



JOURNAL

Van de directeur:

*Het heeft geen enkel nut te juichen of te morren
Je ziet de bloemen die je plukt toch mettertijd
verdorren
De grote kunst schuilt altijd weer in het omgaan met je
kansen
Als het geluk jouw kant op komt dan moet je ermee
dansen*

Toon Hermans



NIEUWS

Communicatieplan THHS

Organisatie in beweging.....

Om ons aandeel ook in de toekomst te blijven vervullen in behoeften van onze gasten, zullen wij een op maat gesneden communicatieplan ontwikkelen, samen met kennispartner FB4.

Het verkrijgen van inzicht in onze on- en offline berichtgeving en het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden en gereedschappen – teneinde een zo breed mogelijke (nieuwe) doelgroep te bereiken – zal eind 2019 van start gaan en 2020 in beslag nemen.

U hoort van ons!

Terugkeer naar werk na kanker

Het is voor velen een grote opgave om op een soepele en plezierige manier terug te keren naar werk na kanker. Samen met Stichting Do Some Good en Yellow Works gaan we een plan opzetten om na kanker terugkeer naar werk beter mogelijk te maken. Als je weet hoe je kunt opbouwen, verloopt een opbouw meer voorspoedig en krijg je meer vertrouwen in wat je weer kunt!

Samenwerking met Zuyderland MC

Samen met specialisten van Zuyderland MC en Toon Hermans Huis Parkstad organiseren we vanaf het najaar regelmatig informatiebijeenkomsten. Daarbij komt elke keer een andere vorm van kanker aan bod inclusief de behandeling en nazorg. De bijeenkomsten zijn bedoeld voor patiënten en hun naasten maar ook voor professionals.

Houd onze nieuwsbrief, website, social media in de gaten voor actuele informatie.

Rouwverwerking na partnerverlies

Medio oktober starten we weer met een reeks bijeenkomsten rouwverwerking na partnerverlies. U kunt zich hiervoor nu al opgeven via tel.nr 046 -451 6474 of via email: info@toonhermanshuissittard.nl. Dag en tijd wordt t.z.t. in overleg afgesproken.

Oncoreflexologie in Toon Hermans Huis Sittard

Had/heeft u de diagnose kanker of bent u zelf geen kankerpatiënt maar wel bij dit ziekteproces betrokken, dan bent u van harte welkom voor integrale oncoreflextherapie, die er op gericht is om zowel de fysieke als de emotionele pijnpunten te verlichten. Uw levenskwaliteit te verhogen middels voetmassage, tijd en aandacht.

Heeft u behoefte om na de behandeling na te praten, dan staan de medewerkers van het Toon Hermans Huis graag voor u klaar.

Therapeut: Monique van Melick

Behandelingen op afspraak via info@toonhermanshuissittard.nl of 046 – 451 6474.

ALBERT HEIJN Actie

De Toon Hermans Huizen Sittard, Parkstad en Maastricht zijn dit jaar door Albert Heijn (18 filialen) aangewezen als “goede doel” voor de emballagebonnen. Wij zijn blij met ondernemers die ons Huis een warm hart toedragen en waarderen het zeer als wij op hun (en uw) steun mogen rekenen.

Dank jullie wel!!



Start TAI CHI

Vanaf **vrijdag 6 september a.s.** vindt in ons Huis wekelijks van 10.00 – 11.00 uur Tai Chi plaats onder begeleiding van Lucy Gerritsen. Kosten: € 40,- per maand.

Aanmelden via 046 – 449 3239 of dekraanvogel@aol.com. Zie ook de website: dekraanvogel.net.

RABO CLUBSUPPORT

Stichting Toon Hermans Huis Sittard doet dit jaar mee aan de Rabo ClubSupport. Elke stem is geld waard. Mogen wij rekenen op de jouwe? Kijk dan op Rabobank.nl/clubsupport. Vanaf 27 september kun je je stem uitbrengen. Wij zeggen: DOEN!

MiLES onderzoek

Oproep voor deelname aan onderzoek naar succesvolle werkhervatting

Een succesvolle terugkeer naar de werkvloer is een belangrijk aspect van het herstel na kanker. Hierbij is goede ondersteuning van de werkgever essentieel. Maar hoe kan uw werkgever u het beste ondersteunen?

Om deze vraag te beantwoorden is het Coronel Instituut van het Amsterdam UMC (locatie AMC) bezig met het MiLES project. Voor dit onderzoeksproject is een website ontwikkeld die uw werkgever op een praktische manier ondersteunt om met u in gesprek te blijven, tijdens elke fase van uw herstel. Alles om te zorgen dat u zich niet alleen gesteund weet door uw werkgever, maar straks ook succesvol terugkeert naar uw werk.

Er worden deelnemers gezocht die willen helpen om te onderzoeken of deze website effectief is voor een succesvolle re-integratie.

U kunt meedoen als u:

- in de afgelopen twee jaar de diagnose kanker heeft gekregen
- tussen 18 en 63 jaar oud bent
- op dit moment onder contract staat bij een werkgever en minder dan een jaar volledig of gedeeltelijk ziek gemeld bent
- uw werkgever heeft verteld dat u kanker heeft.

Voldoet u aan deze punten?

Dan zou het Coronel Instituut van het Amsterdam UMC u graag oproepen deel te nemen aan het

onderzoek. Zodat gezamenlijk kan worden gezorgd voor een betere begeleiding tijdens terugkeer naar werk.

Meer informatie en inschrijven kan via de volgende link:

https://amccoronelinstituut.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_3jACmdn0UAK6vUV

Heeft u een vraag?

Mijn naam is Michiel Greidanus en ik leid dit onderzoek. Bel of mail mij gerust als u meer wilt weten. Tussen 9.00 en 17.00 uur ben ik te bereiken op 020-566 4878. Of stuur een mailtje naar milesonderzoek@amc.nl.



AGENDA

Wandelen

Op **dinsdag 27 augustus** wandelen we over de bloeiende Brunsummerheide.

De wandeling is 4,5 km lang

We verzamelen om 13.00 uur in het Toon Hermans Huis waar we door middel van carpooling naar de parkeerplaats van het bezoekerscentrum van Natuurmonumenten rijden (Schaapskooiweg 99 in Heerlen/Brunssum). Na afloop uitrusten en wat gebruiken op het terras van het bezoekerscentrum. Gids: Toos van der Vring.

Op **dinsdag 24 september** vindt de wandeling naar het openlucht museum "NonkeBuusjke" in de Schinveldse bossen plaats.

Deze wandeling was reeds in juni gepland doch vanwege de extreem hoge temperatuur verplaatst naar september. Degenen die zich voor de juni-wandeling hadden ingeschreven, krijgen voorrang. Voor zover er nog plaats is, kunt u zich aanmelden.

Er is gereserveerd voor 15 personen van 14.30 – 16.30 uur. We krijgen een rondleiding met een gids en een kop koffie met eigen gebakken vlaai

Voor meer info zie de website: <https://www.nonkebuusjke.nl>

Kosten: € 7,- per persoon, bij inschrijving te voldoen.

Parkeren bij bezoekerscentrum "Boven Water", Aan de Voeëgelsjtang 1 in Schinveld. Vervolgens lopen we 45 minuten naar NonkeBuusjke in het bos.

We vertrekken om 13.00 uur van het THHS of u bent bij het vertrekpunt in Schinveld om 13.30 uur. Voor info: bellen met Toos 06 1717 8209.

Dans en beweging

Voetjes van de vloer!

Op **woensdag 4 september** (10.30 uur) wordt weer gestart. Dit wordt de laatste sessie onder begeleiding van Joyce de Bruin en/of Maud Gubbels. We danken beide dames heel hartelijk voor de zeer inspirerende sessies het afgelopen jaar.

Vanaf woensdag **18 september** zal Brigitte Zink van Free Danza de leiding op zich nemen.

Lekker vrij bewegen op muziek zoals we van nature al deden.

Wanneer : **vanaf woensdag 18 september 2019** (2-wekelijks)

Tijd : 10.30 – 11.30 uur

Kosten : € 6,- per les incl. koffie/thee

Aanmelden via 046 – 451 6474 of info@toonhermanshuissittard.nl

Introductieles Tai Chi

Tai Chi is een Chinese bewegingsleer, waarbij je door ronde, vloeiende en harmonieuze bewegingen je lichaam ontwikkelt naar een betere gezondheid. Oude meesters noemden Tai Chi ook wel de methode voor een gezond, lang en gelukkig leven. Tai Chi werkt op elk niveau, ook als je pas begint. Je kunt al na een paar maanden merken welke resultaten Tai Chi geeft voor je gezondheid.

Introductieles: **donderdag 19 september 2019**

Tijd: 14.00 – 15.00 uur

Kosten: € 6,- per persoon per keer

Tweede proefles: donderdag 26 september 2019

Tijd: 10.30 – 11.30 uur

Na de les is er gelegenheid voor het drinken van een kopje koffie/thee.

Zaterdag 28 september

Save the date: burendag op zaterdag 28 september a.s. Nadere info t.z.t. via onze website.

En verder:

- Binnenkort volgen 3 nieuwe gastvrouwen de basis cursus.
- In ons Huis worden diverse maatregelen getroffen om het Huis energiezuinig te maken.
- Tijdens de prima georganiseerde geheime tuinendag op 23 juni j.l. hebben vele wandelaars – ondanks de hitte - ons Huis bezocht, waardoor het een succesvolle middag is geworden met veel zinvolle ontmoetingen.
- We waren zeer vereerd dat het Toon Hermans Huis was uitgekozen als goed doel voor 2019 voor de “Maatjes Tref Sittard”. In De Limbourg werd het eerste vaatje Hollandse Nieuwe alsmede enkele unieke kunstwerken geveild. Het was een zeer gezellige avond met muziek en vers geookte haring, oesters en mooie wijnen. De opbrengst voor ons Huis was groot: € 9300,-. Een fantastisch bedrag waarvoor nogmaals heel veel dank aan de organisatoren en de gulle gevers!

Bestuur, directie en medewerkers van het Toon Hermans Huis wensen u allen een onbezorgde zomer!

Graag tot ziens!

