

“Het Toon Hermans Huis  
voor iedereen bij wie kanker de Toon bepaalt”



## Nieuwsbrief

Jaargang

nummer 3

9 april 2020

De afgelopen week hebben we keihard gewerkt aan activiteiten die we door kunnen laten gaan ondanks dat het Toon Hermanshuis dicht is i.v.m. het Coronavirus. Uiteraard vindt u de agenda op de website waar u kunt inschrijven. We wachten de maatregelen van de overheid af en hopen elkaar spoedig weer te zien. #StaySafe.

### ACTIVITEITEN TOON HERMANS HUIS ARNHEM april t/m mei 2020

#### Telefonische bereikbaarheid:

dinsdag t/m vrijdag van 10.00-12.00 uur. Er kan gebeld worden voor informatie, een gesprekje of met vragen.  
026 21 33 196

#### Telefonische spreekuren:

- Kanker en Werk, donderdag 30 april en 28 mei om 10.00, 11.00 en 12.00 uur
- Kanker en Relatie, vrijdag 17 april en 15 mei om 10.00, 11.00 en 12.00 uur
- Humanistisch Raadvrouw, donderdag 16 april en 14 mei om 13.00, 14.00 en 15.00 uur
- Oedeeminformatie, woensdag 8 april en 13 mei er wordt gebeld tussen 13.00 en 15.00 uur
- Omgaan met stress, vrijdag 17 april, 1, 15 en 29 mei om 10.30 uur

Aanmelden via website; na bevestiging worden deelnemers gebeld door de aanbieder op afgesproken tijdstip.

#### Kopij aanleveren

Heeft u zelf een stuk geschreven of heeft u een interessant stuk gelezen en wilt u deze delen in onze nieuwsbrief, stuur deze dan naar [nieuwsbrief@thharnhem.nl](mailto:nieuwsbrief@thharnhem.nl).

*We trachten stukken zo beknopt mogelijk te houden en verwijzen indien wenselijk door naar onze website. De redactie behoudt zich het recht stukken in te korten, te redigeren en aan te passen.*

Copyright © 2018 THHA, All rights reserved.

Wilt u onze nieuwsbrief niet langer ontvangen?  
Stuur UITSCHRIJVEN naar [nieuwsbrief@thharnhem.nl](mailto:nieuwsbrief@thharnhem.nl)

#### Adres:

Stadhoudersstraat 60  
6828 SM Arnhem  
tel: 026 - 21 33 196  
[info@thharnhem.nl](mailto:info@thharnhem.nl)

#### Openingstijden:

Momenteel zijn we vanwege het Coronavirus niet geopend. We helpen u graag telefonisch of via mail verder.

[www.thharnhem.nl/agenda](http://www.thharnhem.nl/agenda)

#### Activiteiten:

- yoga op donderdag, les via skype om 13.30 uur
  - yoga op vrijdag, les via Jitsi om 14.00 uur
- Aanmelden via website, deelnemers ontvangen na bevestiging een mail van docente met de link en uitleg.
- Ontspanning en energie (telefonisch) op dinsdag 14, 21 en 28 april, 12, 19 en 26 mei om 10.30, 11.30 en 12.30 uur.

Aanmelden via website, deelnemer wordt gebeld op afgesproken dag en tijd. [www.thharnhem.nl/agenda](http://www.thharnhem.nl/agenda)

#### Bellen met vrijwilligers op afspraak:

dinsdag t/m vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur. Aanmelden via de website, u wordt gebeld op het aangegeven tijdstip.

Uiteraard houden we u via Facebook op de hoogte. De gedichten op woensdag blijven en op donderdag plaatsen we een meditatie/ontspanningsoefening. Op de dinsdagen plaatsen we een enkele keer een zang- of ademhalingsoefening.

Volg ons op:

