

In deze nieuwsbrief: **Nieuwjaarswens**

Oliebollentreffen

Het nieuwe jaar

Activiteitenoverzicht

Tot slot...

**Het leven heeft mij dag aan dag
heel duidelijk laten blijken.**

**De mooiste dingen die je ziet,
die zie je zonder te kijken.**

**Ze blijven bij je bovendien
Je hebt ze met je hart gezien.**

-Toon Hermans-

NIEUWJAARSWENS

Namens de vrijwilligers en het bestuur van het Toon Hermans Huis Parkstad wens ik u allen een geweldig nieuw jaar toe, met inspiratie, veerkracht en liefde voor u en de mensen die u dierbaar zijn. Een nieuw jaar met nieuwe kansen en mogelijkheden voor het maken van nieuwe herinneringen.

OLIEBOLLENTREFFEN

Op de valreep van het oude jaar vond voor de derde keer het inmiddels traditionele Oliebollentreffen plaats. Ook nu weer heeft Chef Henk (Dirx) zijn handen uit de mouwen gestoken en vele uren besteed aan het voorbereiden en bakken van heerlijke olieballen. En de opbrengst was wederom geheel voor het Toon Hermans Huis Parkstad.



Velen hebben een bijdrage geleverd aan een zeer geslaagde actie en die wil ik bij deze graag bedanken. Een viertal leden van **Ronde Tafel 96 Heerlen** hebben heel wat uren geholpen met bakken. **Hanos Heerlen** sponsorde ook nu weer vele liters zonnebloemolie. Natuurlijk was **Erol Öztan** weer één van de initiatiefnemers. En **Chef Henk** heeft weer vele uren gestoken in het maken van het lekkerste beslag in de wijde omtrek. Zonder hem hadden we nooit zo'n lekkere

oliebollen kunnen bakken. En laten we niet de vrijwilligers vergeten die al die olieballen hebben moeten inpakken.

De eerste bol ging om half één in de olie en daarna volgden er nog vele. Na bijna negenhonderd stuks, kwam uiteindelijk even na half zes de laatste oliebol uit de pan. Deze werd door Rene Graat zeer vakkundig geveild, en heeft uiteindelijk maar liefst € 50,- opgebracht. En ondertussen was het zeer gezellig in het theater Lexor.

Bent u er straks in december ook weer bij?

HET NIEUWE JAAR

Er staat een nieuw jaar voor de deur. Een jaar waarin we vanzelfsprekend door gaan met datgene dat u van ons gewend bent: een goed gesprek bij een kop koffie met een gastheer of gastvrouw, contact met deelgenoten, bewegen in de buitenlucht tijdens een wandeling, gezond koken tijdens de workshop of heerlijk ontspannen bij een massage.

Dit jaar gaan we ervoor zorgen dat we veel beter bereikbaar zijn in verschillende gemeentes. We starten met inloopochtenden in **wijkpunt de Dormig** (Landgraaf), in **wijkpunt 't Westhoes** (Kerkrade) en in **wijksteunpunt Barbarahoës** (Brunssum).

Daarnaast gaan we verder met het organiseren van informatiebijeenkomsten in samenwerking met **Zuyderland** en Toon Hermans Huis Sittard. In januari zijn er bijeenkomsten over prostaatcancer (16 januari in Toon Hermans Huis Sittard) en over maag/slokdarmcancer (23 januari in Toon Hermans Huis Parkstad). Op 4 februari kunt u weer een mooie activiteit verwachten in het kader van **Wereld kankerdag**.

Ook de rest van het jaar zijn er mooie bijeenkomsten en activiteiten. Er komt een tweede editie van de **Toer de Toon**, onze benefietstocht en van onze inspirerende **netwerkbijeenkomst**. U zult ons tegenkomen bij verschillende beurzen en jaarmarkten en natuurlijk is er weer onze eigen **open dag**.

Houd onze website en social media in de gaten voor de meest actuele informatie!

ACTIVITEITENOVERZICHT

In onderstaand schema vindt u de actuele activiteiten voor de komende maand. Kijk op onze website www.toonhermanshuisparkstad.nl voor de meest actuele informatie.

MAANDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Groepstherapie beeldend en individuele therapie met Anke Maas	Elke maandag volgens afspraak	10:00 – 12:15 u	Terugbetaling via aanvullende verzekering*
Bakken met Ger Logister	13 jan	09:30 – 12:30 u	€ 8,00
DINSDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Tai Chi met Wanda Roos	Elke dinsdag	11:00 – 12:00 u 12:30 – 13:30 u	€ 8,-
Yoga met Diana van Dijk	Elke dinsdag	15:00 – 16:00 u	€ 8,-
Schoonheidsspecialiste Renate Gaastra	Elke dinsdag, alleen op afspraak	Vanaf 14:00 u	v.a. € 16,50

WOENSDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Yoga met Sanne Creusen	Elke woensdag	09:30 – 10:30 u 11:00 – 12:00 u	€ 8,-
Inloopmiddag voor jongeren met Peggy Adriolo	Elke woensdag	13:00 – 17:00 u	gratis
DONDERDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Troostobjecten maken met Betsy Debie	9 en 23 jan	13:00 – 16:00 u	€ 3,50
Wandelen met Theo, Tini en Gerry	23 jan	10:00 – 13:00 u	gratis
Werken en kanker, spreekuur Effectyf	9 en 23 jan alleen op afspraak	09:30 – 11:30 u	gratis
Individuele lichaamsgerichte therapie door Ans Koch	Elke donderdag volgens afspraak	14:00 – 17:00 u	Terugbetaling via aanvullende verzekering*
Informatiebijeenkomst maag- slokdarmkanker	23 januari	19:30 -21:00 u	gratis
Workshop vegetarisch koken met biologische producten door Gerry Debetz	16 jan	13:30 – 16:30 u	€ 15,-
VRIJDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
TOON Koor o.l.v. Maurice Sonnenschein	13 dec	13:30 – 15:30 u	€ 8,-
Gespreksgroepen met Irene Goderij	17 en 31 jan	13:00 – 14:00 u	€ 2,50
Ontspanningsmassage door Mia Raymakers	3, 17 en 31 jan alleen op afspraak	Vanaf 14:00 u	€ 9,- (half uur) € 15,- (uur)

* Afhankelijk van de voorwaarden in uw aanvullende verzekering.

Wilt u graag een keer deelnemen aan één van deze activiteiten? Dat kan! Neem voor meer informatie of het afspreken van een proefles contact met ons op via 045-5427788 of stuur een mail naar info@toonhermanshuisparkstad.nl

TOT SLOT...

...hoop ik u snel weer te ontmoeten in het Toon Hermans Huis Parkstad.

Hartelijke groet,

Armand Winthagen
Directeur



**TOON HERMANS HUIS
PARKSTAD**