

In deze nieuwsbrief: **Jack Vinders wordt ambassadeur**

Terugblik op de afgelopen maand

Activiteitenoverzicht

Tot slot...

**Ik denk me blij
Ik denk me bang
Ik denk m'n dagen
Kort of lang**

**Maar waar ik
Nooit aan heb gedacht
Heeft mij vaak
Geluk gebracht**

-Toon Hermans-

JACK VINDERS WORDT AMBASSADEUR

Met gepaste trots mag ik onze kersverse ambassadeur aankondigen: Jack Vinders. Waarom hij ervoor gekozen heeft om die rol te gaan vervullen, legt hij zelf uit:

"Graag wil ik ambassadeur zijn van het Toon Hermans Huis Parkstad. Een huis waarin mensen centraal staan, maar niet zomaar mensen. Mensen die op welke manier dan ook in aanraking zijn gekomen met de ziekte kanker. Deze ingrijpende ziekte voor de betroffene en diens omgeving vraagt in alle stadia aandacht. In het Toon Hermans Huis Parkstad kan men praten, wil men luisteren, informatie geven, een rustbaken zijn en nog veel meer. Maar vooral: er zijn voor u.

Ik wil meewerken als ambassadeur om o.a. het huis meer bekendheid te geven, zodat u de weg vindt naar ons. Geen drempel, geen kosten voor u.

Deze ziekte ben ik in mijn naaste omgeving vaak tegengekomen, heb ermee moeten dealen. Ik weet dat men door verschrikkelijk diepe dalen moet, weet hoe aangrijpend het is. Het THHP is er voor lotgenoten, voor familie en vrienden, voor iedereen".



TERUGBLIK OP DE AFGELOPEN MAAND

Zo vlak voor de zomervakantie hebben we een drukke maand achter de rug binnen en buiten het Toon Hermans Huis. Even een korte terugblik.

Op de Trappers voor Toon

Na maandenlange voorbereiding was er op zondag 9 juni dan eindelijk het startschot voor de fietstocht van de Passo dello Stelvio naar de Cauberg. Door allerlei omstandigheden, zoals gesloten passen, wegwerkzaamheden en andere obstakels was elke dag anders dan gepland. Dat heeft uiteindelijk geresulteerd in een adembenemende fietstocht van ruim 1258 kilometer en 17.139 hoogtemeters. Adembenemend in alle opzichten: stevige krachtsinspanning, prachtige landschappen, enthousiaste mensen en een schitterend eindresultaat. Omdat zelfs na de finish op de Cauberg de donaties nog doorlopen, staat de teller inmiddels op **€ 4738,-**. Ik wil iedereen die gedoneerd heeft, mede namens bestuur, vrijwilligers en gasten heel hartelijk bedanken voor de bijdrage!



Geluksweekend

Op zaterdag 22 juni waren er in de binnenstad van Heerlen talloze plekken te vinden waar de geluksmomentjes voor het oprapen lagen. Zoals elk jaar was ook het Toon Hermans Huis een van die plekken. Zeg nu zelf:



Wie wordt er niet gelukkig van de geur van verse cake en muffins? Wat geeft meer balans, rust en geluk dan een oefening Tai Chi? Er is toch niemand die niet blij wordt van een lekker stuk chocolade? En als een meisje van 4 met de naam Vlinder naar het Toon Hermans Huis komt om een vlinder te versieren, kunnen wij ons geluk niet op... Overigens: de Chocodootjes zijn nog steeds te koop voor het speciale tarief: 1 doosje voor € 4,50 en 3 doosjes voor € 10,-

Samenloop voor Hoop

Terwijl in Heerlen de mensen slenterend door de stad liepen op zoek naar momentjes van geluk, zetten meerdere teams, waaronder een team van het Toon Hermans Huis met meer dan dertig lopers, stevig de pas erin op sportpark ter Waerden in Landgraaf: om samen stil te staan bij kanker. Het resultaat mag er zijn. Aan het eind van het weekend presenteerde de organisatie van de Samenloop voor Hoop aan het KWF een cheque van maar liefst **80.000 euro!**

ACTIVITEITENOVERZICHT

De zomervakantie staat voor de deur en dat betekent dat in de maand juli een aantal vaste activiteiten komen te vervallen door afwezigheid van de aanbieder. In onderstaand schema vindt u de actuele activiteiten voor de komende maand.

Controleer ook altijd even onze website voor actuele wijzigingen.

MAANDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Groepstherapie beeldend en individuele therapie met Anke Maas	Elke maandag volgens afspraak	10:00 – 12:15 u	Terugbetaling via aanvullende verzekering*
Bakken met Ger Logister	1 juli	09:30 – 12:30 u	€ 7,50
Individuele lichaamsgerichte therapie door Ans Koch	22 en 29 juli	14:00 – 17:00 u	Terugbetaling via aanvullende verzekering*
DINSDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Tai Chi met Silvester Roos	Elke dinsdag	12:30 – 13:30 u	€ 7,-
Yoga met Diana van Dijk	Elke dinsdag	15:00 – 16:00 u	€ 7,-
Schoonheidsspecialiste Renate Gaastra	Elke dinsdag, alleen op afspraak	Vanaf 14:00 u	v.a. € 16,50
WOENSDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Yoga met Sanne Creusen	3 en 10 juli	09:30 – 10:30 u 11:00 – 12:00 u	€ 7,-
Inloopmiddag voor jongeren met Peggy Adriolo	Elke woensdag	13:00 – 17:00 u	Gratis
DONDERDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Troostobjecten maken met Betsy Debie	11 en 25 juli	13:00 – 16:00 u	€ 3,50
Wandelen met Theo, Tini en Gerrie	25 juli	10:00 – 13:00 u	gratis
Workshop vegetarisch koken met biologische producten door Gerry Debetz	Valt uit i.v.m. vakantie	13:30 – 16:30 u	€ 15,-
VRIJDAG	DATUM	TIJD	KOSTEN
Open atelier met begeleiding van Anke Maas	19 en 26 juli	10:30 – 13:30 u	€ 6,-
TOON Koor o.l.v. Maurice Sonnenschein	12 juli	13:30 – 15:30 u	€ 7,-
Workshop bloemschikken: zomer	26 juli	vol	
Gespreksgroepen met Jolanda Jansen/Tini Pluijmen	5 en 19 juli	15:00 – 16:00 u	€ 6,50

* Afhankelijk van de voorwaarden in uw aanvullende verzekering.

Wilt u graag een keer deelnemen aan één van deze activiteiten? Dat kan. Neem voor meer informatie of het afspreken van een proefles contact met ons op via 045-5427788 of stuur een mail naar info@toonhermanshuisparkstad.nl

TOT SLOT...

... ziet u hiernaast een beeld van onze nieuwe website. Sinds begin juni staat de website online. Daarop vindt u in een nieuw en overzichtelijk jasje alles wat u wilt weten over ons huis, zowel inhoudelijke als praktische informatie.

Vanzelfsprekend vindt u onze site op de vertrouwde plek:

www.toonhermanshuisparkstad.nl

Laat ons gerust weten wat u van de nieuwe site vindt.



Toon Hermans Huis Parkstad

Aandacht voor mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden



Ik hoop u snel weer te ontmoeten in het Toon Hermans Huis Parkstad.

Hartelijke groet,

Armand Winthagen
Directeur



**TOON HERMANS HUIS
PARKSTAD**