

## MEI 2022

Beste allemaal,

In deze nieuwsbrief lezen jullie de laatste nieuwtjes van Inloophuis TOON en vinden jullie alle activiteiten in de maand mei. Blij zijn we te kunnen melden dat we vanaf deze maand weer Reiki aanbieden en er nieuwe workshops zijn samen met Broma's Palet. We gaan samenwerken met Care for Cancer en we sluiten de maand af met een themabijeenkomst op 30 mei.

Kom gerust eens binnenlopen of sluit aan bij één van de vele activiteiten.  
Je bent van harte welkom!

Hartelijke groet,  
Team Inloophuis TOON



### Openingstijden

Inloophuis TOON is geopend op:

- Maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 – 12.00 uur.
- Maandagmiddag van 13.30 – 15.30 uur.

Je kunt vrijblijvend binnenlopen of een afspraak maken via telefoonnummer:  
0416 – 65 27 34.

Inloophuis TOON is gesloten op:

- Vrijdag 13 mei (Vrijwilligersdag)
- Donderdag 26 mei (Hemelvaart)
- Maandag 6 juni (Pinksteren).

Hartelijk  
Welkom!

### Vrijwilligers bedankt!

Bij Inloophuis TOON werken ongeveer 50 vrijwilligers in een gezellig en betrokken team. Dagelijks staan zij klaar voor onze gasten.

Op vrijdag 13 mei zetten wij hen in het zonnetje om hen te bedanken voor al hun inzet. Inloophuis TOON is daarom op vrijdag 13 mei gesloten.



## Mannenavond: maandag 9 mei van 19.00 – 20.30 uur

Onvrijheid en vrijheid; wat is dat voor je zelf?

Tegen het einde van de laatste bijeenkomst werd het idee geopperd de volgende keer het thema te kiezen rondom de 4 en 5 mei herdenkingen en vieringen. Thema's waar je mogelijk niet dagelijks bij stilstaat.

Na de grootse, landelijke herdenkingen en vieringen staan we op 9 mei tijdens de mannenavond stil bij wat onvrijheid en vrijheid voor jezelf is, voor jou persoonlijk. Je bent meer dan welkom. En zeker ook als meedoen voor jou de eerste keer zou zijn!

Graag vooraf aanmelden via [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl) of via 0416 – 65 27 34.

## Varen met Michiel

Op zaterdag 11 juni en zaterdag 9 juli gaat Michiel Soeters varen met gasten van Inloophuis TOON.

Een dag zeilen, relaxen en genieten van een gesprek. Samen een unieke dag op het water beleven.

De boot vertrekt rond 10.30 uur vanuit jachthaven De Biesbosch in Drimmelen. Op beide dagen is nog 1 plekje vrij.

Ga jij mee? Meld je dan snel aan via [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl) of 0416 – 65 27 34. Er geldt vol=vol.



## Cheque De Langstraat Klassieker 2021

In 2021 was Inloophuis TOON één van de goede doelen van De Langstraat Klassieker.

14 april mochten wij een cheque van €3000 in ontvangst nemen. Een fantastisch bedrag waarvoor wij de organisatie, alle deelnemers en sponsors ontzettend willen bedanken!

In 2022 zal De Langstraat Klassieker 2022 plaatsvinden op zaterdag 24 september.



---

## **Nieuw: Reiki bij Inloophuis TOON**

Vanaf maandag 9 mei kun je elke vier weken bij Inloophuis TOON terecht voor een Reikibehandeling. De behandelingen worden gegeven door Linda en Kim van Stichting ZoMa Spread the Love. Stichting ZoMa is een vrijwilligersorganisatie die door het geven van Reiki-sessies ontspanning en heling biedt aan mensen die dit goed kunnen gebruiken. De vrijwilligers van de stichting bezoeken verschillende doelgroepen in heel Nederland, waaronder nu ook ons inloophuis.

### **Maar wat is Reiki?**

Reiki is het geven van energie door handoplegging. Reiki werkt goed voor mensen met lichamelijke, emotionele of mentale klachten. Reiki ontspant, verlicht pijn en versterkt het afweersysteem. Reiki is voor iedereen.

Ontvangers van Reiki geven in de regel aan dat ze beter ontspannen en meer rust ervaren in hun hoofd. Lichamelijke klachten verminderen en er wordt beter geslapen.

Wil jij eens een Reikibehandeling ervaren? Schrijf je dan in. Er zijn nog plaatsen vrij op 9 mei. Aanmelden kan bij Inloophuis TOON via 0416 – 65 27 34 of [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)

---

## **Workshops i.s.m. schildersclub Broma's Palet**

Samen met schildersclub Broma's Palet bieden we gezellige en leerzame workshops aan. Doe je mee? Aanmelden kan via 0416 – 65 27 34 of via [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)

### **Dinsdag 10 en 17 mei, 9.45 – 12.00 uur**

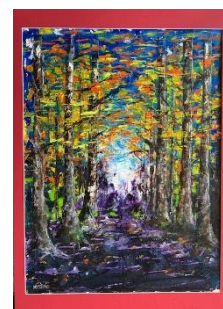
#### **Workshop Schilderen met een paletmes**

Christien en Gerrie verzorgen een 2-daagse workshop 'Schilderen met een paletmes'.

Je maakt tijdens deze workshop 2 schilderijen.

10 mei gaan we aan de slag met (een boeket) bloemen, op 17 mei is het onderwerp bomen.

De kosten voor de beide dagen samen is €10,-.



---

### **Woensdag 8 juni, 9.45 – 12.00 uur Workshop Aquarel**

Jeanne en Martha bieden een workshop Aquarel aan op woensdag 8 juni.

De kosten voor deelname bedragen €5,-.

**Themabijeenkomst: maandag 30 mei 19.00 uur**

## Leven met of na kanker .... Voor altijd anders

Iedereen die met kanker te maken krijgt, ervaart verlies. Ook wanneer je geneest of als je ziekte een chronisch karakter krijgt. Denk bijvoorbeeld aan het verlies van je gezondheid, verlies van je werk, verlies van vrienden of relaties. Maar ook verlies van je toekomst, die er misschien ineens heel anders uit gaat zien. Dit verlies noemen we 'Levend verlies' voor patiënten en naasten.

Coretta van Gils is consulent van Care for Cancer. Op maandagavond 30 mei gaat zij in op wat 'Levend verlies' voor iemand kan betekenen. Want waarom voel je je niet blij als de behandelingen achter de rug zijn en goed zijn gegaan? En moet je niet opgelucht en dankbaar zijn dat je nog leeft?

Je bent van harte welkom bij Inloophuis TOON om deze themabijeenkomst bij te wonen. Graag vooraf aanmelden via telefoonnummer 0416 – 652734 of via [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)

## Loop mee voor het goede doel!

Stichting Inzet Loont zet zich in voor Inloophuis TOON in Waalwijk en Inloophuis Midden-Brabant in Tilburg.

Op zondag 29 mei organiseren zij de wandeltocht:

### Wandelen voor Anderen.

Inschrijven kan via [www.inzetloont.nl](http://www.inzetloont.nl)



## Vacature: masseur/masseuse voor ontspannende massages

Els Peters is al jaren een vertrouwd gezicht bij Inloophuis TOON. 16 juni is haar laatste werkdag en stopt zij met het geven van ontspannende massages aan onze gasten.

Wij zijn daarom op zoek naar een vrijwilliger die deze taak over wil nemen.

Ben jij degene die kennis heeft van ontspannende massages bij kanker?

Wil je meer informatie?

Neem dan contact met onze coördinator Tanja Pijpers.

Telefoon 0416 – 65 27 34 of [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)

## Care for Cancer bij Inloophuis TOON

Vanaf mei 2022 werken we samen met Allertzorg Care for Cancer.

Allertzorg Care for Cancer biedt oncologische begeleiding aan patiënten en naasten.

Al ruim 10 jaar verzorgen ervaren oncologieverpleegkundigen thuisconsulten in de regio Waalwijk. Vanaf nu kunnen deze consulten ook laagdrempelig plaatsvinden bij Inloophuis TOON.

## Waar kan Care for Cancer jou en je naasten in ondersteunen?

Onze gasten kunnen rekenen op brede psychosociale ondersteuning en informatie en advies ontvangen over de gevolgen van de diagnose en behandeling.

Er vindt begeleiding plaats op (onder andere) het gebied van:

- Mentale ondersteuning
- Behoud van eigen regie
- Omgaan met vermoeidheid
- Omgaan met angst voor terugkeer
- Omgaan met relaties en gezin
- Omgaan met intimiteit
- Tips voor het dagelijks leven
- Advies aanvullende oncologische zorgverleners
- Digitale programma's of lotgenotencontact

**ALLERZORG**  
CARE FOR CANCER

De consulten (maximaal 20 uur per jaar) worden vergoed door de zorgverzekeraar en kunnen plaatsvinden op een van volgende manieren:

- Bij Inloophuis TOON
- Via (beeld)bel consult
- Bij je thuis.

Inschrijven voor een consult kan in het Inloophuis of via telefoon 0416 – 652734 of email [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl).

Je kunt ook direct contact opnemen met Allertzorg Care for Cancer via 088-5721060 of [info@careforcancer.nl](mailto:info@careforcancer.nl). Je wordt in contact gebracht met één van de consultants van Allertzorg Care for Cancer, welke vervolgens een afspraak met je maakt.

## In gesprek met .....

In het Inloophuis zijn vele vrijwilligers actief en werken we met veel mensen en organisaties samen. Graag geven we jullie een kijkje achter de schermen. Henk Poelakker, één van onze trouwe en enthousiaste gasten, gaat met diverse mensen die betrokken zijn bij ons Inloophuis in gesprek.

Wil je meer weten over Inloophuis TOON of heb je interesse in vrijwilligerswerk? Neem dan contact met ons op en vraag naar onze coördinator Tanja Pijpers.



---

## In gesprek met ..... Anita van Biezen

### Wat?

Anita van Biezen (1972) is als gastvrouw verbonden aan ons Inloophuis. Dat mensen hier binnenlopen voor een praatje en een kop koffie of thee, vindt ze prettig. "Helaas zijn we door corona dat binnenlopen enigszins kwijtgeraakt en dat is jammer. In die zin heeft corona veel stuk gemaakt. Gelukkig mogen we er als gastvrouwen (+gastheren) ook zijn voor de vaste bezoekers zoals de schildersclub op donderdag. Die dag ben ik hier aanwezig en dat sinds ongeveer een half jaar. Dit vrijwilligerswerk geeft me voldoening; ik vind het heerlijk dat ik dit dankbare werk mag doen."



### Wie?

Als moeder van twee thuiswonende kinderen van 16 en 20 heeft ze een druk leventje. Naast haar vrijwilligerswerk heeft Anita een baan als Praktijkondersteuner in de huisartsenpraktijk Baardwijk. Ze houdt zich met name bezig rondom het thema somatiek. In de praktijk betekent dat patiënten zien en te woord staan rondom o.a. COPD, bloeddruk, astma, suiker. Haar baan vervult ze met passie. "Ja dat klopt maar tegelijkertijd moet ik er bij zeggen dat er wel erg veel druk op onze gezondheidszorg ligt. Zoveel veranderingen, zoveel regeltjes die tijd kosten om in te voeren. Het ene heb je nog niet gehad of daar komt de volgende wijziging al weer aan. Dat alles neemt niet weg dat ik plezier in mijn werk heb; terugkijkend ben ik tien jaar doktersassistente geweest en nu al weer twaalf jaar Praktijkondersteuner. Het persoonlijk contact met de patiënten vind ik mooi omdat er verdieping in verborgen zit."

De spaarzame vrije tijd besteedt ze aan haar lieve hond Levi en aan lezen, handwerken en series kijken.

### Waarom?

"Twee maal ben ik getroffen door borstkanker. Met die achtergrond weet ik hoe het is om ziek te zijn, hoe het voelt om bang te zijn, hoe moeilijk je het slechte nieuws kunt accepteren. In gesprekken bij TOON neem ik mijn persoonlijke ervaringen mee. Wat betreft naamsbekendheid mogen inloophuizen in zijn algemeenheid nog meer aan de weg timmeren. Op mijn werk leg ik telkens enkele flyers van TOON neer en iedere keer moet ik deze aanvullen. De conclusie die ik daaruit trek is dat er wel degelijk belangstelling is voor ons Inloophuis. Toch is er kennelijk nog een drempel voor velen want massaal nieuwe bezoekers zijn er niet. Het zou mooi zijn als huisartsen, maar zeker ook dokters in ziekenhuizen, TOON meer aanbevelen bij hun patiënten. Het is hier immers een geweldig warm bad. De liefde en aandacht die je als bezoeker mag ervaren, werkt ongetwijfeld helend."

## Activiteiten mei 2022

Je bent van harte welkom om binnen te lopen op:

- Maandag t/m vrijdagochtend van 10.00 – 12.00 uur
- Maandagmiddag van 13.30 – 15.30 uur

Wil je een afspraak maken? Bel tijdens deze openingstijden naar 0416 – 65 27 34.

Datum	Tijdstip	Activiteit	
In overleg	In overleg	Afspraak Care for Cancer	Voraf aanmelden
Maandag 2 mei	10.00 – 12.00 uur	Palliatief spreekuur	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Handwerken	Voraf aanmelden
Dinsdag 3 mei	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak   strippenkaart
Woensdag 4 mei	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 5 mei	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannende massages	Op afspraak   strippenkaart
Vrijdag 6 mei	10.00 – 12.00 uur	Gezichtsbehandeling	Op afspraak   strippenkaart
Maandag 9 mei	10.00 – 11.00 uur	Bewegen en ontspannen op muziek	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Reiki	Op afspraak / strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	19.00 – 20.30 uur	Mannenavond	Voraf aanmelden
Dinsdag 10 mei	09.45 – 12.00 uur	Workshop 1: Schilderen met paletmes	Voraf aanmelden €10 voor 2 dagen
Woensdag 11 mei	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 11.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
	15.30 – 16.30 uur	Djembé	Voraf aanmelden
Donderdag 12 mei	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Vrijdag 13 mei	Gesloten		

Maandag 16 mei	10.00 – 12.00 uur	Klankschalen	Op afspraak   strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 17 mei	09.45 – 12.00 uur	Workshop 2: Schilderen met paletmes	Voraf aanmelden €10 voor 2 dagen
	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak   strippenkaart
Woensdag 18 mei	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 11.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
Donderdag 19 mei	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannende massages	Op afspraak   strippenkaart
Vrijdag 20 mei	10.00 – 12.00 uur	Gezichtsbehandeling	Op afspraak   strippenkaart
Maandag 23 mei	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Woensdag 25 mei	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 26 mei	Gesloten		
Maandag 30 mei	10.00 – 12.00 uur	Reiki	Op afspraak   strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	19.00 – 21.00 uur	Thema: Verder leven met of na kanker ..... voor altijd anders	Voraf aanmelden
Dinsdag 31 mei	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak   strippenkaart
Woensdag 1 juni	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	14.00 – 15.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst Prostaatcancer	Voraf aanmelden
Donderdag 2 juni	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten



## Inloophuis TOON Waalwijk

Jan de Rooystraat 15  
5141 EN Waalwijk

Telefoon: 0416 – 65 27 34  
Email: [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)

Rekeningnummer: NL50 RABO 0155 8816 47



## Meer informatie

Neem een kijkje op onze website: [www.inloophuistoon.nl](http://www.inloophuistoon.nl)  
Of volg ons op facebook en Twitter.

