

Activiteitenagenda

April 2019



Maar liefst vier creatieve workshops

Wie ervan houdt om creatief bezig te zijn, kan zijn hart ophalen deze maand. In april zijn er maar liefst vier creatieve workshops waaraan u kunt deelnemen. Zet deze data alvast maar in uw agenda. 8, 15, 19 en 29 april! Maandag 8 april aanstaande beginnen we met een workshop sieraden maken van Afrikaanse kralen. Onze gastvrouw Gera heeft deze kralen meegenomen uit Ghana. Voor het meedoen aan deze workshop hoeft u niet te betalen, u rekent alleen de kralen af die u in uw sieraad heeft gebruikt. We beginnen om 13.30 uur. Een weekje later, op maandag 15 april, geeft Ria een creatieve workshop paasstuk maken. Ook dan beginnen we om 13.30 uur. Op vrijdag 19 april is er weer Kleuren voor volwassenen. Ageeth heeft de kleurpotloden om 10.00 uur voor u klaar liggen. De vierde en laatste creatieve workshop deze maand wordt gegeven door onze exposant Carla van Laar. Misschien heeft u haar werken al aan onze muren zien hangen. Carla geeft op 29 april om 13.30 uur een workshop vilten. De workshops paasstuk maken, kleuren en vilten zijn voor u als gast van ons Toon Hermans Huis gratis. Tien deelnemers kunnen zich aanmelden.



Thema-avond Voeding en beweging bij kanker

'Je moet goed eten en drinken hoor, tijdens je behandelingen!', maar hoe doe je dat als de behandeling als onbedoeld bij-effect de zin in eten aantast? Welke feiten en fabels leven er rondom voeding in relatie tot kanker? Moet je supplementen gebruiken? Zijn superfoods de oplossing? Waar kun je betrouwbare informatie halen? Hoe kan je als patiënt de eigen voedingswensen bespreken met de zorgprofessional? Op deze en andere vragen zal Ellen Kampman antwoord proberen te geven tijdens de thema-avond Voeding en beweging bij kanker op woensdag 24 april in ons Toon Hermans Huis. Ellen Kampman is hoogleraar Voeding en Ziekte aan Wageningen Universiteit en gespecialiseerd in voeding en kanker. Ook Linda van de Worp is deze avond aanwezig. Linda weet als fysiotherapeut van Ziekenhuis Gelderse Vallei alles van bewegen. Graag deelt zij haar kennis met u. De thema-avond begint om 19.30 uur.

Uit ervaring weten wij dat er veel belangstelling zal zijn voor deze avond en daarom vragen wij u zich aan te melden via info@toonhermanshuisede.nl. De toegang is gratis.



Lekker buiten bewegen in onze Toon Tuin

En als we het dan toch over bewegen hebben, waarom niet lekker buiten bewegen en aan de slag in onze moestuin? Een gezonde levensstijl volhouden is tenslotte een stuk makkelijker als je het samen doet.

We tuinieren elke woensdag bij Tuinenpark De Koekelt. We starten om 13.30 uur met een kopje thee of koffie en daarna gaan we aan het werk. Lijkt het u ook leuk om op deze manier aan een gezonde levensstijl te werken? Sluit gerust aan, aanmelden is helemaal niet nodig. We verzamelen om 13.30 uur in clubhuis 't Veldhuus aan de Inschoterweg 1 in Ede.



Een Bakkie Troost op zondag



Zoals elke maand staat er ook in april weer een Bakkie Troost voor u klaar op de eerste zondag van de maand. Een gezellig samenzijn op zondag 7 april tussen 14.00 uur en 16.00 uur. Welkom!

Klimopgroep: Creatieve zingeving bij verlies en rouw

Hoe creativiteit helpend kan zijn bij het verwoorden van de vaak chaotische gevoelens die los kunnen komen als verlies en rouw op je pad komen. Dat je daarvoor geen kunstenaar hoeft te zijn, maar er door het gebruik van eenvoudige technieken iets speciaals van kunt maken dat helend werkt, kunt u ervaren op dinsdag 9 april. We beginnen deze ochtend om 10.00 uur. Er zijn geen kosten aan verbonden. U kunt zich aanmelden via info@toonhermanshuisede.nl



Creatieve middagen bij Toon Toveraars Kinderinloop

En natuurlijk denken wij ook weer aan onze jonge gasten in deze nieuwe maand. Elke woensdagmiddag van 14.00 uur tot 15.30 uur is speciaal voor jullie gereserveerd en zijn jullie welkom bij Toon Toveraars Kinderinloop. Nieuwsgierig wat we gaan doen? Nou daar komt tie.



Woensdag 3 april gaan Bram en Cees met jullie aan de slag en maken we een insectenhotel. Een weekje later op de 10de gaat Lydia met jullie vrij schilderen. Op 17 april, het is dan bijna Pasen, laat Lia zien hoe je met een ballon heel eenvoudig een paasei kunt maken. De laatste woensdag, op 24 april, gaan jullie samen met Hanny tekenen met lijm, zout en gekleurd zand. Zin om te komen? Leuk! We verheugen ons op je komst!

Schilderen en zingen

U weet het inmiddels, elke dinsdag- en donderdagmiddag wordt er getekend en geschilderd in ons Toon Hermans Huis. We hebben hier zelfs een aparte creatieve ruimte voor waar heerlijk gewerkt wordt. We beginnen altijd om 13.30 uur. Op dit moment zijn alle plekje bezet, maar als u wilt, plaats u op de wachtlijst.

Ons koor Zingen voor je Leven repeteert in alle even weken. In april is dat op de 2de, 16de en de 30ste. We zingen van 10.00 uur tot 12.00 uur. Ook hier geldt dat u van harte welkom bent om mee te doen.

Aanmelden?

Aanmelden voor één of meerdere activiteiten kan door te mailen naar info@toonhermanshuisede.nl of te bellen met telefoonnummer: 06 - 22 161 969. U bent van harte welkom!

Activiteitenagenda april 2019

- 2 april 2019 Koor Zingen voor je Leven
- 2 april 2019 Lijn en Kleur
- 3 april 2019 Creatieve workshop Toon Tovernaars Kinderinloop
Insectenhotel maken
- 3 april 2019 Toon Tuin bij Tuinenpark De Koekelt
- 4 april 2019 Lijn en Kleur
- 6 april 2019 Mindfulness Stiltedag
- 7 april 2019 Bakkie Troost
- 8 april 2019 Creatieve workshop sieraden maken van kralen
- 9 april 2019 Klimopgroep: Creatieve zinging bij verlies en rouw
- 9 april 2019 Lijn en Kleur
- 10 april 2019 Creatieve workshop Toon Tovernaars Kinderinloop
Vrij schilderen
- 10 april 2019 Toon Tuin bij Tuinenpark De Koekelt
- 11 april 2019 Lijn en Kleur
- 13 april 2019 Mindfulness
- 15 april 2019 Creatieve workshop paasstuk maken
- 16 april 2019 Koor Zingen voor je Leven
- 16 april 2019 Lijn en Kleur
- 17 april 2019 Creatieve workshop Toon Tovernaars Kinderinloop
Paasei maken
- 17 april 2019 Toon Tuin bij Tuinenpark De Koekelt
- 18 april 2019 Lijn en Kleur
- 19 april 2019 Kleuren voor volwassenen
- 23 april 2019 Lijn en Kleur
- 24 april 2019 Creatieve workshop Toon Tovernaars Kinderinloop
Tekenen met lijm, zout en gekleurd zand
- 24 april 2019 Toon Tuin bij Tuinenpark De Koekelt
- 24 april 2019 Thema-avond Voeding en beweging bij kanker
- 25 april 2019 Lijn en Kleur
- 27 april 2019 Mindfulness
- 29 april 2019 Creatieve workshop Viltten
- 30 april 2019 Koor Zingen voor je Leven
- 30 april 2019 Lijn en Kleur

Kijk ook eens op onze website www.toonhermanshuisede.nl



Toon Hermans Huis Ede
Hoflaan 2
6715 AJ Ede
06-22 161 969
info@toonhermanshuisede.nl