

TOON

— ACTIVITEITENAGENDA OKTOBER 2023 —

Bakkie Troost



Op zondag 1 oktober van 14.00 – 16.00

De zondag is voor veel mensen de lastigste dag van de week. En extra lastig als het niet zo goed met je gaat.

Daarom organiseren wij iedere eerste zondag van de maand een gezellig moment voor iedereen die er even uit wil en behoefte heeft aan een praatje.

Twee vrijwilligers zitten klaar met koffie, thee en een luisterend oor.

Je bent van harte welkom!

Zingen voor je Leven

Op dinsdag 3, 17 en 31 oktober van 10.00 – 12.00

Om de week zingen zo'n 25 vrouwen en een enkele man de sterren van de hemel.

In harmonie en gefocust op elkaar.

Met zingen kom je echt even los van het dagelijks leven. Daarnaast is het ook nog eens gezellig!

We zingen vooral wereldmuziek: licht en vrolijk.



Lijn en Kleur



Elke dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 – 15.30

Vrijwillige docenten Annette en Jantina begeleiden je bij het maken van je eigen schilderij.

Ze sluiten daarbij aan bij je niveau en interesse.

Ook mensen die nog nooit hebben geschilderd blijken ineens een verborgen talent te hebben.

Creatieve Workshops

Elke woensdagmiddag van 13.30 - 15.30

Onder creatieve begeleiding van vrijwilligers Ageeth en Saskia worden prachtige dingen gemaakt.

We beginnen 4 oktober met Kleuren voor Volwassenen.

Op 11 oktober haken we een mooie herfst-slinger.

Woensdag 18 oktober is het weer tijd voor Diamond Painting.

We eindigen op 25 oktober met het maken van Heart Pillows (voor vrouwen met borstkanker een hele fijne oplossing!)



Mindfulness

Op vrijdag 20 en 27 oktober van 10.30 - 12.30

We starten op vrijdag 20 oktober weer met een training mindfulness.

Deze bestaat uit 9 opeenvolgende, wekelijkse bijeenkomsten. Tussendoor zit op 1 december een stiltedag van 10.30 - 16.30.

De serie wordt afgesloten met een herhalingsbijeenkomst.

Mindfulness wordt begeleid door Lex Bubbers

Omdat er een opbouw zit in de bijeenkomsten en onderling vertrouwen belangrijk is, is vooraf opgeven noodzakelijk.

Wandelen

Op woensdag 11 en 25 oktober van 13.30 - 15.30

Onder leiding van een medewerker van SportService de Vallei wandelen we door de mooie Edese omgeving.

Met aandacht voor ieders conditie en tempo.

Al pratend of juist in stilte.



Klimop

Op donderdag 26 oktober van 10.00 - 12.00

Klimop is een groepsbijeenkomst voor mensen die behoefte hebben aan contact met lotgenoten. Aan de hand van een vraagspel en creatieve opdrachten raak je in gesprek en krijg je handvatten voor het dagelijks leven.

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! Ons Toon Hermans Huis is gevestigd in De Open Hof, Hoflaan 2 in Ede.

Activiteitenagenda

Oktober 2023

01	14.00 - 16.00	Bakkie Troost
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	Kleuren voor Volwassenen
05	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
10	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
11	10.00 - 12.00	Toon Tuin
	13.30 - 15.30	Wandelen
	13.30 - 15.30	Creatieve Workshop: herfstslinger haken
12	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
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	Creatieve workshop: Diamond Painting
19	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
20	10.30 - 12.30	Mindfulness
24	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
25	13.30 - 15.30	Wandelen
	13.30 - 15.30	Creatieve workshop: Heart Pillows
26	10.00 - 12.00	Klimop
	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur
27	10.30 - 12.30	Mindfulness
31	10.00 - 12.00	Koor: Zingen voor je Leven
	13.30 - 15.30	Lijn en Kleur

