



Nieuwsbrief

Januari 2017

Een heel voorspoedig 2017!

In deze nieuwsbrief

Over de drempel	2
Bedankt Juniorkamer	2
Creatieve workshops	2
For You	3
Een topprestatie	4
Sponsors bedankt!	4
Toon Tvenaars	5
Kerstmarkt	5
Kerstfeest	6
Expositie Carla van Laar	6
Welkom/gefeliciteerd	7
Even voorstellen	7
Ontmoetingsgroep	7
Open Huis	8
Doppen en kleding	9
Ontmoetingsochtend	9
Kracht van autobiografisch schrijven	9
Yoga/Tai chi/Qi Gong	10
Samen kleuren	10
Zingen voor je Leven	10
Lijn en Kleur	10
Bibliotheek	10
Bakkie Troost	10
Gratis EHBO cursus	11
Waarom is THHE nodig?	11

Het is gebruikelijk om rond de jaarwisseling nog eens terug te kijken op het jaar dat achter ons ligt. 2016 was het jaar van de honderdste geboortedag van Toon Hermans. Hij gaf de aanzet voor de oprichting van de Toon Hermans huizen in Nederland.

We hebben het jaar volgens traditie afgesloten met een voortreffelijk kerstdiner met veel gezelligheid. Tijdens dit diner hebben we kennisgemaakt met een aantal nieuwe collega's die het komende jaar aan de slag gaan op de afdeling radiotherapie en de poli hematologie van het Oncologisch Centrum.

Er is dit jaar weer veel werk verzet. Veel gasten hebben de weg naar ons Toon Hermans Huis gevonden. Er vonden veel gesprekken plaats, er waren thema-avonden, creatieve middagen, er werd geschilderd, getekend, gezongen en steeds

meer kinderen bezochten Toon Tvenaars Kinderinloop. Er werd een warme gastvrijheid ervaren, zowel in ons Toon Hermans Huis op de Telefoonweg als in het Oncologisch Centrum in Ziekenhuis Gelderse Vallei.

Met Pinksteren hebben we honderden pannenkoeken gebakken voor de deelnemers van de Roparun en ook de beklimming van de Mont Ventoux door team Toontje Hoger was een groot succes. Door deze projecten zijn onze financiële zorgen wat minder. We proberen een zodanige buffer op te bouwen, dat we een bestaanszekerheid hebben van tenminste twee jaar.

In het afgelopen jaar is regelmatig contact geweest met de gemeente. Structurele financiering zit er helaas niet in, maar men denkt wel mee hoe onze organisatie een rol kan spelen in het gemeentelijke beleid. Ook is het IPSO,

onze overkoepelende organisatie, actief in Den Haag om aandacht te vragen voor het werk dat door inloophuizen wordt verricht. Het nieuwe registratiesysteem gaat daar mogelijk bij helpen, zodat we kunnen aantonen wat er allemaal gedaan wordt. Dat maakt onze positie een stuk sterker.

Het komende jaar gaan we door met al onze activiteiten. We zijn in overleg met het ziekenhuis over een buddy project.

Lees verder op pagina 2

Gedichtje

Hij schreef een klein gedichtje

het had niet veel om handen

maar het had iets van een lichtje

dat in het donker brandde

Toon

Een heel voorspoedig 2017! (vervolg)

Daarnaast is het plan opgevat om de Stichting Vrienden van het Toon Hermans Huis op te richten om sponsors te vinden voor ons werk. Het Comité van Aanbeveling zal worden omgevormd tot Raad van Advies. Deze zal als klankbord voor het bestuur functioneren op strategische onderwerpen en ontwikkelingsrichting. De leden ervan kunnen uit de politiek, de zorg of

uit het bedrijfsleven afkomstig zijn. Verder is de vraag: Komt er dit jaar weer een nieuwe ploeg Toontje Hoger?

Plannen zijn er genoeg. We hopen ze met elkaar waar te kunnen maken en wensen elkaar een heel goed en voorspoedig 2017 toe.

Het dagelijks bestuur,



Remko Steen, Ries Beeuwkes en Eijo Balk

Over de drempel

Stel je voor, je hebt kanker (gehad), je bent klaar met de behandeling en je moet verder. Je moet blij zijn, want je hebt het overleefd, je moet de draad weer oppakken, het leven gaat verder, je moet weer aan het werk, leuke dingen doen met je familie. Maar je bent niet blij, je bent moe, je piekert, je weet niet hoe je verder moet, je bent bang, ben ik echt wel beter? Komt de kanker terug? Waarom kan ik niet blij zijn? Waarom is mijn werk niet meer interessant? En je stapt dan over de drempel van het Toon Hermans Huis...

Stel je voor, je man, je vrouw, je vader, je moeder, je kind, je vriend, je buurvrouw heeft kanker en je maakt je zorgen, je piekert, ook jij bent moe. Hoe moet dat gaan? Wie zorgt voor wie? Hoe moet mijn gezin verder? Waarom wil hij of zij niet praten? Waarom doet hij of zij zó? Hoe moet ik erop reageren? En je stapt dan over de drempel van het Toon Hermans Huis....

Dan vind je daar een gastvrouw of -heer die tijd voor jou heeft, die naar je luistert en je begrijpt. Je mag daar ook zo maar zijn of hui-

len of met elkaar lachen. Je merkt dan ook, je bent niet alleen met dat gepieker en die zorgen. Het is zo logisch allemaal, je ziet weer een lichtpuntje. Je bent blij dat je gegaan bent, je bent weer een beetje blij.

Cora Leijdens,
Comité van
Aanbeveling



Bedankt Junior Kamer

In oktober werd in Het Oude Politiebureau de eerste JCI Ede pubquiz georganiseerd.

De opbrengst van deze avond, 1450 euro, is geschonken aan twee goede doelen: ons Toon Hermans Huis en de sponsorloop Compassion Muskathlon in Uganda waar JCI-lid Erik Dekker aan deelneemt.

JCI-voorzitter Bram Rijkers overhandigde de cheques aan onze voorzitter Ries Beeuwkes en coördinator Marion Schimmel.

Creatieve workshops

In ons Toon Hermans Huis vinden regelmatig creatieve activiteiten plaats. In oktober maakten onze gasten een herfststuk, in november was er een workshop sieraden maken van Afrikaanse kralen en in december werden er kerstkransen gemaakt. Op onze activiteitenkalender staan alle data van de creatieve workshops tot en met mei vermeld. Komt u ook?

Aanmelden kan via
info@toonhermanshuisede.nl of
06 - 22 161 969.



Het Toon Hermans Huis in Magazine For You

Ontmoetingsplaats

voor wie geraakt wordt door kanker

Kanker is voor vrijwel iedereen dichtbij. Eén op de drie mensen wordt geconfronteerd met kanker. Direct of omdat een naaste deze ziekte krijgt. Het aantal kankerpatiënten zal de komende jaren aanzienlijk toenemen. Ook het aantal mensen dat leeft met de gevolgen van kanker neemt toe.

Kanker wordt steeds meer een chronische ziekte. De medische zorg staat voor de uitdaging deze ziekte te bestrijden en er komt meer behoefte aan psychosociale ondersteuning. Een plek waar deze ondersteuning wordt geboden, is het Toon Hermans Huis Ede.

IMPACT

'Voor zowel degene die ziek is, als voor de dierbaren om de zieke heen, is de impact van een ziekte als kanker groot. Kanker is niet alleen lichamelijk, maar ook emotioneel, mentaal en sociaal een zware ziekte', vertelt coördinator Regien de Bruyn. 'Vaak is het moeilijk om de draad van het leven op te pakken wanneer je geraakt bent door kanker. Iedereen beleeft dit proces anders.'

Het Toon Hermans Huis Ede biedt een plek waar je wordt begrepen en waar iemand echt aandacht en tijd voor je heeft, waar je even los kunt komen van je dagelijkse zorgen. Hier kunnen mensen met kanker en hun naasten zichzelf zijn. Zij vinden er informatie, een luisterend oor, mogelijkheden voor lotgenotencontact en een breed activiteitenaanbod, zoals creatieve workshops, thema-avonden en het koor Zingen voor je Leven. Er is ruimte voor een lach en een traan.



Vrijwilliger worden?

Het Toon Hermans Huis Ede is op zoek naar gastvrouwen en -heren voor het Oncologisch Centrum en de locatie aan de Telefoonweg 124B in Ede. Is vrijwilligerswerk in het Toon Hermans Huis misschien iets voor jou? Je bent van harte welkom om één of meerdere dagdelen mee te lopen voordat je met de opleiding start.

ONCOLOGISCH CENTRUM

Het Toon Hermans Huis Ede werkt nauw samen met Ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede door de inzet van gastvrouwen en -heren in het Oncologisch Centrum en op de oncologische afdelingen in het ziekenhuis. Marion Schimmel is coördinator in het Oncologisch Centrum. 'Onze vrijwilligers bieden zowel patiënten en hun mantelzorgers in de wachtkamer van de polikliniek als patiënten die een behandeling krijgen op de dagbehandeling iets te drinken aan en zo nodig ook een luisterend oor.'

TOON TOVENAARS KINDERINLOOP

Omdat ook kinderen in hun directe omgeving steeds vaker met kanker te maken krijgen, is het Toon Hermans Huis Ede in 2013 gestart met een inloopmiddag speciaal voor kinderen: Toon Tovenars Kinderinloop. Kinderen van 4 tot 14 jaar kunnen er op woensdagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur op afspraak terecht. Toegewijde geschoolde vrijwilligers die gespecialiseerd zijn in de zorg rondom kinderen bieden hen een veilige plek om te praten, zich creatief te uiten of om gewoon eens lekker te ontspannen. Naast de reguliere kinderloopmiddagen worden er regelmatig creatieve workshops georganiseerd.

TOON HERMANS HUIS EDE

Telefoonweg 124B, 6713 AL Ede
0318-619002 • 06-22161969
www.toonhermanshuisede.nl
info@toonhermanshuisede.nl

Er is ruimte
voor een lach
en een traan



Een topprestatie!

Zaterdag 12 november werd een cheque ter waarde van 20.000 euro overhandigd aan ons bestuur, en werden de Toontje Hoger-leden in de bloemetjes gezet. „20.000 euro, een topprestatie“, aldus onze vice-voorzitter Eijo Balk, die alle 28 teamleden afzonderlijk hartelijk bedankte.

Het was een gezellig weerzien in ons Toon Hermans Huis. Het was alsof iedereen weer even de week in Montbrun-les-Bains beleefde. Natuurlijk werd er ook nagepraat over de zware tocht naar boven. Want zwaar was het, de 26 kilometer lange beklimming van die berg van 1910 meter, waar op de laatste zes kilometer geen enkele boom meer staat. En dan is het best afzien, in de hitte, terwijl het stijgingspercentage hoog is en er steeds wéér een bocht blijkt te zijn terwijl je de hele tijd de karakteristieke toren op de top in het oog hebt.

Maar alle teamleden hebben het gered, sommige relatief gemakkelijk, andere op hun tandvlees, vanwege een blessure. Daarnaast waren er vele enthousiaste fans op de top aanwezig, die in de ongenaakbare zon iedereen stonden aan te moedigen. Teamcaptain John Hermeling was niet alleen trots op de sportieve prestatie van

Team Toontje Hoger, maar ook op het bijeengebrachte bedrag. Er stonden mensen met een kraam op de Heideweek, met Ventoux-wijn en zelfgemaakte kaarten. Ze gingen met de collectebus rond, stonden met tweedehands spullen op de rommelmarkt in Achterberg. Ze vroegen familie, vrienden, kennissen en hun hele netwerk om hen financieel te ondersteunen.

Zestig procent van het sponsorgeld ging naar het KWF, veertig procent was voor het Toon Hermans Huis. „Omdat THHE geen subsidies ontvangt, is het afhankelijk van sponsors en donaties; daarom is deze bijdrage enorm welkom“, aldus Eijo Bak.

Het Toon Hermans Huis kan zich

ook volgend jaar aanmelden voor de sponsortocht. Er zijn teamleden die staan te trappelen om in 2017 opnieuw van de partij te zijn.

„Het was zo'n mooie ervaring. Op het moment dat je daar aan de top staat, gaat er van alles door je heen. Je bent moe en blij tegelijk, en je denkt aan de mensen voor wie je naar boven bent gegaan. Want bijna iedereen kent wel iemand die geraakt is door kanker“, zegt John Hermeling.

Eijo Balk: „We hopen van harte dat iemand zich aanmeldt om in 2017 deze kar te trekken. Zo'n geweldig evenement, met zo'n fantastische opbrengst vraagt gewoon om een vervolg.“



Sponsors bedankt!

Wij bedanken de familie Boogaarts voor de geweldige donatie die zij hebben gedaan. Ook alle adverteerders die het mogelijk hebben gemaakt dat wij een eigen magazine konden uitgeven, zijn van grote waarde. En dan na-

tuurlijk de deelnemers aan de Mont Ventoux, we kunnen hen niet genoeg bedanken. De prachtige cheque van de Junior Kamer. En dan de Rotary Club Ede. Twee jaar lang hebben zij zich voor ons ingezet. Het Groot Edes Dictee,

rozen op Wereldkankerdag, advies op allerlei gebied en als kers op de taart kregen wij een AED. Ook Kerkelijk Centrum Emmaüs en de Gereformeerde Kerk Lunteren zeggen wij hartelijk dank. Zij doneerden hun collecte aan ons.

"Wat hebben we het leuk gehad"

Ook bij Toon Tvenaars Kinderinloop wordt regelmatig geknutseld, geschilderd of gekleurd. 23 november organiseerde Annuska van Create Wise in Bennekom een creatieve workshop 'Kunst maken van zout. Annuska schreef een verslagje van deze middag.

„Wat hebben we het leuk gehad. Het was al even geleden dat ik het aangeboden had, dus toen de vraag kwam of Create Wise 23 november een workshop wilde houden voor de kinderen van Toon Tvenaars Kinderinloop, was ik gelijk enthousiast. Natuurlijk! De kinderen in de leeftijd van vier tot en met elf jaar waren vol bewondering, want we gingen zelf

kunst maken met zout. Met brokjes puur geperst zout, vijlen en schuurpapier hebben ze geweldige hangers en sculptuurtjes gemaakt in de vorm van hartjes, bloemetjes, haaiantanden enzovoort. Ook ontstonden er andere mooie kunstvormen uit het zout. Een grote tafel vol met gezellige en druk veilende en schurende kinderen, druk fantaserend over de ontstane vormen. En wat een verrassing toen ik aan het eind beloofd werd met ingekleurde hartjes, lieve teksten en van allemaal een mooie bloem, dank jullie wel! Super trots konden alle kinderen hun werkjes mee naar huis

nemen." Bedankt Annuska, dat jij deze middag voor onze kinderen hebt georganiseerd en de gebruikte materialen gratis ter beschikking hebt gesteld. Super!



"Ik denk dan even niet aan mama's ziekte"

Toon Tvenaars Kinderinloop is op woensdagmiddag speciaal geopend voor kinderen die geraakt zijn door kanker. Nesrine van Ingen (9) is een enthousiaste bezoeker. "Mijn moeder heeft borstkanker. Ik was en ben daar heel verdrietig om. Toen dacht mama dat het goed voor me zou

zijn om naar Toon Tvenaars te gaan, voor een beetje afleiding en gewoon om lol te hebben. Er komen vaak dezelfde kinderen in het Toon Hermans Huis, maar ook wel eens kinderen die ik nog niet ken. Het helpt echt om leuke dingen te doen; ik denk dan niet aan mama's ziekte. We knutselen en lezen en zo. Volgende week ga ik verder met mijn breiwerkje. Breien, dat kon ik al, dat heeft oma me geleerd. Ik maak sjaltjes voor de poppen van het Toon Hermans Huis. Met al die gezellige kleurtjes zien ze er heel vrolijk uit!"

Tot aan de zomervakantie van 2017 is Toon Tvenaars Kinderinloop geopend op woensdag: 18 januari, 1 en 15 februari, 1 en 15 maart, 5 en 19 april, 3 en 17 mei en 7 en 21 juni. Vergeet je je niet aan te melden als je komt?



Kerstmarkt

Onze vrijwilligers zijn regelmatig te vinden op regionale markten. Zo zijn wij in augustus weer van de partij op Festival Pure Passie in Ede en de Vlegeldag in Bennekom. Vorige maand hebben vrijwilligers Ida, Tineke, Wilma en Cees de kou getrotseerd om de bezoekers van de kerstmarkt in Lunteren over ons Toon Hermans Huis te vertellen en kerstballen met een uitnodiging voor ons Open Huis in februari uit te delen.



Een meer dan geslaagd kerstfeest

Het is inmiddels een goede traditie geworden om het jaar af te sluiten met een eindejaarsetentje voor onze vrijwilligers.



Wij bedanken hen voor hun toelozende inzet, kijken terug op het afgelopen jaar en blikken vooruit op het nieuwe jaar.

Helaas hebben we dit jaar ook afscheid genomen van een aantal collega's die veel voor ons inloophuis hebben betekend. Onze huismeester Renze Hamstra is plotseling overleden, heel verdrietig.

Onze coördinator John Hermeling heeft een fulltime baan gekregen en moest daarom de keuze maken om te stoppen met zijn vrijwilligerswerk in het Oncologisch Centrum.



Gastvrouwen Yvonne Seijers en Georgine de Bont, jarenlang op allerlei gebied van grote waarde voor ons inloophuis, namen afscheid en ook Hans Wolven, vrijwilliger van het eerste uur, is gestopt. Gelukkig hebben we ook kennisgemaakt met een groot aantal nieuwe collega's.

Leo Sterk bood spontaan aan om voor alle vrijwilligers een heerlijke Indische maaltijd te koken. Leo, je kookkunsten waren voortreffelijk, we hebben ervan genoten. Geweldig dat jij dit samen met de door jou ingeschakelde hulptroepen, wilde doen. Het was weer een meer dan geslaagd kerstfeest.



Expositie Carla van Laar

Wij hebben weer een nieuwe expositie in ons inloophuis. Tot eind maart exposeert kunstenaar Carla van Laar haar werken.

Carla had van kinds af aan al belangstelling voor textiel. Lapjes en draden waren altijd volop aanwezig, want haar moeder naaide veel en zelfs als ze zat, dan was ze aan het breien. „Het zachte en soepele van stof, de kleuren, het ruisen van een zijden jurk en het persen van wollen stof, al mijn zintuigen hebben het opgenomen”, vertelt Carla. „Het is dan ook niet verwonderlijk dat ik een textielopleiding volgde, en met heel veel plezier. Daarna heb ik lesgegeven aan verschillende scholen en aan de lerarenoplei-

ding, en in mijn vrije tijd was ik met textiel bezig. Ik zat te spinnen naast de box, zat achter mijn weefgetouw als de kinderen sliepen, ontwierp en maakte kinderkleding, beschilderde stoffen en maakte de trouwjurk voor mijn dochter. De laatste jaren ben ik wat je noemt echt aan het werk. Mijn baan in het onderwijs opgezegd, de kinderen groot en bijna fulltime kunstenaar. Ik geef nog wel workshops en cursussen aan de Volksuniversiteit en creativiteitscentra in het land en bij mij thuis in mijn atelier.” In haar kleinere werk, ruimtelijke objecten en kunstenaarsboeken, gebruikt Carla graag natuurlijke materialen, papier, wol, zijde en dergelijke. „In mijn grotere werk zoek ik naar

combinaties met andere materialen, zoals bijvoorbeeld borduurwerk met hout en gips. Of met tyvek. Ik ben steeds op zoek naar de stevige en monumentale kant van textiel. Mijn laatste werken staan in het teken van recycling.” Carla's werk is te zien geweest in verschillende galeries en musea in binnen- en buitenland en nu dus bij ons!



Welkom en gefeliciteerd!

We zijn weer een aantal gediplomeerde vrijwilligers rijker. Daniëlla van Eden, Alfride Harmsen, Hanny Reijers, Lia Vermeer, Loek en Annet van Bokhoven, Marrie Nap, Corrie de Koster en Cees van den Heijkant hebben de opleiding tot gastvrouw en gastheer succesvol afgerond en zijn als vrijwilliger in ons Toon Hermans Huis, bij Toon Tovernaars Kinderinloop of in het

Oncologisch Centrum aan de slag gegaan. Wij wensen jullie veel succes!

Twee vrijwilligers hebben hun EHBO-diploma gehaald. Wilma van den Broek-Rijksen en Ester Wormgoor, gefeliciteerd! Verderop in deze nieuwsbrief doen zij uitgebreid verslag.

Heeft u interesse om vrijwilliger te worden? In februari start een nieuwe opleiding gastvrouw/gastheer. Twijfelt u nog? U bent van harte welkom om eerst een dagdeel mee te lopen met een van onze gastvrouwen of -heren. Wij zijn ook op zoek naar coördinatoren die ons team willen komen versterken.

Even voorstellen: Jantina Boelens

Graag stel ik mij voor. Mijn naam is Jantina Boelens en ik woon in Ede. Zo lang ik mij herinner was ik bezig met verf, papier, klei en vele andere materialen. Als ik maar een beetje kunstzinnig bezig kon zijn.

Later, tijdens diverse lessen, cursussen en vanuit mijn hart vond ik mijn weg in al de mogelijkheden die vele materialen bieden om mij te uiten op papier en doek. Dat ik koos om 'met kinderen te werken' was voor mij een vanzelfsprekende stap. Wat heb ik met veel plezier, ruim 45 jaar gewerkt in het onderwijs. Ook hier was door de vele jaren en lessen heen, het creatief bezig kunnen zijn, de rode draad.

Afgelopen najaar werd mij vanuit het Toon Hermans Huis Ede de vraag gesteld om de schildergroep op donderdagmiddag te ondersteunen. Een hele eer en na beraadstemde ik toe. Werken op de schildermiddagen met een groep mensen die geraakt wordt door kanker in welke vorm dan ook.

Samen bezig zijn met kleur, vorm, ideeën om een fantasievolle wereld te scheppen om zo even minder aan ziek zijn te hoeven denken. Ik onderstreep de woorden van mijn voorganger Hans en collega-begeleidster Henrike van de dinsdaggroep. Met geen, weinig of meer ervaring, schilderen of tekenen aan een werkstuk hoe eenvoud-

dig of groots ook. In stilte, rust of tijdens een gesprek. Daar werk ik van harte aan mee en hoop met elkaar een goede tijd te beleven waarin fijne werkstukken ontstaan.



Ontmoetingsgroep 'Verder gaan met je leven na borstkanker'

Alle behandelingen zijn achter de rug. Hoe pak je het dagelijkse leven weer op, maar ook hoe ga je om met de soms ingrijpende gevolgen van de behandelingen?

In drie ochtenden gaan we hier door middel van gesprek, vraagspel en creativiteit aandacht aan geven. Ontmoeting en herkenning van lotgenoten kan zo helpend zijn. Deze bijeenkomsten worden geleid door Ageeth Jansen, zingevingsbegeleidster i.o. en Liesbeth van de Brink, rouw- en verliesbegeleidster i.o., beide vrijwilliger in ons Toon Hermans Huis. De kosten bedragen 15 euro voor drie

bijeenkomsten.

Deze bijeenkomsten zijn op 17 januari, 31 januari en 14 februari aanstaande van 9.30 uur tot 12.00 uur in ons Toon Hermans Huis Ede aan de Telefoonweg 124b.



Aanmelden kan via info@toonhermanshuisede.nl of 06 - 22 161 969.

Open Huis op zaterdag 4 februari 2017



Ter gelegenheid van Wereldkankerdag

Open Huis

- Informatie over ons Toon Hermans Huis
- Informatie over pruiken, haarstukjes en lingerie voor borstkankerpatiënten
- Workshop tekenen, schilderen en kleuren
- Verkoopstand t.b.v. ons inloophuis
- Informatiestand Oncologisch Centrum ZGV
- Voetreflex- en lichaamsmassage
- Medisch pedicure
- Schoonheidsbehandeling
- Proefles Yoga en Tai chi/ Qi Gong
- Optredens van ons koor Zingen voor je Leven
- Informatie over onze vacatures
- Diverse kinderactiviteiten bij Toon Toveraars
- Kinderinloop
- Informatiestand Veluwe Wens Ambulance

Zaterdag 4 februari 2017

11.00 uur - 16.00 uur

Toon Hermans Huis Ede
Telefoonweg 124b
6713 AL Ede
(lift aanwezig)

0318-619002 of 06-22161969
www.toonhermanshuisede.nl
info@toonhermanshuisede.nl

Doppen en kleding inzamelen

In het afgelopen jaar heeft u massaal kleding en doppen ingezameld. Maar liefst 2585 kilo kleding, knuffels, gordijnen, lakens en schoenen heeft u bij ons gedoneerd. Hierdoor hebben wij een bedrag van 650 euro ontvangen. Voor iedere ingezamelde kilo die opgehaald wordt door het Leger des Heils krijgen wij namelijk 25 cent. Voorlopig blijven we dus inzamelen.

De doppen die gespaard worden voor KiKa worden opgehaald door Ans Fleijman. Zij vertelt wat er met de doppen gebeurt. „Velen van u brengen niet alleen de eigen gespaarde doppen maar hebben ook lijntjes uitgezet naar familie, burens en dergelijke. Geweldig zoals u bezig bent! Deze actie is bijna drie jaar geleden begonnen bij één familie en ook nu nog breidt het aantal verzamelaars en inleverpunten zich als een olievlek uit.

Wat gebeurt er met de doppen? Ik haal ze op en breng ze naar Zeeland. In Zeeland is de actie begonnen en daar wordt alles gecoördineerd. Twee maal per jaar worden de doppen ingeleverd bij een recycling bedrijf. Daar worden ze bewerkt en worden er korrels van gemaakt. Die korrels ondergaan weer een aantal bewerkingen en uiteindelijk worden het plastic bloempotjes. Dus als u thuis een plantje heeft staan in een plastic potje, dan zouden daar uw eigen dopjes in verwerkt kunnen zijn. Leuk toch!

Tot slot de verantwoording over de financiën. Het recycling bedrijf sponsort de vrachtauto's die twee keer per jaar op de grote opslagadressen de doppen ophalen. Een garagebedrijf sponsort de diesel voor deze ritten. Alle vrijwilligers krijgen geen (onkosten) vergoeding. Op de inleverdag worden de

doppen gewogen en de directeur van het bedrijf, die zelf die dag als vrijwilliger actief is, deelt aan het eind het opgehaalde bedrag mee.



Een paar dagen later krijgen de organisatoren een kopie van de overschrijving van dit bedrag aan KiKa. Weer een paar dagen later komt de bevestiging en een bedankje van KiKa waarin opnieuw hetzelfde bedrag genoemd wordt. Tot nu toe heeft deze actie voor KiKa in totaal 7671,10 euro opgeleverd. Namens de organisatoren en KiKa hartelijk dank. We gaan door in 2017.”

Ontmoetingsochtend

Wij organiseren woensdag 22 februari aanstaande een ontmoetingsochtend voor mensen die een behandeling van kanker ondergaan. Deze ochtend kan er in gesprek gegaan worden over alles wat je tegenkomt tijdens de behandeling. Een moment van ontmoeting en herkenning.

Deze ochtend wordt geleid door Ageeth Jansen, zingevingsbegeleidster i.o. en Liesbeth van de Brink, rouw- en verliesbegeleidster i.o., beide vrijwilliger in ons Toon Hermans Huis.

De ontmoetingsochtend vindt plaats op 22 februari van 9.30 uur tot 12.00 uur in ons Toon Hermans Huis Ede aan de Telefoonweg 124b. De toegang is gratis.

Kracht van autobiografisch schrijven

In ons Toon Hermans Huis wordt 23 februari 2017 een workshop Kracht van autobiografisch schrijven voor kankerpatiënten georganiseerd. Deze avond wordt verzorgd door Jeroen Hendriksen, trainer, coach en auteur van het boek Rimpelingen.

Jeroen is zelf kankerpatiënt en is door het schrijven van zijn eigen levensverhaal in aanraking gekomen met de bijzondere kracht van schrijven.

Jeroen: „Ik heb als deelnemer de nodige cursussen bezocht en heb ervaren dat kankerpatiënten na hun diagnose meer nodig hebben. Ze willen vooral schrijven over de

essentie en de zin van het leven, over zaken die echt belangrijk zijn.”

Onderwerpen die tijdens deze lezing aan bod komen zijn: de werking van autobiografisch schrijven, leven in het hier en nu, zingeving, kwetsbaarheid, veerkracht en spiritualiteit.

Deze avond begint om 19.30 uur en is om 21.30 uur afgelopen. De toegang is gratis.

Meer informatie is te vinden op: www.jeroenhendriksen.nl

Aanmelden kan via

info@toonhermanshuisede.nl of

06 - 22 161 969.

Yoga en Tai chi/Qi Gong

In ons Toon Hermans Huis start binnenkort weer een gecombineerde les Yoga en Tai chi/Qi Gong.

Deze cursus bestaat uit tien lessen en wordt gegeven in maart, april en mei op woensdagavond vanaf 19.00 uur. De cursus is bestemd

voor volwassenen met of na kanker en hun naasten en wordt gegeven door gediplomeerd docente Hanna Witten.

Ook mensen die door een andere langdurige ziekte of door ziekte en dood in hun omgeving zorg en ondersteuning nodig hebben zijn van harte welkom.

Voor deze cursus wordt een eigen bijdrage van 60 euro per persoon voor tien lessen gevraagd.

Aanmelden kan via
info@toonhermanshuisede.nl of
 06 - 22 161 969.

Samen kleuren

Elke derde vrijdag van de maand van 10.00 uur tot 11.30 uur wordt er bij ons gekleurd. Mensen die geraakt worden door kanker, dus ook hulpverleners en mantelzorgers, zijn van harte welkom. Ageeth Jansen: „Deze ochtend zijn we gezellig samen, kleuren we samen en geven we samen kleur met of aan lotgenoten.“ Neemt u uw eigen kleurboek mee? Wij zorgen voor de kleurpotloden en de koffie en thee. Heeft u geen kleurboek, dan is deze tegen betaling bij ons verkrijgbaar. Vooraf aanmelden is niet nodig. Loop gerust binnen.

Koor Zingen voor je Leven

Eens in de veertien dagen komt op dinsdagochtend ons koor Zingen voor je Leven bij elkaar om samen te zingen.

Dirigente Frohmüt Knie: „De vreugde en saamhorigheid in de groep is een belangrijk kenmerk van dit koor. We zingen liederen met elkaar die ons ontroeren of die ons juist in de lach laten schieten en onze lichamen in beweging brengen. We zingen vooral wereldmuziek. Of je nu voor het eerst zingt - en denkt dit niet te kunnen - of dat je een ervaren zanger

bent, gezamenlijk ontstaat een krachtige klank vol energie. Aan het eind van de ochtend gaat bijna iedereen zingend naar huis. Onze koorleden zijn op enige wijze geraakt door kanker. Je mag hier zijn zoals je bent. Die herkenning geeft verbondenheid.“

Tot aan de zomervakantie van 2017 wordt er gezongen op: 10 en 24 januari, 7 en 21 februari, 7 en 21 maart, 4 en 18 april, 2, 16 en 30 mei, 13 en 27 juni.

Lijn en Kleur

Elke dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 uur tot 15.30 uur is er teken- en schilderles. Tijdens het schilderen kun je je creativiteit gebruiken om gedachten en gevoelens tot uitdrukking te brengen. Iedereen kan meedoen.

Er zijn tafels, ezels, doeken en er is acrylverf aanwezig. De docenten hebben als rol het begeleiden en ontwikkelen van de creatieve impulsen. Zij ervaren dat cursisten even alles vergeten en ontspannen naar huis gaan. Soms worden onderwerpen besproken die met anderen moeilijker te delen zijn. Ook dat zorgt dan voor ontlasting.

Bibliotheek

In ons Toon Hermans Huis is een bibliotheek. Tijdens onze openingstijden is er altijd iemand aanwezig die u de weg kan wijzen naar het boek van uw keuze. Over de meeste ziektebeelden is er wel een boek te vinden. Er staan ook verhalen van lotgenoten in de kast. Misschien kan het u helpen in een moeilijke periode in uw leven. Wilt u op uw gemak het boek van uw keuze inkijken, dan noteren wij uw gegevens en mag u het boek lenen voor een bepaalde tijd. Ook voor kinderen is er ruimte gemaakt in de boekenkast. Sommige boeken kunnen ze zelf lezen, andere boeken zijn geschikt om met

een ouder of begeleider te lezen. Voor de allerkleinsten zijn boekjes aanwezig waarin verdrietige gebeurtenissen op een ontroerende manier worden verteld.

Bakkie Troost

Voor wie op zondagmiddag behoefte heeft aan een gesprek, een kopje koffie of gewoon een vriendelijk gezelschap, schenken wij elke eerste zondag van de maand van 14.00 uur tot 16.00 uur een Bakkie Troost.

U bent van harte welkom!

Gratis EHBO-cursus voor onze vrijwilligers

Als vrijwilliger wil je je werk graag goed doen. Soms kun je de behoefte hebben aan meer kennis en vaardigheden om je taken goed uit te voeren en jezelf te ontwikkelen. Zo hebben al onze gastheren en -vrouwen alvorens zij met onze gasten in gesprek gaan eerst de driedaagse opleiding tot gastheer en gastvrouw gevolgd.

Malkander stimuleert en ondersteunt vrijwilligers en organisaties die met vrijwilligers werken en biedt daarom gratis cursussen en workshops aan. Eén daarvan is de cursus EHBO. Een aantal van onze vrijwilligers is inmiddels in het trotse bezit van zijn of haar diploma. Zo ook Wilma en Ester, die de cursus in oktober volgden bij Arehbo in Ede. „Deze EHBO cursus is een driedaagse opleiding”, vertelt Wilma. „De eerste twee dagen werd de theorie aan de hand van

het EHBO-boek toegelicht. Ook werd er geoefend. Er werdenverbanden aangelegd, wonden verzorgd en allerlei situaties besproken waarbij eerste hulp verleend dient te worden.

Ester: „De derde en laatste dag van de cursus hebben we geoefend met een lotus. Het lotus-slachtoffer had zich nog niet voorgesteld of zij werd getroffen door een epileptische aanval en een hitteberoerte. Ze kreeg een splinter in haar duim, een hartstilstand en een verstuipte enkel. Gelukkig waren we aan het oefenen, want wat komt er veel bij kijken om iemand echt goed te kunnen helpen.”

De EHBO-cursus werd afgerond met een examen. Alles kwam langs: reanimeren, het werken met een AED, een drenkeling uit het water halen en wat doe je als een

kind een bijtende vloeistof heeft gedronken?

Wilma: „Gaandeweg de cursus realiseerde ik me dat het heel belangrijk is om goed op te kunnen treden als er zich een ongeluk voordoet, in welke vorm dan ook. Adequate hulp op maat is heel belangrijk en kan levensreddend zijn, denk aan reanimatie.” Wilma en Ester hopen dat meer vrijwilligers hun EHBO-diploma gaan halen.

„Zeker nu wij een AED krijgen. Je moet er toch niet aan denken dat je daarmee mogelijk iemands leven kunt redden, maar geen idee hebt hoe? Doen hoor, de cursus duurt slechts drie dagen en is voor jou als vrijwilliger van ons Toon Hermans Huis helemaal gratis!”

Vrijwilligers kunnen zich aanmelden door een mail te sturen naar:

cees@toonhermanshuisede.nl

Waarom is ons Toon Hermans Huis nodig?

„Voor de gastvrouwen en -heren op onze afdeling heb ik enorm veel respect”, vertelt Jantine de Smit, zorgmanager Oncologisch Centrum van Ziekenhuis Gelderse Vallei.

„Zij moeten over speciale eigenschappen beschikken om gastvrouw of -gastheer te kunnen zijn. Naast de patiënten en hun naasten van koffie en thee voorzien, hebben zij te allen tijde een luisterend oor. Uit reacties van patiënten blijkt dat dit echt van toegevoegde waarde is. Voor ons als ziekenhuis is dit ook heel prettig. Naast de medische zorg is er in het Oncologisch Centrum aandacht voor psychosociale zorg en

hierin voelen de medewerkers van het ziekenhuis zich erg gesteund door de gastvrouwen- en gastheren. Wij zouden de samenwerking met het Toon Hermans Huis niet graag willen missen.”

In de jaren dat Eijo Balk als internist-oncoloog werkte in Ziekenhuis Gelderse Vallei merkte hij steeds hoe belangrijk het is om een luisterend oor te hebben voor mensen die met kanker geconfronteerd worden, bij zichzelf of bij een van hun geliefden. „Hierdoor kunnen zij ervaren dat zij er niet alleen voor staan, dat anderen met hen meelopen en er

voor hen willen zijn. Daarom is het werk dat door zoveel vrijwilligers van het Toon Hermans Huis Ede wordt verricht heel belangrijk. Als lid van het bestuur mag ik meehelpen dit werk mogelijk te maken. Regelmatig horen we dat onze zorg ervaren wordt als een warme deken.

Voor de vrijwilligers geeft dit werk dan ook veel voldoening, in wat zij kunnen betekenen voor een ander, maar ook in wat het voor henzelf betekent er zo voor een ander te mogen zijn. In samenwerking met het ziekenhuis proberen we op deze manier de zorg voor allen die met kanker te maken krijgen, vorm te geven.”



Toon Hermans Huis Ede
Telefoonweg 124B
6713 AL Ede
0318-619002 of
06-22 161 969

Activiteitenkalender

- Vanaf januari 2017 Expositie Carla van Laar
 - 17 januari 2017 Ontmoetingsgroep 'Verder gaan met je leven na borstkanker'
 - 20 januari 2017 Kleuren voor volwassenen
 - 31 januari 2017 Ontmoetingsgroep 'Verder gaan met je leven na borstkanker'
 - 4 februari 2017 Open Huis
 - 5 februari 2017 Bakkie Troost
 - 14 februari 2017 Ontmoetingsgroep 'Verder gaan met je leven na borstkanker'
 - 14 februari 2017 Creatieve workshop
 - 17 februari 2017 Kleuren voor volwassenen
 - 20 februari 2017 Creatieve workshop sieraden maken
 - 22 februari 2017 Ontmoetingsochtend voor mensen die een behandeling van kanker ondergaan
 - 23 februari 2017 Workshop kracht van autobiografisch schrijven
 - Vanaf 1 maart 2017 Yoga en Tai chi/Qi Gong
 - 5 maart 2017 Bakkie Troost
 - 14 maart 2017 Creatieve workshop
 - 17 maart 2017 Kleuren voor volwassenen
 - 2 april 2016 Bakkie Troost
 - 11 april 2017 Creatieve workshop
 - 21 april 2017 Kleuren voor volwassenen
 - 7 mei 2017 Bakkie Troost
 - 9 mei 2017 Creatieve workshop
- Kijk op onze website www.toonhermanshuisede.nl voor meer informatie!

**Heeft u zaterdag 4 februari 2017 vrijgehouden in uw agenda?
U bent dan van harte welkom bij ons Open Huis.**

Eindredactie: Ester Wormgoor