

NOVEMBER 2015

Beste belangstellende,

Inmiddels is het volop herfst en overal zien we buiten prachtig gekleurde bomen, struiken en paddenstoelen. Het wordt al wat frisser en we zoeken onze activiteiten ook weer wat meer binnenshuis.

In ons Inloophuis vinden ook deze maand weer volop activiteiten plaats, zoals u in deze nieuwsbrief kunt lezen, zowel binnen als buiten.

Op 4 november vindt een lezing plaats over hersentumoren en uitzaaiingen en wat dit kan betekenen voor mensen die hiermee te maken hebben.

Elders in deze nieuwsbrief vindt u uitgebreide informatie hierover.

Wij hebben gelukkig een nieuwe bezetting voor onze activiteit "koken met gasten": Els, Necla en Helma gaan op 9 november voor het eerst samen koken voor onze gasten. Wij heten hen van harte welkom en wensen hen een gezellige eerste "kookmiddag" toe, samen met de gasten.

Op 8 oktober heeft in ons inloophuis de workshop van BreiBoezem plaatsgevonden, waar met een grote groep enthousiaste deelnemers is gestart met het breien van de boezems. Aansluitend hebben we genoten van een heerlijke lunch met Turkse hapjes verzorgd door Sema.

Inmiddels is men thuis druk bezig met het breien en dinsdag 3 november is er een terugkommiddag bij de knutsel- en handwerkclub. Dus mocht u deze workshop gemist hebben en toch interesse hebben, neem dan gerust contact met ons op voor informatie of deelname.

Verder wil ik u graag attenderen op de **Santa Run**, die ook dit jaar weer plaats zal vinden in Waalwijk en wel op **zondag** 13 december. Inloophuis TOON is weer één van de goede doelen. Voor € 10,00 steunt u een goed doel, krijgt u een prachtig kerstmannenpak en heeft u een onvergetelijke middag. U kunt er alles over lezen op pagina 2.

Wij heten nog een nieuwe vrijwilliger van harte welkom; de heer Alan Fenn zet zich wekelijks in om (samen met Ben en Henk) onze tuin mooi te houden én nog mooier te maken en daar zijn we heel blij mee.

Wij wensen u weer een mooie maand en ontmoeten u graag in ons Inloophuis.

Het team van Inloophuis TOON



Hersentumor/uitzaaiingen dan?

Lezing door:
Deskundigen Elisabeth-TweeSteden
Ziekenhuis en Verbeeten Instituut.



Datum: **Woensdag 4 november 2015**
Aanvang: **19.30 uur**
Plaats: **Inloophuis Toon Waalwijk**
Grotestraat 316

Graag vooraf aanmelden via info@thhw.nl
of telefonisch 0416- 65 27 34

Bijzondere aandacht voor mensen én kanker

Afscheid de heer W. Stenvers

Onlangs heeft het bestuur van Inloophuis TOON afscheid genomen van haar bestuurslid, de heer W. Stenvers. De heer Stenvers heeft zich 6 jaar ingezet voor ons inloophuis. Hij verzorgde onder meer het dagdeel "de ziekte kanker", onderdeel van de basiscursus voor onze nieuwe gastvrouwen en gastheren.

Het bestuur is de heer Stenvers zeer erkentelijk voor zijn betrokkenheid bij onze gasten en onze vrijwilligers.

- Tel. 0416 - 65 27 34 • E: info@thhw.nl • Grotestraat 316 • 5142CD Waalwijk
- Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 09.00 - 17.00 uur
- www.toonhermanshuiswaalwijk.nl • www.inloophuistoon.nl

Maandactiviteit:

Cursus patchwork/ quilt.

De laatste cursusdag voor de workshop patchwork/quilt vindt plaats op 9 november van 10.00 uur tot 12.00 uur. Eigen bijdrage € 5,--.

Zwemmen

Zoals bekend biedt Elegance fysiotherapie een speciaal programma aan: "bewegen bij kanker". Doelstelling hiervan is het optimaliseren van de kwaliteit van leven door: verbetering van de conditie en spierkracht, vermindering van vermoeidheid en contact met lotgenoten. Gasten van Inloophuis TOON kunnen hier op maandagochtend 23 november aan deelnemen. Een uurtje lekker vrij bewegen en daarna gezamenlijk een kopje koffie of thee in het Inloophuis.

Graag om 10.45 uur aanwezig zijn bij het Olympiabad. Het zwemmen begint om 11.00 uur. Aanmelden kan via Inloophuis TOON.

Workshop "Een TOONTJE dieper; vorm geven aan je gevoel"

2^e Bijeenkomst op 12 november van 14.00 tot 15.30 uur. Voor meer informatie: zie nieuwsbrief oktober 2015.

Kosten? Wij vragen een bijdrage voor de materiaalkosten van € 2,50.

Wil je deelnemen?

Vooraf aanmelden is verplicht. Je kunt per bijeenkomst aanmelden. Voor deze bijeenkomst kan dit tot en met woensdag 11 november 16.00 uur.

Aanmelden kan bij Inloophuis TOON, telefonisch 0416-652734 of via mail info@thhw.nl

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Beppie Heijne 06-30344849 of Herma van Tuijl 06-17176619.

Vanaf november ook 's avonds djembé in TOON

Altijd al willen meedoen aan de workshop djembé maar overdag niet in de gelegenheid om te komen?

Dan klinkt dit u als muziek in de oren

Vanaf november bieden we de workshop djembé zowel 's middags als ook 's avonds aan. Onze 8 Afrikaanse trommels staan voor u klaar op de 2e dinsdagmiddag van de maand van 15.30-16.30 uur

en op de 3e dinsdagavond van de maand van 19.00-20.00 uur.

Voor jong en oud, muzikaal of niet, met of zonder ervaring, er is altijd een djembé die zich laat bespelen en samen klinken al die ritmes geweldig. Probeer het uit!

De ervaring leert dat een uurtje trommelen op een djembé als heel ontspannend wordt ervaren. Een groepsactiviteit waar we de handen laten praten. Heel graag tot ziens! Gille Heitinga en Wilma Hulskorte muzikale begeleiding door Cor Bakker Graag vooraf aanmelden bij Inloophuis TOON.



Santa Run 2015

Het duurt nog even, maar op **zondag 13 december** vindt de Santa Run weer plaats en zijn wij opnieuw één van de goede doelen. De organisatie is al in volle gang. De bedoeling is om met alle deelnemers die lopen voor Inloophuis TOON om 13.30 uur te verzamelen bij het huis om (aangekleed en wel) gezamenlijk naar het centrum te vertrekken. Wij hopen dat er zeker 200 mensen meelopen voor ons huis, dus hoe meer deelnemers hoe leuker en beter. U kunt zich bij ons aanmelden via mail, telefoon of in ons huis. Maak je hele netwerk enthousiast.

Kerststukjes maken op 18 december.

Ook dit jaar is het weer mogelijk om deel te nemen aan het maken van een kerststukje op vrijdag 18 december in het Inloophuis. Nadere informatie vindt u in de nieuwsbrief van december. Het is heel fijn als u zelf kerstgroen heeft. Neem dit dan zeker mee, evenals een snoeischaar en scherp mes.

Aanmelden vóór 11 december bij Inloophuis TOON. Het wordt vast weer erg gezellig.



Open atelier (tekenen/schilderen)

Maandag van 14.00 tot 16.00 uur
Woensdag van 10.00 tot 12.00 uur
Vrijdag van 14.00 tot 16.00 uur

Knutsel- en handwerkmiddag

De 1e dinsdag van de maand
van 13.30 tot 15.30 uur
Datum: 3 november

Djembé

De tweede dinsdag van de maand
van 15.30 tot 16.30 uur:
Datum: 10 november
3^e dinsdag van de maand 19.00 tot 20.00 uur.
Datum: 17 november (vooraf aanmelden)

Bewegen en ontspannen op muziek

In de oneven weken op maandag
om 09.45 uur
Datum: 2, 16 en 30 november

Wandelen

Laatste dinsdag van de maand van 13.30 tot
16.00 uur. Datum: 24 november
We ontmoeten elkaar bij Inloophuis TOON om
13.15 uur.

Yoga

Donderdag in de even weken
van 9.30-10.30 uur en van 11.00-12.00 uur
Datum: 12 november, 26 november
Gelieve van te voren aan te melden.

Bakje Troost

Op de vierde donderdag van de maand
Van 14.00 uur tot 15.30 uur.
Datum: 26 november
Gelieve van te voren aan te melden

TOONTJE Dieper

Datum: 2^e bijeenkomst 12 november

Zingen

In de oneven weken op donderdag van 14.00
uur tot 15.00 uur.
Datum: 5 november, 19 november

Lotgenotencontact

Stomavereniging

Eerste dinsdag van de maand van 10.00 tot
12.00 uur. Datum: 3 november

Reiki* **Let op: in november is er geen reiki.**

Dinsdag van 13.00 tot 15.00 uur
Donderdag van 9.30 tot 12.30 uur

Voetreflexmassage*

Dinsdagochtend *in de oneven weken* van 09.30
tot 12.30 uur. Datum: 3 en 17 november
Woensdag van 09.30 tot 12.30 uur

Ontspannende massage*

Vrijdag van 10.00 tot 13.00 uur

Klankschalen

Eerste donderdag van de maand van 13.00 tot
16.00 uur.
Datum: 5 november, 3 december

***Alleen** op afspraak

Koken met gasten.

Maandag 9 november om 17.00 uur. Kosten
deelname € 10,- per persoon. U kunt zich
aanmelden tot vrijdag 6 november 11.00 uur.
Heeft u zich aangemeld, maar wilt u toch
annuleren, laat ons dit
uiterlijk de betreffende dag
vóór 11.00 uur weten.

*Als u zonder afmelding niet
aanwezig bent, zijn wij
genoodzaakt de gemaakte
kosten bij u in rekening te brengen.*

De kinderparaplu

De kinderparaplu is een
bijeenkomst voor kinderen
van de basisschool die met
kanker te maken hebben. Dit
kan als bijvoorbeeld een van
de ouders of grootouders
kanker heeft of een vriendje
of iemand op school. Het is op een
woensdagmiddag en de kinderen kunnen samen
iets leuks doen en samen praten onder
begeleiding van een gastvrouw. Je moet je wel
van tevoren aanmelden bij Inloophuis TOON. Je
mag altijd iemand meebrengen je hoeft niet
alleen te komen.

