9 december). Op 2 december derhalve geen bijeenkomst.

Contactpersoon Marleen Roeden, 046 - 4433247.

Stichting Olijf

St. Olijf biedt steun en hulp aan (ex-)patiënten met gynaecologische kanker en hun naasten. Bijeenkomst op 22 december van 11.00 - 13.00 uur.

Aanmelden en meer info bij mevrouw Gerda van den Heuvel, tel. 020 - 6731921.

Jongerengroep

Bijeenkomsten elke 1^e en 3^e woensdag van de maand.

Aanmelden via www.jongerenpratenoverkanker.nl of

www.jeugdenkanker.hyves.nl

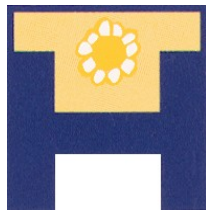
of via Yvonne Laheij, tel. 06-12794127.

Club van Toontje

Creativiteit voor kinderen van 6-12 jaar. Bijeenkomsten wekelijks op woensdagmiddag van 14.00 - 16.00 uur (met uitzondering van de schoolvakanties).

Kosten € 2,00 per keer.

Aanmelden via telefoonnummer: 046 - 4516474.



Toon Hermans Huis Sittard

Vaste activiteiten

Yoga

In de groep op dinsdagavond (18.30-19.30) is nog ruimte. Een uur in de week je lichaam en je geest helemaal ontspannen. In die ontspanning kun je dichterbij jezelf komen, rust vinden en nieuwe kracht en energie opdoen. Proberen? Nog 6 bijeenkomsten voor de Kerst voor € 32,50.
Aanmelden via telefoonnummer: 046 - 4516474.

Creativiteit

Wekelijks op dinsdag- en woensdagochtend van 09.00-11.00 uur. Kosten € 7,50 per keer.
Aanmelden voor een proefles op tel: 046 - 4516474.

Zangkoor

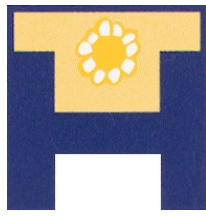
Iedereen die wel eens zingt, weet hoe ontspannend dit is. Je kunt er veel in kwijt en krijgt er veel (energie) voor terug. Wekelijks op maandagochtend van 10.00-11.30 uur onder leiding van dirigente Ria Janssen.
Aanmelden via tel.: 046 - 4516474.

Professionele psychologische hulp

Afspraken op vrijdag met psycholoog mevrouw Kitty Niederer. De kosten worden door de meeste zorgverzekeraars grotendeels vergoed.
Afspraken via tel: 046 - 4516474.

Rouw- en verliesbegeleiding

Via het Huis kunt u een afspraak maken met therapeute Mea Willart.
Kosten € 40,00 per sessie van 60 minuten.



Toon Hermans Huis Sittard

Kookworkshop

Op donderdag 3 december en maandag 7 december vindt van 11.00-14.00 uur een kookworkshop plaats onder leiding van Jessie. De kookworkshop heeft tot doel om samen een gezonde maaltijd te bereiden. We maken een heerlijk 3-gangen menu. De kosten zijn € 12,50 incl. ingrediënten, receptuur, lunch en koffie/thee.

In november vinden **geen** kookworkshops plaats. Aanmelden en/of meer informatie in ons Huis of telefonisch via 046-4516474.

Verwenwinkel

Laat u verwennen in onze verwenwinkel.

Heeft u een moment van ontspanning van lichaam en geest nodig? Kies dan voor stoel-, gelaats-, ontspannings- of voetmassage door Ank Ronkaars.

Openingstijden: op vrijdag van 10.00-14.00 uur.

Duur: half uur. Kosten: € 12,--.

S.v.p. doorgeven welke datum en tijd u wenst, en welke massage.

Geef tevens uw telefoonnummer en/of e-mail adres door. Afspraak kunt u maken via 046-4516474.

Buiten alle activiteiten die in ons Huis plaatsvinden, is er natuurlijk altijd de mogelijkheid om zonder afspraak bij ons binnen te lopen. De gastheren en gastvrouwen heten u van harte welkom met een kopje koffie en een luisterend oor.

Adres:

Paardestraat 31

6131 HB Sittard

Tel.: (046) 451 64 74

www.toonhermanshuissittard.nl

Email: thhsittard@12move.nl

Sinds 1 januari 2008 heeft de belastingdienst ons aangemerkt als **Algemeen Nut Beogende Instelling** (ANBI). Dit betekent dat alle giften en donaties fiscaal verrekenbaar zijn. Op onze website treft u een overzicht aan m.b.t. besteding van onze financiële middelen.