

# TOON HERMANS HUIS ZEEWOLDE



IK DENK ME BLIJ  
IK DENK ME BANG  
IK DENK DE DAGEN  
KORT OF LANG

MAAR WAAR IK NOOIT  
AAN HEB GEDACHT  
HEEFT MIJ VAAK  
GELUK GEBRACHT

TOON HERMANS

# activiteiten agenda

*Elke dinsdag, woensdag en donderdag is het huis geopend tussen 10-13 uur, u kunt dan altijd even binnenlopen voor een luisterend oor en een kopje koffie.*

<i>Donderdag 1 juni</i>	<i>19.30-21.30</i>	<i>muziek</i>
<i>Dinsdag 6 juni</i>	<i>13.30-14.30</i>	<i>Chi Neng</i>
<i>Vrijdag 9 juni</i>	<i>10.00-12.00</i>	<i>Het Toon Hermanshuis komt naar de Oude Bieb</i>
<i>Dinsdag 13 juni</i>	<i>10.30-12.30</i>	<i>schrijven met Marijke (laatste keer!)</i>
<i>Donderdag 15 juni</i>	<i>19.30-21.30</i>	<i>muziek</i>
<i>Maandag 26 juni</i>	<i>19.30-21.30</i>	<i>Thema avond Kruidenberg Jeroen Terlingen "overlevers van kanker".</i>
<i>Woensdag 28 juni</i>	<i>10.30-12.30</i>	<i>waskaarten maken met Giny vd Vate (vol)</i>
<i>Donderdag 29 juni</i>	<i>19.30-21.30</i>	<i>muziek</i>
<i>Vrijdag 30 juni</i>	<i>19.00</i>	<i>wijnproeverij t.b.v. team THHZ in de Open Haven! Sponsoractie mogelijk gemaakt door 'KIJK OP WIJN'</i>
<i>Dinsdag 4 juli</i>	<i>13.30-14.30</i>	<i>Chi Neng</i>

*Vanaf 10 juli gaat ons zomerrooster in, wij zijn dan alleen op woensdagochtend geopend! 13, 20, 27 juli en 3, 10, 17 augustus*

Het Toon Hermanshuis gaat met een aantal mensen de Mont Ventoux beklimmen op 31 augustus en 1 september.... Sponsors? Kijk voor meer info op [www.grootverzettegenkanker.nl](http://www.grootverzettegenkanker.nl) team Zeewolde of kom naar de wijnproeverij op 30 juni in de Open Haven! Zie agenda en op onze site via 'laatste nieuws'.



*Op dinsdag 13 juni  
verzorgt Marijke voor de  
laatste keer de  
schrijfworkshop schrijven!*

## **NIEUW!! Een mens is meer dan zijn of haar ziekte**

Een mens is meer dan het fysieke en het gemedicaliseerde probleem.

Artsen houden zich voornamelijk bezig met de ziekte en niet zozeer met de belevingswereld van de mens die ook patiënt is.

Mensen zijn complexe gevoelige wezens. Daardoor hebben zij naast de behandeling van de ziekte ook andere zorg nodig. Daar is vaak weinig aandacht voor.

Het Toon Hermans Huis wil op dit onderwerp wat betekenen voor mensen. Een soort van begeleiden en ondersteunen van het individuele proces waar iemand doorheen gaat tijdens het ziekte-proces. Daarom wordt er een groepje gestart van 3-4 personen waarin we met elkaar die belevingswereld gaan verkennen.

Ieder mens c.q. patiënt heeft zijn of haar eigen waarheid. Daarom wordt het geen discussiegroep maar een deelgenoten-groep. Zo kunnen we van elkaar leren hoe het ook kan zijn. Want geen mens is gelijk!

Ik ga er vanuit dat we ooit hebben leren praten en geleerd om woorden te geven aan wat we voelen, ervaren of wat onze behoefte is. Kortom wat we nodig hebben.

We zijn wat we denken, voelen en doen. En misschien nog wel meer... bewust of onbewust. We zijn ook emotionele en psychische wezens. Laten we elkaar verrassen 😊

Ik werk graag met teksten, uitspraken, songteksten o.i.d. als uitgangspunt of onderdeel van de bijeenkomsten.

Ik ben opgeleid als psycho-sociaal werker en wil graag mensen begeleiden in hun proces. Mag ik een stukje met je mee gaan?

Je kunt kijken of het je bevalt, zo niet, dan kun je gewoon weer stoppen.

Alleen als het groepje eenmaal begonnen is, kan er niet meer iemand bij. Wel zou er dan eventueel een nieuw groepje gevormd kunnen worden.

Mijn mening en ervaring is dat onze kwetsbaarheid onze kracht kan worden. Als er aandacht en ruimte aan gegeven wordt.

Josien Hoeve-Tijhoff

(Psycho-sociaal werker en gastvrouw Toon Hermans Huis)

"Vele mensen zijn je voorgegaan op deze zachte en kwetsbare weg, waar je overigens wel de moed van een krijger voor nodig hebt."

Bij voldoende belangstelling starten we het groepje nog eind juni op een donderdagmiddag van 14-16 uur in het Toon Hermanshuis, Mazerhard 37.

Lukt dit niet dan beginnen we na de zomervakantie.

Voor deze activiteit vragen wij een eigen bijdrage van €5,00 per keer.

Graag opgeven via [info@toonhermanshuiszeewolde.nl](mailto:info@toonhermanshuiszeewolde.nl)

Denken

Eerst dacht ik: 'niet aan denken',  
Dat heb ik toen gedaan,  
maar twee seconden later,  
dacht ik er tòch weer aan.

Nee, zo eenvoudig is dat niet,  
want weet je, wat je doet,  
je denkt er óók aan als je denkt  
dat j'er niet aan denken moet.

Toon Hermans

## 26 juni Thema avond: voor overlevers van kanker

nieuwsbrief juni/juli 2017

Jeroen Terlingen heeft een overzichtelijk en toegankelijk Handboek voor overlevers van kanker geschreven. In het Handboek voor overlevers van kanker vertellen zij en andere (ervarings)deskundigen vrijmoedig over hun ervaringen en geven praktisch adviezen.

In 23 hoofdstukken komen onderwerpen aan de orde als: orgaanbeschadigingen door radio- en/of chemotherapie, vermoeidheid, pijn, geheugen- en concentratieverlies, gewichtsproblemen, veranderingen in het seksleven, overgang en onvruchtbaarheid, leren leven met een beschadigd lichaam, angst voor een recidief, de psychosociale gevolgen van kanker, stress en traumaverwerking, spanningen in het gezin en in de relatie (want kanker ontregelt de hele familie), eenzaamheid, lotgenotencontact, de omgang met bureaucratie en met vooroordelen op het werk, confrontaties met verzekeringsartsen en het UWV, financiële gevolgen van kanker bij het kopen van een huis of het afsluiten van een verzekering, specifieke gevolgen voor zzp'ers, verandering van het zelfbeeld.



Kanker is ontzettend ingrijpend voor patiënten en hun naasten. Hopelijk is dit Handboek voor overlevers van kanker een bron van inspiratie voor iedere overlever, die beseft dat de ziekte ook kans biedt om te groeien: als persoon en in kwaliteit van leven.

Jeroen verzorgt deze thema avond op 26 juni om 20 uur in het Trefpunt van de Kruidenborg, Duifkruid 5, deur open om 19.30 uur.

### **Reacties op het boek:**

*'Als je geneest van kanker, denk je dat je echt beter bent. De ex-patiënten in dit boek laten op indrukwekkende wijze zien wat er voor nodig is om na de behandeling ook de kwaliteit van hun leven te verbeteren.'*

*Prof. Floor van Leeuwen, epidemioloog Antoni van Leeuwenhoek*

*'Ik heb kanker overleefd. Nou moet ik van iedere dag een feestje maken, zeggen ze. Als je dit boek leest, snap je waarom dat niet altijd lukt.'*

*Anna Enderlé, genezen van borstkanker*

*'Het Handboek voor overlevers van kanker informeert betrouwbaar en toegankelijk over alles waarmee patiënten na hun behandeling te maken krijgen. Daarom moeten niet alleen ex-patiënten dit boek lezen, maar ook artsen en verpleegkundigen.'*

*Prof. Peter Huijgens, voorzitter Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL)*

Toon Hermanshuis Zeewolde

Mazerhard 37

3891 BR Zeewolde

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

tel: 036-8450265

[info@toonhermanshuiszeewolde.nl](mailto:info@toonhermanshuiszeewolde.nl)

Wij zijn altijd blij met een donatie!

Ons rek nr is: **NL43RABO0149121164** t.n. van de St. Toon Hermanshuis Zeewolde