

## Toon Hermans Huis Sittard

### *Programma Maart/April 2008*

#### OPEN DAG 19 maart

Ook dit jaar zal tijdens de St. Joep markt tussen 8.30 en 17.00 uur het huis weer openstaan voor iedereen die wel eens een kijkje wil komen nemen.

De vrijwilligers zullen u graag het huis en de recente nieuwbouw laten zien. Daarbij leggen ze uit wat het huis kan betekenen voor mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden.

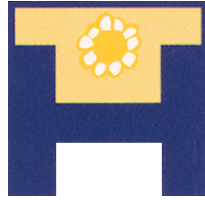
Diverse zorgverleners zijn aanwezig die u meer informatie kunnen geven over onze activiteiten.

Natuurlijk kunt u er ook terecht voor een kopje koffie of thee en worden er heerlijke zelfgebakken wafels verkocht. U steunt daarmee ons Huis



#### **EEN HUIS**

**VOOR MENSEN  
MET KANKER,  
HUN NAASTEN EN  
NABESTAANDEN**



## Toon Hermans Huis Sittard

### **Lotgenotenbijeenkomsten**

#### **Borstkankervereniging**

Elke eerste dinsdag van de maand (1 april, 6 mei) van 10.00 -12.00 u in het Toon Hermans Huis Sittard. Voor meer informatie kunt u terecht bij mevrouw Marja de Vries tel 046-4007323.

#### **Stichting Olijf**

St. Olijf biedt steun en hulp aan (ex-)patiënten met gynaecologische kanker en hun naasten. Eerst volgende bijeenkomst is op 27 maart. Aanmelden en meer info bij mevrouw Henny Bastiaansen tel 076-5140927.

**Vereniging Ouders Kinderen en Kanker (VOKK)** Bijeenkomsten elke 1<sup>e</sup> woensdag van de maand van 19.30 - 21.30 u. (4 april, 7 mei)

#### **Nabestaandengroep**

In de gespreksgroepen bieden wij ruimte om de gevoelens en ervaringen die te maken hebben met het verlies met elkaar te uiten en te delen . Aanmelden voor deze groep kunt u via 046 4516474.

#### **Jongereengroep**

Bijeenkomsten elke 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> woensdag van de maand. Aanmelden via [www.jongerenpratenoverkanker.nl](http://www.jongerenpratenoverkanker.nl) of via de heer Ton Meisen tel: 06-51501622

### **Vaste activiteiten**

#### **Yoga**

In de beide groepen op dinsdag (middag en avond) zijn weer enkele plaatsen vrij. Kosten € 6,00 per keer.  
Aanmelden op telefoonnummer: 046-4516474.

#### **Creativiteit**

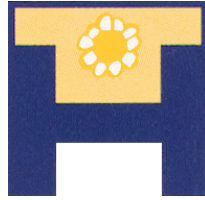
Wekelijks op woensdagochtend van 09.30- 12.00 u en een nieuwe groep op dinsdagochtend van 09.30- 12.00 u.  
Kosten € 7,50 per keer. Aanmelden voor een proefles op tel: 046-4516474

#### **Club van Toontje**

Creativiteit voor kinderen van 6-12 jaar. Bijeenkomsten tweewekelijks op woensdagmiddag van 14.00 - 16.00 u.  
Kosten € 6,00 per keer. Aanmelden op tel: 046-4516474

#### **13 maart Kookworkshop - Koken met Jessie**

Als nieuwe activiteit bieden wij kookworkshops aan. De workshops laten u kennismaken met de natuurlijke keuken: we bereiden samen een maaltijd die voedzaam is en gezond. Kosten € 22.50 incl. ingrediënten, receptuur, lunch en koffie/thee. Aanmelden en meer informatie in ons Huis of telefonisch 046 4516474.



## Toon Hermans Huis Sittard

### **Voorjaarswandeling 13 maart**

Op donderdag 13 maart organiseren we vanuit het Toon Hermans Huis Sittard de voorjaarswandeling o.l.v. Hub Grégoire.

We verzamelen om 13.00 uur in de gastenkamer en starten met een kopje koffie. De wandeling gaat via de Geleenbeek, de "Schwienswei" naar Tüdderen. Daarna via het Tüdderenderbos en Broeksittard terug naar het Toon Hermans Huis, waar we nog gezellig kunnen napraten. De wandeling is ongeveer 11 km lang, bij slecht weer kan het modderig zijn, goed schoeisel is dus aanbevolen.

### **Psychologische hulp**

Afspraken in de regel op vrijdag met mevrouw KittyNiederer. De kosten worden door de meeste zorgverzekeraars grotendeels vergoed. Afspraken via tel : 046-4516474

### **Rouw- en verliesbegeleiding**

Via het Huis kunt u een afspraak maken met therapeute Mea Saffrie. Kosten € 35,00 per sessie van 60 minuten.

### **Therapieën**

#### **Shiatsu en Jin Shin Jyutsu Therapie**

Japanse geneeswijzen steunen op het idee dat de eenheid van lichaam en geest wordt gecreëerd en onderhouden door energie.

Afspraak met mevrouw Ria Derks tel: 046-4582771

#### **Simonton Therapie**

Begeleiding en ondersteuning voor mensen met een ingrijpende of chronische ziekte.

Afspraak maken met mevrouw Rien Dirks, tel : 046-4519540

#### **Reflexzone Therapie**

Massage om het lichaam in balans te brengen. Om de week op maandagochtend.

Aanmelden bij Paula Heggen 06-45200118

**Buiten alle activiteiten die in ons Huis plaatsvinden, is er natuurlijk altijd de mogelijkheid om zonder afspraak bij ons binnen te lopen.**

**De gastheren en gastvrouwen heten u van harte welkom met een kopje koffie en een luisterend oor.**

### **Adres:**

Paardestraat 31

6131 HB Sittard

Tel.: (046) 451 64 74

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

Email: [thhsittard@12move.nl](mailto:thhsittard@12move.nl)

*Indien u door omstandigheden geen nieuwsbrief meer wenst te ontvangen, horen wij dit graag. Uw gegevens worden dan uit ons nieuwsbrief bestand gewist.*