

Openingstijden

TOON is geopend op:

- Maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 – 12.00 uur.
- Maandagmiddag van 13.30 – 15.30 uur.
- Dinsdagavond van 19.00 – 21.00 uur in de oneven weken.
(4 juli, 18 juli, 1 augustus, 15 augustus, 29 augustus, 12 september, 26 september)

Hertelijk
Welkom!

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

Social media

Wil je op de hoogte blijven van nieuwtjes en activiteiten bij TOON. Volg ons dan op onze social mediakanalen. Je vindt ons op facebook, Instagram en LinkedIn.



Wij hopen zoveel mogelijk mensen te bereiken. Je kunt ons helpen door onze berichten te liken en/of te delen. Dank je wel alvast!

Tuinman/vrouw gezocht!

Bij TOON boffen we met een leuke voortuin en een achtertuin waar gasten en vrijwilligers gezellig kunnen zitten. Voor het regelmatig bijhouden van onze tuin zijn we op zoek naar een vrijwilliger.

Heb jij plezier in tuinieren en wil je ons helpen?
Stuur dan een bericht naar onze coördinator Tanja Pijpers via info@thhw.nl



We nodigen je graag uit voor een kennismaking en rondleiding door ons huis en tuin!

Interieurverzorgster gezocht!

Samen met alle vrijwilligers houden wij ons huis netjes en schoon. Nu het drukker wordt en steeds meer mensen de weg weten te vinden naar TOON, zou het fijn zijn om hierbij wat hulp te krijgen.

Wij zijn daarom op zoek naar een interieurverzorgster, die ons op vrijwillige basis wil helpen. Met enkele uurtjes zouden we al goed geholpen zijn.



Wil je deel uitmaken van een leuk team en op de achtergrond iets betekenen voor mensen die geraakt zijn door kanker? Stuur dan snel een berichtje naar onze coördinator Tanja Pijpers via info@thhw.nl

Thema-avond: Kanker en werken, hoe doe je dat?

Donderdag 29 juni van 19.00 – 21.00 uur

Na de diagnose kanker verandert je leven en dit heeft vaak blijvende gevolgen. Naast mogelijk zichtbare zijn er misschien ook niet zichtbare gevolgen als vermoeidheid, prikkelbaarheid, moeite met plannen, organiseren, overzicht bewaren en omgaan met druk.

Deze gevolgen kunnen grote invloed hebben op je werksituatie. Het is tijdens of na je behandeltraject vaak moeilijk weer aan het werk te gaan of het werk gedeeltelijk weer op te pakken. Soms lukt werken helemaal niet meer. Dit kan naast invloed op je financiële situatie ook invloed hebben op zingeving en ontwikkelingsmogelijkheden en je thuissituatie.

Deze avond zal dhr. Onno van Domburg Scipio, Adviseur Verzuim en Re-integratie bij Libra Arbeidsexpertise en ervaringsdeskundige kanker, vertellen welke invloed kanker kan hebben op je werk.

- Wat komt er allemaal op je af wanneer je de diagnose kanker hebt gekregen en je weer aan het werk wilt (of moet!) gaan.
- Wat zijn je rechten en plichten?
- Wat is de rol van je werkgever en UWV?
- Waar kun je terecht voor hulp en begeleiding bij je re-integratie?

Datum: Donderdag 29 juni 2023

Tijd: 19.00 – 21.00 uur

Locatie: TOON | Centrum voor leven met en na kanker



Graag vóóraf aanmelden via info@thhw.nl

Nieuw vanaf juli: Ontspannen door visualisatie Dinsdagavond en donderdagochtend

Een ontspannen moment voor jezelf door visualisatie. Onder begeleiding vind je rust en ruimte. Je komt los van emoties en je gedachten krijgen even geen aandacht. Door eenvoudige visualisaties en ademhalingsoefeningen is deze tijd even helemaal voor jezelf. Of zoals ze wel zeggen kom je weer thuis in jezelf. Je kunt de ontspannende, helende, zuiverende, versterkende energie ervaren die je een gevoel van vrede geeft, een gevoel van onvoorwaardelijke liefde.



Deze activiteit wordt begeleid door Anne-Marie van der Eerden. Anne-Marie is 65 jaar, werkt in het onderwijs en woont in Waalwijk. In 2007 kreeg Anne-Marie borstkanker en ervaarde zij zelf hoe belangrijk ontspannen is. Het hielp haar te ontspannen met hulp van visualisatie. De oefeningen die gebruikt worden zijn ook gemakkelijk zelf aan te leren en thuis toe te passen.

Wil jij ervaren hoe je kunt ontspannen door visualisatie? Vanaf 4 juli werkt Anne-Marie regelmatig op dinsdagavond en donderdagochtend bij TOON. Je kunt een individuele afspraak maken met Anne-Marie via info@thhw.nl of via 0416 – 652734.

Hoe gaat het met jou als je partner kanker heeft Ontmoetingsavond dinsdag 4 juli van 19.30 - 21.00 uur

Vaak wordt gezegd: "Kanker heb je niet alleen". Want als je partner de diagnose kanker krijgt, staat ook jouw leven op z'n kop. Wat verandert er in jouw leven en hoe ga jij hiermee om?

Op dinsdagavond 4 juli van 19.30 - 21.00 uur organiseren wij een ontmoetingsavond speciaal voor partners van kankerpatiënten.

Contact met lotgenoten kan erg waardevol zijn. Want niemand begrijpt je beter, als iemand die hetzelfde meemaakt. Dus jong of oud, man of vrouw, je bent van harte welkom.

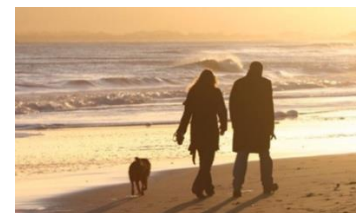


Wil je deze avond aanwezig zijn? Meld je dan aan via info@thhw.nl of bel naar 0416 - 652734.

Hoe verder als je hoort dat je niet meer beter wordt? Palliatief spreekuur – dinsdag 4 juli en donderdag 24 augustus

Samen met Hospice Francinus de Wind organiseren we een spreekuur voor iedereen die te horen heeft gekregen dat genezing niet meer mogelijk is. Tijdens het spreekuur heb je een afspraak met een palliatief verpleegkundige en ga je samen in gesprek over wat je bezighoudt, wat je wensen zijn en welke mogelijkheden er zijn om passende hulp en ondersteuning te vinden.

Wil jij graag een gesprek over palliatieve zorg? Stuur dan een mail naar spreekuur@hospicefdw.nl. Wanneer wij je aanmelding hebben ontvangen, nemen de verpleegkundigen contact op en nodigen je uit voor een gesprek.



Lotgenotenbijeenkomst voor nabestaanden Woensdag 12 juli van 13.30 - 15.30 uur

Op enig moment in ons leven krijgen we er allemaal mee te maken, je verliest iemand die dicht bij je staat en je erg dierbaar is. Je wereld staat op z'n kop, zekerheden en vaste patronen vallen weg en niets is meer hetzelfde.

Uit ervaring weten we dat het fijn kan zijn om mensen te ontmoeten die hetzelfde hebben meegemaakt. Mensen die je verdriet en emoties herkennen en weten waar je doorheen gaan. Het kan steun en troost bieden om samen van gedachten te wisselen en ervaringen te delen.

Op woensdag 12 juli is er weer een lotgenotenbijeenkomst voor nabestaanden. Heb jij iemand verloren aan kanker? Sluit gerust eens aan, je hoeft het niet alleen te doen. Ook wanneer het al wat langer is geleden dat je iemand hebt verloren, ben je van harte welkom.



Meld je aan via 0416 - 652734 of info@thhw.nl. Of loop gewoon binnen.

Een gezellige zomeravond bij TOON - woensdag 23 augustus

Heb jij zin in een leuke zomeravond met mooie ontmoetingen en fijne gesprekken? Kom dan woensdagavond 23 augustus naar TOON.

Voorafgaand spelen we van 18.30 – 19.30 uur jeu de boules in het Wandelpark. We verzamelen om 18.30 uur bij TOON. Daarna gaan we naar TOON om te genieten van een heerlijke zomeravond.

Speel je geen jeu de boules?

Dan ben je van 19.00 – 21.00 uur direct welkom bij TOON. Onze deuren en ons terras zijn dan geopend.

Het is fijn om te weten hoeveel mensen er ongeveer komen. Graag even aanmelden via 0416 – 65 27 34.

Wij kijken uit naar je komst!



Nieuw vanaf september: **Bridge** Dinsdagochtend

Op verzoek van enkele gasten starten we in het najaar met een bridge groep. Een mooie, nieuwe activiteit waarbij je moet denken, concentreren, samenwerken en tegelijkertijd lotgenoten kunt ontmoeten. Van september t/m april staan er 8 bijeenkomsten gepland.

We spelen op dinsdagochtend van 9.45 – 12.00 uur op:
26 september, 24 oktober, 21 november, 19 december 2023.
16 januari, 13 februari, 12 maart en 9 april 2024.

Bridge je mee?

Er is ruimte voor 12 spelers, je kunt je nu al aanmelden.
Stuur een mailtje naar info@thhw.nl of bel naar 0416 – 652734.



Let op:

Dit is géén (beginners)cursus. Basiskennis van bridge is dus vereist om mee te spelen. Het niveau waarop je speelt maakt niet uit.

Thema-avond Neuropathie

Donderdag 28 september van 19.00 – 21.00 uur

Door kanker of de behandeling van kanker kunnen je zenuwen beschadigen of minder goed gaan werken. Dit heet neuropathie. Je kunt dan last krijgen van pijn, doofheid, tintelingen. En van problemen met de kracht en aansturing van je spieren.

Heb jij last van neuropathie? Kom donderdag 28 september naar de thema-avond neuropathie. Artsen geven uitleg over neuropathie en geven tips wat je hieraan kunt doen.

Sprekers:

- Tom van Dasselaar, arts-onderzoeker LUMC
- Dr. Michel Wagemans, pijnspecialist en bestuurslid van Stichting Pijn bij kanker

Graag vooraf aanmelden via info@thhw.nl of 0416 – 652734.

Thema-avond Longkanker, wat nu?

Op maandag 30 oktober organiseren wij in samenwerking met Instituut Verbeeten en het ETZ een thema-avond over longkanker. Wij zijn volop bezig met de voorbereidingen. Verdere informatie volgt na de zomer. Noteer de datum alvast in je agenda.

TOON | Centrum voor leven met en na kanker

Jan de Rooystraat 15
5141 EN Waalwijk
Telefoon: 0416 – 65 27 34
Email: info@thhw.nl
Rekeningnummer: NL50 RABO 0155 8816 47



Meer informatie

Neem een kijkje op onze website: www.inloophuistoon.nl
Of volg ons op facebook, Instagram en LinkedIn.

Activiteiten juli 2023

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
- Dinsdagavond van 19.00 – 21.00 uur in de oneven weken

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 26 juni	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	19.00 – 20.30 uur	Mannenavond	Voraf aanmelden
Dinsdag 27 juni	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 28 juni	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 29 juni	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	19.00 – 21.00 uur	Thema-avond: Kanker en werken, hoe doe je dat)	Voraf aanmelden
Maandag 3 juli	10.00 – 12.00 uur	Reiki	Op afspraak strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Handwerken	Voraf aanmelden
Dinsdag 4 juli	10.00 – 12.00 uur	Palliatief spreekuur	Op afspraak
	19.00 – 21.00 uur	Inloop	
	19.30 – 21.00 uur	Ontmoetingsavond partners	Voraf aanmelden
	19.30 – 20.30 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 5 juli	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 6 juli	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Maandag 10 juli	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 11 juli	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 12 juli	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten

	10.00 – 11.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Lotgenotenbijeenkomst voor nabestaanden	Voraf aanmelden
	15.30 – 16.30 uur	Djembé	Voraf aanmelden
Donderdag 13 juli	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	Gezichtsbehandeling	Op afspraak strippenkaart
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Maandag 17 juli	10.00 – 12.00 uur	Ontspannende massage	Op afspraak strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Voetreflex massages	Op afspraak strippenkaart
Dinsdag 18 juli	19.00 – 21.00 uur	Inloop	
	19.30 – 20.30 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 19 juli	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 11.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
Donderdag 20 juli	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Vrijdag 21 juli	10.00 – 12.00 uur	Ontspannende massage	Op afspraak strippenkaart
Maandag 24 juli	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Voetreflex massages	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 26 juli	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 27 juli	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	Gezichtsbehandeling	Op afspraak strippenkaart
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Maandag 31 juli	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden

Activiteiten augustus 2023

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
- Dinsdagavond van 19.00 – 21.00 uur in de oneven weken

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 31 juli	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 1 aug	19.00 – 21.00 uur	Inloop	
	19.30 – 20.30 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 2 aug	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 3 aug	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Maandag 7 aug	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
	13.30 – 15.30 uur	Handwerken	Voraf aanmelden
Woensdag 9 aug	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
Donderdag 10 aug	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	Gezichtsbehandeling	Op afspraak strippenkaart
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Maandag 14 aug	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 15 aug	19.00 – 21.00 uur	Inloop	
	19.30 – 20.30 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 16 aug	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 17 aug	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	Gezichtsbehandeling	Op afspraak strippenkaart
Maandag 21 aug	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 22 aug	10.00 – 12.00 uur	Voetreflex massages	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 23 aug	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	18.30 – 19.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
	19.00 – 21.00 uur	Zomeravond bij TOON	Voraf aanmelden
Donderdag 24 aug	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	Gezichtsbehandeling	Op afspraak strippenkaart
	10.00 – 12.00 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
	10.00 – 12.00 uur	Palliatief spreekuur	Op afspraak
Maandag 28 aug	10.00 – 12.00 uur	Reiki	Op afspraak strippenkaart
	13.30 – 15.30 uur	Ontdekken van creativiteit	Voraf aanmelden
Dinsdag 29 aug	19.00 – 21.00 uur	Inloop	
	19.30 – 20.30 uur	Ontspannen door visualisatie	Op afspraak strippenkaart
Woensdag 30 aug	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten
	10.00 – 11.30 uur	Jeu de boules	Voraf aanmelden
Donderdag 31 aug	9.00 – 10.00 uur	Bewegen in de buitenlucht	Voraf aanmelden
	10.00 – 12.00 uur	Tekenen / schilderen	€2,50 materiaalkosten