

- 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



FEBRUARI 2017

Beste belangstellende,

Voor u ligt de nieuwsbrief van februari. Langzaam aan is het 's ochtends al weer wat eerder licht en 's avonds wat later donker; een voorbode van de lente, met hier en daar al wat bloesem en zingende vogeltjes.

In het inloophuis is deze maand ook volop levendigheid.

Om te beginnen bent u van harte welkom tijdens ons speciale Open Huis op vrijdag 3 februari van 11.00 uur tot 17.00 uur in het kader van Wereldkankerdag. Het programma staat elders in deze nieuwsbrief.

Op woensdag 15 februari verwelkomen wij Judith van der Valk; zij zal deze avond uit eigen ervaring vertellen hoe kanker haar uitnodigt werkelijk voor zichzelf te gaan en te genieten van het volle leven. Naast het vertellen van haar verhaal zal Judith ook muziek spelen onder begeleiding van gitarist Rinie Huigen. U bent van harte welkom deze avond bij te wonen, de toegang is gratis, wel graag vooraf aanmelden bij het Inloophuis.

En uiteraard bent u altijd welkom van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 uur en 17.00 uur voor een ontmoeting of deelname aan een activiteit.

In de agenda vindt u een overzicht hiervan.

Wij ontmoeten u graag deze maand,

Team Inloophuis TOON



OPEN HUIS

Vrijdag 3 februari 2017
11.00 tot 17.00 uur

In verband met wereldkankerdag bent u van harte welkom bij Inloophuis TOON. Naast een rondleiding kunt u kennis maken met diverse activiteiten. De koffie/thee staat klaar met iets lekkers erbij. Rond lunchtijd kunt u genieten van een heerlijk kopje soep uit eigen keuken. In de middag loopt het programma door, ook gericht op jongeren.

Uitgebreide informatie is te vinden op onze website www.inloophuistoon.nl of volg ons op facebook.

Bijzondere aandacht voor mensen én kanker

Wereldkankerdag

Daar Wereldkankerdag (4 februari) dit jaar op zaterdag valt en ons inloophuis dan gesloten is, organiseren we op **vrijdag 3 februari** een **speciale open dag**.

Om 15.00 uur komen 2 jongeren van het kunstencentrum viool spelen en om 16.00 uur is er een djembé workshop.

Wereldkankerdag is een dag waarop wereldwijd wordt stilgestaan bij kanker. De confrontatie met een levensbedreigende ziekte brengt vaak veel verdriet, onzekerheid en vragen met zich mee. Het kan dan fijn zijn om je zorgen te delen met mensen die weten wat je doormaakt. Of je nu zelf ziek bent (geweest), meeleeft met iemand in je omgeving of een dierbare aan kanker hebt verloren: je staat er niet alleen voor.

Inloophuis TOON is er voor mensen met kanker én hun naasten. Want kanker heb je samen. Meer informatie over deze dag volgt in de nieuwsbrief van februari en op de Website en Facebook.

- 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



Zelfontwikkeling door kanker

Een inspirerend verhaal over zelfontwikkeling en
Leven met een hoofdletter!

Judith van der Valk zal deze avond uit eigen ervaring
vertellen. Naast haar verhaal zal Judith ook muziek
spelen onder begeleiding van gitarist Rinie Huigen.

Datum: Woensdag 15 februari

Aanvang: 19.30 uur

Plaats: Inloophuis TOON
Grotestraat 316

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



Bijzondere aandacht voor mensen én kanker



Uit ons kookboek: Zuurkoolschotel

- 1 pak zuurkool
- 1 blikje ananas
- 1 pond gekruid gehakt (half om half)
- 1 ui
- 1 rode paprika
- 1 doosje champignons
- Ketjap, kerrie
- 1 potje slagroom
- Aardappelpuree

Verwarm de oven voor op 200°C.

Ui en paprika fijnsnijden en fruiten. Voeg de
gesneden champignons toe en bak dit samen
met het gehakt. Kruiden met kerrie en flink wat
ketjap. Voeg room toe en laat een paar minuten
inkoken. Kook intussen de zuurkool en maak de
puree.

Doe in een vuurvaste schaal eerst het
gehaktmengsel, verdeel daar de zuurkool over
met de stukjes ananas en als laatste de puree.
Bestrooi dit met paneermeel en botervlokjes.
Zet de schaal ± 40 minuten in de oven.

INLOOPHUIS TOON IS IN DE CARNAVALSWEEK OP DE NORMALE TIJDEN GEOPEND.

Djembé

Met ingang van maart is de djembé activiteit
definitief verzet naar de 2e woensdag van de
maand van 15.30 uur tot 16.30 uur.

Tot ziens op 8 maart!

NL Doet: Lunch voor gasten.

In het kader van NL Doet gaan leerlingen van
de "Walewyc" op vrijdag 10 maart een lunch
verzorgen voor gasten van Inloophuis TOON .



Website, Facebook en Twitter

Nog meer informatie over Inloophuis TOON
vindt u op onze website:

www.inloophuistoon.nl.



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- 15.30
Datum: 7 februari

Djembé

De tweede woensdag van de maand
van 15.30 tot 16.30 uur:
Datum: in februari geen djembé

Bewegen en ontspannen op muziek

In de oneven weken op maandag
om 09.45 uur
Datum: 13 februari. 27 februari vervalt

Wandelen

Laatste dinsdag van de maand.
Datum: 28 februari
We ontmoeten elkaar bij Inloophuis TOON om
13.30 uur.

Yoga

Donderdag in de even weken
Van 9.30 uur tot 10.30 uur en van 11.00 uur
tot 12.00 uur
Datum: 9 en 23 februari
Gelieve van te voren aan te melden

Bakje Troost

4^e donderdag van de maand.
Datum: 23 februari
Van 14.00 uur tot 15.30 uur.
Gelieve van te voren aan te melden

Zingen

In de oneven weken op dinsdag van 10.30 uur
tot 11.30 uur.
Datum: 14 en 28 februari

Wellness *

Donderdag van 13.00 tot 16.00 uur.
Datum: 9 februari

Reiki*

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

Voetreflexmassage*

Dinsdagochtend in de even weken van 09.30
tot 12.30 uur.
Woensdag van 09.30 tot 12.30 uur

Ontspannende massage*

Vrijdag van 10.00 tot 13.00 uur

Klankschalen*

2 februari, 2 maart van 13.00 tot 16.00 uur.

***Alleen** op afspraak

Koken met gasten.

Maandag 13 februari 16.30 uur. Kosten
deelname € 10,- per persoon. U kunt zich
aanmelden tot vrijdag
10 februari 16.00 uur.
Heeft u zich aangemeld,
maar wilt u toch annuleren,
laat ons dit uiterlijk maandag
13 februari vóór 10.00 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.

