



IPSO Centrum voor leven met en na kanker

## Nieuws van TOON | juni 2026

Soms is het fijn om even ergens binnen te lopen waar niets hoeft. Ook in juni ben je welkom bij TOON voor een ontmoeting, ontspanning en activiteiten. In deze nieuwsbrief delen we wat er de komende tijd te doen is en wat er speelt binnen TOON.

- Bij TOON hoef je niet uit te leggen hoe het gaat. Je bent welkom, op de dagen dat het licht voelt én op de dagen dat het zwaar is -

## Deze maand bij TOON

Benieuwd naar alles wat er in juni 2026 op de agenda staat? Bekijk dan ook de complete activiteitenkalender.

## Activiteiten in de spotlight



### Lotgenoten Prostaatkanker

Samen met de Prostaatkankerstichting organiseert TOON meerdere keren per jaar een lotgenotenbijeenkomst voor mannen met prostaatkanker en hun naasten. Een waardevolle ochtend waarin ruimte is voor ontmoeting, herkenning en het delen van ervaringen, tips en informatie.

De eerstvolgende bijeenkomst vindt plaats bij TOON op:

- Dinsdagochtend 2 juni
- van 10.00 tot 12.00 uur

Meer informatie vind je op onze [website](#).

Aanmelden



### Documentaireserie: Live to 100 – Secrets of the Blue Zones

In juni vertonen we bij TOON de serie Live to 100: Secrets of the Blue Zones.

Deze gaat over zogeheten Blue Zones: plekken in de wereld waar mensen opvallend gezond en vitaal oud worden.

Een mooie gelegenheid om samen te kijken en inspiratie op te doen.

- Dinsdag 2 juni – afl. 1 en 2
- Dinsdag 16 juni – afl. 3 en 4
- 19.00 – ca. 21.00 uur

Meer informatie vind je op onze [website](#).

Aanmelden



### Nieuw: Rondje rond TOON

Op dinsdagochtend 16 juni en 30 juni starten we als pilot met een nieuwe activiteit: Rondje rond TOON.

Samen gaan we wandelen, lekker in beweging én met ruimte voor een gezellig of goed gesprek onderweg.

We starten om 10.00 uur bij TOON met een kopje koffie of thee en vertrekken daarna samen op pad. De wandeling wordt begeleid door Theo van der Zee en Marianne Pennings.

- dinsdag 16 en 30 juni
- verzamelen om 10.00 uur

Doe je mee? Iedereen is van harte welkom. Bij voldoende belangstelling krijgt deze activiteit een vervolg.

Aanmelden



### Samen lunchen bij TOON

Op vrijdag 12 juni verzorgen onze gastvrouwen een heerlijke gezamenlijke lunch voor gasten van TOON.

Een fijn moment om elkaar te ontmoeten, ervaringen te delen en samen gezellig te genieten van een smakelijke lunch.

De lunch vindt plaats bij TOON op:

- vrijdag 12 juni
- van 12.00 tot 13.30 uur

De eigen bijdrage bedraagt € 5,00.

Vind je het gezellig om andere lotgenoten te ontmoeten en samen te eten? Meld je dan vooraf aan. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

Aanmelden

- Je hoeft niet altijd woorden te hebben. Soms is samen zijn al waardevol genoeg. -

### Palliatief spreekuur

Wanneer je hoort dat je niet meer kunt genezen, brengt dat vaak veel vragen, onzekerheden en emoties met zich mee. Daarom werkt TOON samen met gespecialiseerde verpleegkundigen van Hospice Francinus de Wind voor een laagdrempelig palliatief spreekuur.

Tijdens een gratis gesprek is er ruimte voor vragen, wensen en ondersteuning rondom de palliatieve fase. Een gesprek kan plaatsvinden bij TOON of thuis en ook een partner of naaste is welkom.

Meer informatie vind je via [Zorgnetwerk Midden-Brabant](#). Een gesprek aanvragen kan via [info@spreekuurwaalwijk.nl](mailto:info@spreekuurwaalwijk.nl)

## Er is nog veel meer te doen bij TOON.

Benieuwd naar alle activiteiten in juni? Bekijk het volledige overzicht via onderstaande knop!

ACTIVITEITENKALENDER JUNI 2026

Let op: op donderdag 4 juni zijn we gesloten ivm onze jaarlijkse vrijwilligersdag.



## Positieve Gezondheid

Bij TOON kijken we verder dan ziekte alleen. Vanuit de gedachte van Positieve Gezondheid richten we ons op veerkracht, kwaliteit van leven en wat voor jou belangrijk en betekenisvol is. Samen kijken we naar wat jij nodig hebt om zo goed mogelijk in balans te blijven.

## Acties voor TOON

### Tilburg City Walk: Wandelen voor Anderen

Op zondag 21 juni organiseert Stichting Inzet Loont de Tilburg City Walk "Wandelen voor Anderen". Tijdens deze gezellige wandeltocht van 5 km wandel je langs mooie plekken in Tilburg, waaronder parken, het centrum en locaties met een bijzonder verhaal.



De opbrengst van de wandeling gaat naar de IPSO centra voor leven met en na kanker in Tilburg en Waalwijk, waaronder TOON. Meewandelen of meer informatie? Inschrijven kan via [Stichting Inzet Loont](#)

## Welkom aan onze nieuwe bestuursleden

Met veel plezier hebben we onlangs twee nieuwe bestuursleden mogen verwelkomen binnen TOON. We zijn blij dat het bestuur hiermee weer op volle sterkte is en kijken uit naar een fijne samenwerking.

Graag stellen Gerard Verhagen en Albert Slot zich hieronder kort aan jullie voor. We wensen hen veel plezier en succes binnen TOON.



Mijn naam is **Gerard Verhagen**. Ik ben 66 jaar jong, getrouwd met Marja en woon al zo'n 57 jaar in Waalwijk. Samen hebben we drie kinderen en vier kleinkinderen.

In mijn werkzame leven heb ik voornamelijk gewerkt bij justitie en in de zorg. Bij justitie als vreemdelingenbegeleider en binnen de zorg vooral als leidinggevende in de geestelijke gezondheidszorg, beschermd wonen en ambulante begeleiding. Daarnaast ben ik jarenlang actief geweest als (vrijwillig) bestuurslid.

Omdat ik medio volgend jaar met pensioen ga, was ik op zoek naar een passende invulling van mijn vrije tijd. Toen ik hoorde van de vacature voor bestuurslid bij TOON was een gesprek snel gepland. Zorg voor elkaar, lotgenotencontact en het delen van ingrijpende gebeurtenissen vind ik erg belangrijk. TOON biedt hierin veel meer dan alleen ontmoeting, juist ook door de activiteiten en informatiebijeenkomsten.

Ik hoop vanuit mijn bestuurlijke ervaring een mooie bijdrage te kunnen leveren aan deze warme organisatie.

Mijn naam is **Albert Slot** en ik woon in Drunen. Ik ben getrouwd en vader van twee kinderen. In het dagelijks leven ben ik actief in het bedrijfsleven en combineer ik

een voltijd functie met een sterke maatschappelijke betrokkenheid. Ik vind het belangrijk om iets voor anderen te kunnen betekenen en zet mij daarom graag in voor initiatieven die mensen ondersteunen en met elkaar verbinden. Vanuit die maatschappelijke betrokkenheid zet ik mij graag in voor TOON in Waalwijk. Binnen TOON richt ik mij in het bijzonder op het opbouwen van langdurige sponsorrelaties en een duurzame basis voor de toekomst van ons IPSO Centrum.



Ik vind het belangrijk dat maatschappelijke betrokkenheid niet alleen bestaat uit goede bedoelingen, maar ook wordt vertaald naar een solide en toekomstbestendige ondersteuning. Juist daarom zie ik het als een relevante en waardevolle verantwoordelijkheid om dit zorgvuldig en goed op te zetten, zodat TOON ook op langere termijn mensen kan blijven ondersteunen.



## Kom jij ons team versterken?

TOON draait op de inzet van betrokken vrijwilligers. Samen zorgen we voor een warme plek waar mensen zich welkom en gezien voelen. Op dit moment zoeken we onder andere:

### Begeleider mannen-lotgenotengroep

Voor onze mannengroep zoeken we een betrokken mannelijke vrijwilliger die ruimte kan bieden voor open gesprekken, herkenning en steun. Ervaring met groepsbegeleiding of ervaringsdeskundigheid is fijn, maar betrokkenheid vinden we het belangrijkste. Ook vinden we het fijn als je wilt meedenken over thema's en activiteiten die aansluiten bij deze doelgroep.

### Begeleider Djembé-groep

Voor onze enthousiaste djembé-groep zoeken we een tweede begeleider die onze vrijwilliger Cor wil ondersteunen. De groep komt 1x per maand op woensdagmiddag van 15.30 tot 16.30 uur bij elkaar. Djembé is een ontspannende activiteit voor iedereen. Jong of oud, muzikaal of niet, met of zonder ervaring, iedereen kan meedoen.

### Lid van de activiteitencommissie

Vind jij het leuk om mee te denken over activiteiten en bijeenkomsten voor onze gasten? Samen met een enthousiast team kom je ongeveer vijf keer per jaar bijeen om nieuwe ideeën te bedenken en activiteiten mee te organiseren.

### Ondersteuning schoonhouden TOON

We zoeken iemand die wil helpen om TOON schoon, verzorgd en gastvrij te houden voor onze gasten en vrijwilligers. Voor deze ondersteuning is een vrijwilligersvergoeding beschikbaar.

Wil je meer weten of vrijblijvend kennismaken? Neem via onderstaande knop direct contact op met de coördinatoren Esther Boy en Linda van Rijen.

Neem direct contact met ons op!

## Welkom bij TOON. Voor jezelf of een ander.

Misschien is TOON ook iets voor jou of voor iemand in je omgeving. Een plek voor ontmoeting, steun, ontspanning en herkenning. Voel je welkom om eens binnen te lopen of deel deze nieuwsbrief met iemand voor wie TOON van betekenis kan zijn.

### TOON | IPSO Centrum voor leven met en na kanker

Jan de Rooystraat 15

5141 EN Waalwijk

Bezoek onze website:

[www.inloophuistoon.nl](http://www.inloophuistoon.nl)

Neem contact op: [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl)



Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [info@thhw.nl](mailto:info@thhw.nl) toe aan uw adresboek.

