



Inloophuis Helmond | de Peel

Voor mensen met kanker en hun naasten



Ons nieuwe pand  
Evertsenstraat



Ontmoetingsruimte



Activiteitenruimte



Doorkijk naar documentatiehoek

**Activiteitenoverzicht mei –juni 2017**

**Evertsenstraat 19 5703 AM Helmond**

telefoon: 0492-347 904

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

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

**D**ankzij de enthousiaste medewerking van velen hebben we weer een gevarieerd programma voor de maanden mei en juni kunnen samenstellen. Vindt u iets van uw gading meldt u dan aan via de website of bij een van onze gastheren / gastvrouwen.

De attente lezer zal opmerken dat we 'Inloop' hebben veranderd in 'Inloop en ontmoeten'. De ervaring leert ons dat de ontmoeting tijdens een kop koffie of thee ook zeer gewaardeerd wordt. U bent dus van harte welkom!

### Gesloten



25 mei is De Cirkel gesloten i.v.m. Hemelvaartsdag En voor het eerst in de historie van ons inloophuis sluiten we ook op 26 mei.

Ook 5 juni zijn we dicht i.v.m. Pinksteren.

### De Kookclub

Voorafgaand aan onze eerste Kookclub-bijeenkomst hebben drie kookfanaten in ons team van vrijwilligers proefgedraaid. Toen bleek dat de beschikbare ruimte niet echt geschikt was om te koken met gasten dus is besloten te koken voor gasten. De eerste bijeenkomsten zijn geweest en gasten zijn erg enthousiast over de driegangenmaaltijd die zij voorgeschoteld kregen. Dus gaan we door In De Cirkel kunt u zien wat het eerstvolgende menu is.



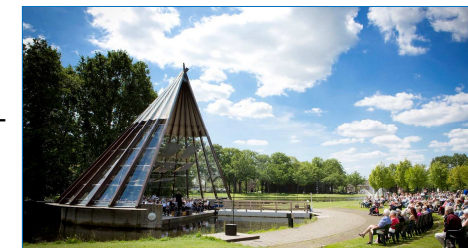
### Spreekuur Kanker en Werk



Iedere eerste dinsdagavond van de maand vindt voortaan een spreekuur Kanker en Werk plaats. Hier kunt u terecht voor allerlei vragen m.b.t. uw werk zoals: Re-integratie: hoe doe ik dat? Wat zijn mijn rechten en plichten? Wat zeg ik wel en wat zeg ik niet? Meldt u aan bij Mariëtte van Hooff per telefoon 0492-574830 of per mail: [mariette@informa.coach.nl](mailto:mariette@informa.coach.nl). Het spreekuur is kosteloos.

### Opening Carat-seizoen De Warande

Zondag 27 mei opent Carat het concertseizoen met een korenfestival. Er staan dan ook meerder commerciële en Goede Doelen-kramen op het terrein. Ook De Cirkel is een kraam aangeboden en we zullen er staan met zelfgemaakte producten die we te koop aanbieden en waarvan de opbrengst natuurlijk naar De Cirkel gaat. U komt toch ook?



### Bella Donna Dag

Een verwendag voor vrouwen die nog in het behandeltraject zitten. De Cirkel is die dag voor de andere gasten gesloten.

### Een middagje Zuid-Amerikaanse muziek en meer...

Jan van Geffen uit Deurne is een hartstochtelijk mondharmonicaspeler en met name gek op

ma	1-mei	10.00-12.00	Cirkel Cinema Natuurfilm Cor Speek	
ma	1-mei	13.00-15.30	Inloop en Ontmoeten	
di	2-mei	9.30-12.00	Quilten	
di	2-mei	14.00-16.00	Lotgenotenbijeenkomst Stomavereniging	
di	2-mei	19.00-20.00	Yoga	€ 2,00
di	2-mei	19.30-21.00	Spreekuur Kanker en Werk	
wo	3-mei	9.30-10.30	10.45-11.45   Yoga	€ 2,00
do	4-mei	9.30-12.00	Mozaïeken	afh
do	4-mei	13.30-16.00	Voetmassage	
vr	5-mei	11.00-12.00	Fitness bij de Buren	€ 2,-

ma	8-mei	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
ma	8-mei	13.30-16.00	Rug, nek- en schoudermassage	€ 3,-
ma	8-mei	19.30-21.00	Rouw- en Verliesbegeleiding	
di	9-mei	9.15-15.00	Bella Donna dag	
di	9-mei	19.00-20.00	Yoga	€ 2,-
wo	10-mei	9.30-10.30	10.45-11.45   Yoga	€ 2,-
do	11-mei	9.30-12.00	Mozaïeken	afh
do	11-mei	14.00-16.00	middag Zuid Amerikaanse muziek	
vr	12-mei	11.00-12.00	Fitness bij de Buren	€ 2,-

Zuid-Amerikaanse muziek. Hij verzorgt een middag vol passie voor ons.

En omdat we weten dat muziek 'helend' kan werken zal troubadour Tony Wijnands 30 juni een middag voor ons verzorgen Zorg dat u erbij bent want er zal nog lang over gesproken worden.

#### **Moonwalk en Nightrun Croy georganiseerd door EyeOn.**

EyeOn Croy verzorgt een jaarlijks terugkerende Moonwalk (5 kilometer wandelen) en Nightrun (hardlopen) rondom kasteel Croy. Dit jaar vindt het evenement plaats op vrijdag 12 mei vanaf 21.30 uur. Iedereen kan zich rechtstreeks op de website van EyeOn voor € 10,- inschrijven. Is dat een probleem voor u dan kunnen we u binnen De Cirkel helpen met inschrijven. Vorig jaar ging de opbrengst naar Artsen zonder grenzen. Dit jaar is De Cirkel het goede doel. We willen graag dat zoveel mogelijk mensen inschrijven en geven als team van vrijwilligers het voorbeeld door in te schrijven op de Moonwalk. Doet u ook mee???



ma	15-mei	13.30-16.00	RepairCafé	
ma	15-mei	9.30-12.00	Creatieve workshop	Afh. m
ma	15-mei	14.00-16.00	Lotgenotenbijeenkomst Prostaatanker	
di	16-mei	9.30-12.00	Breiboezem borstprotheses breien	
di	16-mei	19.00-20.00	Yoga	
wo	17-mei	9.30-12.00	Fotografieworkshop	
wo	17-mei	10.00-12.00	Lotgenotenbijeenkomst Borstkankervereniging	
wo	17-mei	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
wo	17-mei	19.30-20.30	Lezing door Drs. F. Raat Nauwkeurige en betrouwbare diagnose prostaatanker'	
do	18-mei	9.30-12.00	Bloemschikken	€ 7,50
do	18-mei	13.00-16.00	Manicure	€ 4,-
do	18-mei	13.30-16.00	Voetmassage	€ 3,-
vr	19-mei	11.00-12.00	Fitnes bij de Buren	€ 2,-
ma	22-mei	9.30-12.00	Sieraden maken met Sonja	Afh mat.
ma	22-mei	13.30-16.00	Rug, nek- en schoudermassage	€ 3,-
di	23-mei	9.30-12.00	Quilten	
di	23-mei	19.00-20.00	Yoga	€ 2,-
wo	24-mei	9.30-10.30	10.45-11.45   Yoga	€ 2,-
do	25-mei		<b>Hemelvaartsdag Cirkel Gesloten</b>	
vr	26-mei		<b>Cirkel Gesloten</b>	
ma	29-mei	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
ma	29-mei	14.00-16.00	Menukaart Cirkel ontwerpen	
ma	29-mei	19.30-21.00	Rouw en Verliesbegeleiding	
di	30-mei	9.30-12.00	Zwemmen in de Brug Mierlo	
di	30-mei	19.00-20.00	Yoga	€ 2,-
wo	31-mei	9.30-10.30	10.45-11.45   Yoga	€ 2,-
do	1-jun	9.30-10.30	Mozaïeken	afh
do	1-jun	13.30-16.00	Voetmassage	€ 3,-
vr	1-jun	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
vr	2-jun	9.30-12.00	Mozaïeken Social bank	
vr	2-jun	11.00-12.00	Fitness bij de Buren	€ 2,00

ma	5-jun			2e Pinksterdag Cirkel Gesloten	
di	6-jun	9.30-12.00		IVN-wandeling Ommetje Aarle-Rixtelse Beemden	
di	6-jun	14.00-16.00		Lotgenotenbijeenkomst Stomavereniging	
di	6-jun	19.00-20.00		Yoga	€ 2,-
di	6-jun	19.30-21.00		Spreekuur Kanker en Werk	
wo	7-jun	9.30-10.30	10.45-11.45	Yoga	€ 2,-
do	8-jun	10.00-12.00		Inloop en Ontmoeten	
do	8-jun	10.00-16.00		Inloop en Ontmoeten	
do	8-jun	16.30-18.00		Kookclub	€ 10,-
vr	9-jun	11.00-12.00		Fitness bij de Buren	€ 2,-
za	10-jun	12.00-16.00		Verwendag voor jongeren met kanker en familie/vrienden	

ma	12-jun	10.00-12.00		Feel Good Look Better	
ma	12-jun	13.30-16.00		Rug, nek- en schoudermassage	€ 3,-
ma	12-jun	19.30-21.00		Rouw- en Verliesbegeleiding	
di	13-jun	9.30-12.00		Quilten	afh
di	13-jun	19.00-20.00		Yoga	€ 2,-
wo	14-jun	9.30-10.30	10.45-11.45	Yoga	€ 2,-
do	15-jun	9.30-12.00		Mozaïeken	afh
do	15-jun	13.30-16,00		Voetmassage	€ 3,-
vr	16-jun	11.00-12.00		Fitness bij de Buren	€ 2,-

#### **Creatieve workshop**

Yolanda Duin, de ontwerpster van de Paaskip van stro, wil op 15 mei weer een creatieve workshop voor ons organiseren. Het object is nog geheim dus volg goed de website en informatie in De Cirkel. Het wordt gegarandeerd weer erg leuk!

#### **Lezing door drs. Frank Raat**

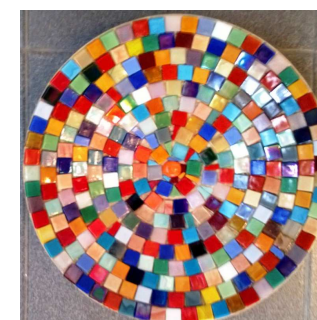
Thema van deze lezing op 17 mei is: 'Nauwkeurige en betrouwbare diagnose prostaatkanker'.

#### **Menukaart voor De Cirkel ontwerpen**

Het zou leuk zijn als de Kookclub over een 'wisselbare' menukaart zou kunnen beschikken. Onder de bezielende leiding van Gerda Verduin kunt u zo'n menukaart maken. En omdat het voor de Kookclub is kost deze workshop u niets maar doet u wel weer leuke ideeën op voor thuis!

ma	19-jun	9.30-12.00	Cinema Cirkel	
ma	19-jun	13.30-16.00	Fietsen	
ma	19-jun	14.00-16.00	Lotgenotenbijeenkomst Prostaatanker	
di	20-jun	9.30-12.00	Zwemmen in de Brug Mierlo	
di	20-jun	9.30-12.00	Breiboezem borstprotheses breien	
di	20-jun	19.00-20.00	Yoga	€ 2,-
wo	21-jun	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
wo	21-jun	9.30-12.00	Fotografieworkshop	€ 2,-
wo	21-jun	10.00-12.00	Lotgenotenbijeenkomst Borstkankervereniging	
do	22-jun	9.30-12.00	Bloemschikken	
do	22-jun	13.00-16.00	Manicure	€ 4,-
Vr	23-jun	11.00-12.00	Fitness bij de Buren	€ 2,-

ma	26-jun	9.30-12.00	Excursie Pluktuin Handel	
ma	26-jun	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
ma	26-jun	13.30-16.00	Rug, nek- en schoudermassage	€ 3,-
di	27-jun	9.30-12.00	Quilten	afh
di	27-jun	19.00-20.00	Yoga	€ 2,-
wo	28-jun	9.30-10.30	10.45-11.45   Yoga	€ 2,-
do	29-jun	9.30-12.00	Inloop en Ontmoeten	
do	30-jun	13.30-16.00	Troubadour Tony Wijnands	
do	30-jun	11.00-12.00	Smoothie Bar open	
vr	31-jun	11.00-12.00	Fitness bij de Buren	€ 2,-



### Zwemmen in De Brug

Bewegen is goed voor ons en zwemmen in De Brug is geweldig. U kunt er niet alleen zwemmen maar ook (aangekleed) gebruik maken van de sauna en ontspannen onder het genot van een kop koffie. De mensen van De Brug zijn aan het bekijken of ze het aanbod voor ons nog verder uit kunnen breiden met aqua-joggen. Er zijn nog plaatsen maar geef u wel tijdig op om 'niet achter het net te vissen'.



### Cirkel Cinema

Onder de verzamelnaam 'Cirkel Cinema' willen we films gaan vertonen over diverse onderwerpen zoals natuur, cultuur, regio, reizen en medische onderwerpen.



De films zijn bedoeld ter ontspanning en vermaak, ter lering en soms om een discussie op gang te brengen. Thom de Vos en Lisette van Bommel zijn de initiatiefnemers en als u een vraag hebt of een idee m.b.t. een film neem dan contact met hen op.

### Jongeren Verwendag

Voor de eerste keer in de nog jonge geschiedenis van ons inloophuis organiseren we 10 juni een verwendag speciaal voor jongeren met kanker en hun familie of vrienden. De dag wordt georganiseerd door Lisette van Bommel, Karen van Hooff, Super Youth en Helga van Hengst. Zij zijn druk met het programma en binnenkort is de flyer over deze dag beschikbaar. Volg de website voor meer informatie.



### Fietsen



In juni organiseren we weer een fietstocht. Bij voldoende belangstelling zullen we in de zomermaanden maandelijks een tocht uitzetten.

Ans Manders en Emmy Zijm zullen uw TomTom zijn op het stalen ros!



# Unity

eight



Opgave van een activiteit kan per mail;

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

Of bij de Gastvrouw/Gastheer die in de Cirkel aanwezig is.

Geef duidelijk aan, aan welke activiteit en op welk moment je mee wilt doen

Telefoon: 0492-347 904



*De documentatie hoek*

U kunt hier boeken en folders inkijken en op leenbasis mee naar huis nemen.

Daarnaast is er ook een PC of Tablet beschikbaar, zodat u op internet kunt surfen naar nog meer informatie.

Kom gerust eens even kijken er is altijd wel een gastvrouw of gastheer die u verder kan helpen.

**Bijeenkomsten van patiëntenverenigingen:**

3 <sup>de</sup> woensdag van de maand Borstkankervereniging	10.00-12.00 uur
1 <sup>ste</sup> dinsdag van de maand Nederlandse Stomavereniging	14.00-16.00 uur
3 <sup>de</sup> maandag van de maand Lotgenotencontact Prostaatanker	14.00-16.00 uur

U kunt ook alleen binnenlopen voor een kopje koffie of thee en een luisterend oor. Niets moet, het draait om u!

Wij zijn iedere werkdag open van 9.30 tot 12.00 uur.

Op maandag en donderdag ook van 13.00 tot 16.00 uur en

**U bent van harte welkom!**

Kijk voor meer informatie op onze website: [www.inloophuisdecirkel.nl](http://www.inloophuisdecirkel.nl)

Ook kunt u tijdens openingsuren bellen, telefoon: 0492-347 904