



IPSO Centrum voor leven met en na kanker

Nieuws van TOON | oktober 2026

De herfst is begonnen: de dagen worden wat korter en de natuur verandert van kleur. Een tijd waarin het fijn kan zijn om elkaar op te zoeken, ervaringen te delen of even op adem te komen.

Ook deze maand ben je bij TOON weer van harte welkom voor een luisterend oor, een goed gesprek of om mee te doen aan een van onze ontspannende, actieve en/of creatieve activiteiten.

In deze nieuwsbrief lees je wat er de komende tijd bij ons te doen is.

Tot ziens bij TOON!

- Samen vinden we lichtpuntjes, ook op dagen dat dat moeilijk is -

Een luisterend oor en een warme ontvangst

Soms is het fijn om even stil te staan bij alles wat er speelt. Bij TOON ben je van harte welkom voor een kop koffie, een luisterend oor of een goed gesprek. Onze gastvrouwen en gastheren ontvangen je graag in een warme, huiselijke omgeving waar je jezelf mag zijn.

Je kunt tijdens onze inlooptmomenten zonder afspraak binnenlopen. Heb je behoefte aan wat meer tijd en persoonlijke aandacht? Dan kun je ook **een afspraak maken voor een ontmoetingsgesprek**. Tijdens dit gesprek neemt een van onze vrijwilligers alle tijd om naar jouw verhaal te luisteren en samen te kijken waar jij behoefte aan hebt.

Onze **inlooptijden** zijn van maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur en op maandagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur.

Het is dagelijks mogelijk om een afspraak te maken voor een **ontmoetingsgesprek** van 10.30 tot 11.30 uur en op maandagmiddag van 14.00 tot 15.00 uur.

Of je nu wilt praten, vragen hebt of gewoon even wilt binnenlopen: de deur staat voor je open. We ontmoeten je graag.

[Maak een afspraak voor een ontmoetingsgesprek](#)

Activiteiten in de spotlight

Hieronder lees je meer over onze activiteiten die de komende weken op het programma staan.

Creative workshop In Herinnering



Sommige herinneringen wil je koesteren en dichtbij houden: een geliefd persoon, een bijzondere gebeurtenis, een periode van ziekte of een moment dat veel voor je betekent. Tijdens deze creatieve workshop geef je deze herinneringen een tastbare plek in een persoonlijk herinneringsdoek.

Ervaring met creatief werken is niet nodig. Onder begeleiding van onze vrijwilliger,

kunstenaar en creatief therapeut **Michaela Bax** werk je in een warme, veilige omgeving waarin ruimte is voor jouw herinneringen, gevoelens en verhaal.

- **Dinsdag 13 en 27 oktober en 10 en 24 november van 10.00 - 12.00 uur**
- Eigen bijdrage is €10,00 (voor de volledige reeks van 4 bijeenkomsten)

[Lees hier meer informatie en meld je aan](#)

Lezing Kanker in het gezin

Wanneer een ouder kanker krijgt, verandert er veel. Niet alleen voor de zieke ouder en partner, maar ook voor de kinderen in het gezin. Hoe reageren kinderen op ziekte? Welke vragen houden hen bezig? En hoe kun je hen ondersteunen in deze moeilijke periode?

Tijdens deze lezing gaan onze vrijwilliger **Magré vd Linden** (tevens rouw/verlies-coach en Kasam-coach) en coördinator **Linda van Rijen** (tevens kindercoach en Kasam-coach) in op:



- De impact van kanker op kinderen en jongeren
- Reacties en behoeften op verschillende leeftijden
- Hoe je het gesprek aangaat over ziekte, behandeling en onzekerheid
- Praktische tips voor ouders, familieleden en leerkrachten
- Waar je terecht kunt voor ondersteuning

De lezing is bedoeld voor ouders, verzorgers, familieleden én leerkrachten die een kind begeleiden van wie een ouder kanker heeft.

- **Maandagavond 12 oktober van 19.00 - 21.00 uur**
- Toegang is gratis. Graag vooraf even aanmelden.

[Meld je aan](#)

Lezing Oncologische vermoeidheid

Veel mensen die kanker hebben of hebben gehad, ervaren vermoeidheid die verder gaat dan "gewoon moe zijn". Deze uitputtende vermoeidheid kan grote invloed hebben op het dagelijks leven.

Wat is oncologische vermoeidheid precies? Waarom houdt deze soms zo lang aan? En



wat kun je doen om hier beter mee om te gaan?

Tijdens deze bijeenkomst delen **Adri Bus** (oncologie- en palliatief verpleegkundige, zie foto), **Kim Hoevenaars** (oncologiefysiotherapeut) en **Linda van der Velden** (oncologie-ergotherapeut) hun kennis en praktische ervaringen. Vanuit hun eigen vakgebied geven zij uitleg over oncologische vermoeidheid en laten zij zien welke mogelijkheden er zijn om beter met deze klachten om te gaan.

Na afloop is er volop ruimte om vragen te stellen. Alle vragen zijn welkom.

- **Dinsdagavond 6 oktober van 19.00 - 21.00 uur**
- Toegang is gratis. Graag vooraf even aanmelden.

Meld je aan

Vogelkrans maken: activiteit voor kinderen en (groot)ouders

Kom je gezellig knutselen?

Op vrijdag 23 oktober van 13.30 tot 15.00 uur gaan we samen een mooie vogelkrans maken van doppinda's. Leuk om thuis op te hangen en de vogels mee te verwennen!

Deze creatieve activiteit is bedoeld **voor kinderen samen met hun ouders, opa of oma**. Samen iets maken én gezellig tijd doorbrengen staat centraal.

Deelname voor de kinderen is gratis.
Volwassenen betalen € 3,00.
Graag vooraf even aanmelden.
We hopen je te zien bij TOON!



Meld je aan

- Ontmoeten, delen en genieten - juist kleine momenten maken een groot verschil -

Er is nog veel meer te doen bij TOON.

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

Activiteitenkalender oktober 2026

Alvast voor in de agenda

maandag 2 november, Allerzielen

Op maandagochtend 2 november nodigen we je van harte uit voor een bijzondere koffieochtend bij TOON. Deze ochtend denken we speciaal aan iedereen die we verloren hebben en aan iedereen die iemand verloren heeft. Samen staan we stil en koesteren we de herinneringen. Voel je welkom om hierbij aanwezig te zijn!

zondag 15 november, optreden muziekgroep Tarabende

Op zondagmiddag 15 november treedt muziekgroep Tarabende weer op bij TOON. Tarabende is de wereldmuziekgroep waaraan onze vrijwilligers Theo en Els Spiekermann deelnemen. Zij richten zich vooral op Europese en Latijns-Amerikaanse muziek, vaak volksmuziek maar ook populaire muziek. Het belooft een gezellige en sfeervolle middag te worden.

Heb jij al gestemd?

Rabobank De Langstraat investeert in de maatschappij en ondersteunt stichtingen en verenigingen. Leden van de Rabobank kunnen stemmen op hun favoriet.

Iedere stem is geld waard. Kunnen wij rekenen op die van jou?

Stemmen kan via de Rabo Bankieren App. Kijk voor meer informatie op: www.rabobank.nl/clubsupport

Let op: Stemmen kan alleen nog vandaag, dinsdag 29 september!

Je vindt ons onder de naam:

Inloophuis TOON | Centrum voor leven met en na kanker



Wij doen mee met Rabo ClubSupport

Doe je ook mee?
Dat is goed voor jouw club & geweldig voor de samenleving

de coöperatieve Rabobank

Interessant voor jou



Namens RKC Waalwijk brengen wij graag **FC Robinstijn** bij jou onder de aandacht.

FC Robinstijn bezorgt kinderen die door ziekte, een moeilijke thuissituatie of wat voor omstandigheden dan ook een steuntje in de rug kunnen gebruiken, een onvergetelijke wedstrijdbelevens bij RKC

Waalwijk. Tijdens deze belevenis kunnen kinderen bijvoorbeeld de wedstrijd vanaf de business seats bekijken, het spelershome bezoeken en meedoen met de warming-up.

Ben of ken jij een gezin waarvan een kind of kinderen wel een steuntje kunnen gebruiken? Meld hen dan aan via onderstaande link.

[Aanmelden voor FC Robinstijn](#)

Terugblik Vrijwilligersmarkt Drunen en onze vacatures

Vorige week zaterdag stonden we met TOON op de Vrijwilligersmarkt in Drunen. En wat hebben we veel leuke en enthousiaste mensen gesproken! Mensen die benieuwd waren naar TOON, naar wat we doen én naar de mogelijkheden om als vrijwilliger iets voor onze gasten te betekenen. We hebben mooie gesprekken gevoerd en verschillende mensen gesproken die interesse hebben om ons team te komen versterken.

Was je er niet bij, maar lijkt vrijwilligerswerk bij TOON jou ook iets? Dan maken we heel graag kennis met je.

We zoeken op dit moment onder andere gastvrouwen en gastheren, begeleiders voor lotgenotengroepen, mensen voor ontspanning en welzijn, de sponsorcommissie en activiteitencommissie, hulp bij het schoonhouden van TOON en een mannelijke begeleider voor onze mannengroep. De tijd die je ervoor nodig hebt verschilt per functie. Voor verschillende vacatures bepalen we de inzet gewoon samen in overleg.

Nieuwsgierig geworden? Neem gerust contact met ons op. We vertellen je graag meer over de mogelijkheden en kijken samen wat bij jou past.

[Bekijk hier onze vacatures](#)

Welkom bij TOON. Voor jezelf of een ander.

Misschien is TOON ook iets voor jou of voor iemand in je omgeving. TOON is er voor iedereen geraakt door kanker: als je zelf kanker hebt (gehad), naaste of nabestaande bent. 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

Neem contact op: 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 toe aan uw adresboek.

