



# Nieuwsbrief



## Inhoud

1. Herkansing lezing werk en kanker
2. Verwendag
3. Stadswandeling
4. Borstkanker gespreksgroep
5. Gedicht 'In je hoofd' - Toon Hermans





# Zet een komma achter kanker

Lezing in het  
Toon Hermans Huis Roermond

## Werk en kanker

Spreker: Yvonne Aben

Kom ook!

zaterdag  
8 maart  
Roermond



### Herkansing! Lezing Werk en kanker

**Aan het werk gaan na kanker is een uitdaging. Werk brengt je veel: afleiding, financiële zekerheid, sociale contacten én je doet weer mee. Maar het roept ook vragen op: hoe bouw ik op? Kan ik dat nog wel aan?**

**Yvonne Aben van Re-turn legt uit wat er wel en niet mogelijk is en wat jouw rol is, maar ook wie er verder betrokken zijn (bedrijfsarts, leidinggevende etc). Deze lezing is ook interessant voor werkgevers: hoe begeleidt je je werknemers op de juiste manier?**

**Zaterdagochtend 8 maart. Inloop vanaf 10.30 uur, start om 11.00 uur.  
Aanmelding via mail: [info@toonhermanshuisroermond.nl](mailto:info@toonhermanshuisroermond.nl)  
of telefoon: 0475-856801**

# Verwendag Toon Hermans Huis Roermond vrijdag 21 maart



Op **vrijdag 21 maart 2025** organiseert het Toon Hermans Huis Roermond weer een verwendag voor haar gasten. Het programma bestaat uit twee onderdelen:

- 's ochtends een workshop: 'Van Droom naar Stijl' met afsluitende lunch.
- 's middags diverse behandelingen met als afsluiting een high tea.

Dit alles is bedoeld voor gasten die op één of andere manier door kanker zijn getroffen, zodat ze zich beter voelen en lekker kunnen ontspannen. Daarnaast is Sandra Bremmers van Ma-Care de gehele dag aanwezig. Ma-Care biedt op een discrete wijze deskundige voorlichting over borstprotheses, lingerie en badmode voor vrouwen die borstkanker hebben meegemaakt. Sandra laat haar producten zien en je kunt in een hele informele setting vragen aan haar stellen. Het programma is als volgt:

## Ochtend:

9.30-10.00 uur Inloop met koffie en thee

10.00-12.30 uur Workshop 'Van Droom naar Stijl'

12.30-13.30 uur Lunch

## Middag:

13.30-14.00 uur Inloop met koffie en thee

14.00-16.00 uur diverse behandelingen / activiteiten

16.00-17.00 uur High Tea

Deelname bedraagt 10 euro pp, contant te voldoen op de dag zelf.

Tijdens het middagprogramma streven we er naar iedere gast te laten deelnemen aan twee behandelingen/activiteiten. Kies je **drie favoriete behandelingen/activiteiten** zodat wij wat flexibiliteit hebben bij het inplannen mochten er teveel gasten dezelfde keuzes aangeven.

Keuzes:

1. Eenvoudige gezichtsbehandeling
2. Klankschaal ontspanningssessie
3. Stoelmassage (nek, schouder massage)
4. Handmassage met geurbeleving

Geef je op dmv een mail naar [wilma.n@toonhermanshuisroermond.nl](mailto:wilma.n@toonhermanshuisroermond.nl) en geef daarbij aan of je de ochtend of de middag aanwezig wil zijn.

**Let op! De middag is zo goed als vol; in de ochtend zijn nog wel wat plaatsen.**

Heb je allergieën of dieetrestricties, ben je slecht ter been of zijn er andere zaken of medische indicaties die van invloed kunnen zijn, geef die dan svp ook even door. We hopen dat het weer een fantastische dag wordt!

## Ontdek de stad met Toon Hermans Huis Roermond!

Op woensdag 9 april organiseren wij een afwisselende stadswandeling door Roermond. Wandel mee en laat je verrassen door bijzondere plekken en verhalen. We starten om 13:00 uur in het Toon Hermans Huis, waar we je verwelkomen met koffie, thee en een heerlijk stuk Limburgse vlaai.

Vervolgens nemen we je mee op een ontspannen wandeltocht langs mooie en historische plekken. De wandeling zal ongeveer 1,5 tot 2 uur duren. Ter afsluiting komen we weer samen terug in het huis voor een gezellig drankje. Kortom: een fijne middag vol ontspanning en inspiratie!

Zin om mee te gaan? Meld je snel aan:  
[administratie@toonhermanshuisroermond.nl](mailto:administratie@toonhermanshuisroermond.nl)



**Woensdag 9 april 2025**

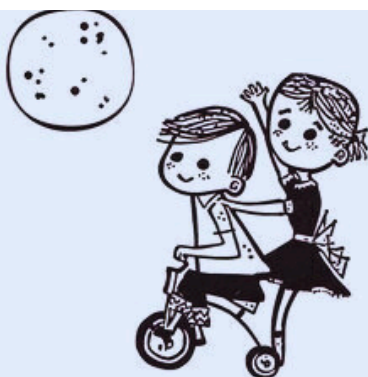
## Borstkanker gespreksgroep

Borstkanker treft veel vrouwen.. Het krijgen van borstkanker heeft een grote impact op je lijf, je leven en je omgeving. Hoe ga je om met de angst en het verdriet, van jezelf en je naasten?

Ben je op zoek naar middelen om zelf de regie te houden? Misschien wil je graag ervaringsverhalen horen of wil je jouw verhaal delen met lotgenoten?

Bij de lotgenoten borstkanker gespreksgroep bieden we een luisterend oor en delen we ervaringen met elkaar. Het kan opluchten als je merkt dat je er niet alleen voor staat en dat je niet de enige bent. Deze groep komt iedere 2e dinsdagmiddag van de maand bij elkaar van 13.30- 15.00 uur.

Wil je meer info bel 0475 -856 801 of mail naar: [info@toonhermanshuisroermond.nl](mailto:info@toonhermanshuisroermond.nl)



In je hoofd  
kun je alles.  
Fietsen naar de maan,  
boven op de wolken staan.  
Strelen met je handen los,  
lopen door een donker bos.

Vechten als een tijger,  
dansen met een elf.  
Afscheid nemen  
zonder tranen,  
alles gaat vanzelf.