



Nieuwsbrief juli 2026



Gesprek over Kanker en Werk

Donderdag 9 juli, 9.30 - 11.45

Heb jij kanker (gehad) en wil je graag terug naar je werk of lijkt het erop dat dit lastig gaat worden? Dan is een afspraak met Stap Nu wellicht nuttig voor jou. Wet Poortwachter, UWV, Spoor 1 en 2, re-integratie, belastbaarheid, arbeidsdeskundig onderzoek. Hoe gaat dat dan? Wat zijn je rechten en je plichten? Voel je welkom tijdens dit adviesgesprek!



Tapasavond voor Jong en Kanker

Donderdag 16 juli, 18.00 - 20.30

Speciaal voor jongvolwassenen (18 tot 40 jaar) organiseren wij een tapasavond. Samen gaan wij tapas voorbereiden en er daarna met elkaar van te genieten. Niks moet, alles mag. Of je nu vooral wilt kletsen, even bezig wil zijn of gewoon aanschuiven. Je bent bij ons van harte welkom! *Heb je speciale dieetwensen? Geef deze dan gerust aan ons door.*



Workshop "Wat is jouw beste medicijn?"

Woensdag 8 juli, 10.00 - 12.00

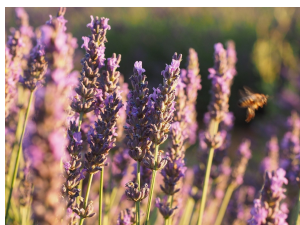
Een strandwandeling, een goed gesprek of iets heel anders? Samen met kunstenaar Marjo Dirks maken we potjes met etiketten waarop iedereen een persoonlijk *beste medicijn* verbeeldt. Tijdens Open Monumentendag (13 september) zijn de potjes te zien in een raampresentatie bij ons centrum, als onderdeel van de etalageroute door het Museumkwartier.



Lotgenotenochtend voor borstkanker

Woensdag 15 juli, 10.00 - 11.30

Het IPSO Centrum Midden-Brabant organiseert i.s.m. de Borstkankervereniging lotgenotencontact voor vrouwen met of na borstkanker. Even koffie drinken, verhalen delen of samen stil zijn... Het uitwisselen van ervaringen en gevoelens met iemand in een vergelijkbare situatie kan erg helpend en tot steun zijn.



EEN TWEEDE EDITIE! Workshop essentiële oliën

Donderdag 3 september, 11.00 - 13.00

Ontdek wat essentiële oliën kunnen betekenen tijdens jouw proces. In deze workshop nemen we je mee in hoe je essentiële oliën veilig kunt inzetten voor meer rust, ontspanning, betere slaap en emotionele balans, maar ook als natuurlijke fysieke ondersteuning tijdens jouw behandeling en herstel. *Beperkt aantal plaatsen beschikbaar!*

[Klik hier voor het hele programma](#)

Een waardevol bezoek van de burgemeester!

Laatst mochten wij de burgemeester van *Gemeente Tilburg, Fleur Gräper*, verwelkomen in ons *Centrum voor leven met en na kanker*.

Tijdens haar bezoek hebben wij laten zien wat ons Centrum betekent voor mensen die geraakt zijn door kanker. We vertelden over de psychosociale ondersteuning die wij bieden aan mensen met kanker en hun naasten, en hoe belangrijk een plek van ontmoeting, begrip en steun kan zijn in deze ingrijpende periode.

Wij kijken terug op een waardevol bezoek en vonden het fijn om burgemeester Fleur Gräper te mogen ontvangen in ons Centrum aan het Wilhelminapark!



Doe jij mee als wandelaar tijdens de Tilburg Ten Miles?

Kom dan in actie voor ons Centrum voor leven met en na kanker! De eerste wandelaars hebben zich al gemeld, fantastisch!

Wil jij ook in actie komen, bijvoorbeeld samen met je vriend, vriendin of iemand die je kent? Doe gerust mee! Samen kleuren we de Tilburg Ten Miles in voor het goede doel.

IPSO Centrum Midden-Brabant biedt een warme en veilige plek voor iedereen die met kanker te maken heeft, met aandacht, lotgenotencontact en diverse activiteiten voor jong en oud.

Ook dit jaar doen wij mee aan de **Tilburg Ten Miles (26 september)** om geld op te halen voor ons Centrum. We komen samen in beweging: je kunt zelf een wandelafstand kiezen, individueel of in ons gezellige wandelteam meedoen en ontvangt een eigen teamshirt. Voorafgaand aan het evenement organiseren we een ontmoetingsmoment met alle deelnemers.

Meedoen of ons steunen? Meld je aan via [deze pagina](#) of mail naar events@ipsocentrummb.nl voor vragen.



Belangrijk bericht over bijdrage

lotgenotengroepen...

Tot op heden hebben wij binnen IPSO Centrum Midden Brabant geen eigen bijdrage gevraagd voor deelname aan onze lotgenotengroepen.

Door de stijgende kosten, met name voor koffie en thee die in ons Centrum worden gebruikt, zien wij ons echter genoodzaakt om een kleine bijdrage te vragen.

Om ook in de toekomst onze deuren voor jullie open te kunnen houden en toegankelijk te blijven voor iedereen, vragen wij vanaf **1 september 2026** een bijdrage van **€2,50 per bijeenkomst** voor koffie/thee bij deelname aan een lotgenotengroep.

Wij hopen op jullie begrip voor deze aanpassing en blijven ons inzetten voor een warme, toegankelijke plek voor iedereen die met kanker te maken heeft.

Alvast hartelijk dank voor jullie begrip en steun!



Ik kom in actie voor Fight cancer

Na deelname aan Alp D' Huzes vorig jaar ben ik actief geworden als vrijwilliger van Het IPSO kanker inloophuis in Tilburg. Zij zijn een van de goede doelen dit jaar. Het huis is een plek voor velen en daarom zwem ik mee.

Onze vrijwilliger Arno duikt dit weekend de Piushaven in!

Namens IPSO Centrum Midden Brabant willen we graag onze **vrijwilliger Arno** in het zonnetje zetten. Als trouwe klusjesman van ons Centrum staat hij altijd voor ons klaar wanneer er iets kapot is en gerepareerd moet worden. En dan komt hij ook nog eens in actie dit weekend voor ons Centrum tijdens **Swim To Fight Cancer!**

Arno duikt de Piushaven in om geld op te halen voor baanbrekend wetenschappelijk onderzoek naar kanker en voor ons Centrum voor leven met en na kanker. *"Hoe meer geld Stichting Fight Cancer inzamelt, hoe dichterbij we bij de dag komen dat niemand meer hoeft te sterven aan kanker... Ik hoop dat je me wilt helpen en een mooi bedrag doneert, want elke euro telt. Klik hieronder om te doneren via mijn pagina. Je kunt ook de onderstaande link kopiëren en in je webbrowser plakken."*

Wil je Arno steunen? Elke bijdrage, groot of klein, helpt mee. Doneer [hier](#).

Namens Arno en IPSO Centrum Midden Brabant: ontzettend bedankt voor jullie steun!

Onze aangepaste openingstijden deze zomer, voel je welkom tijdens de Zomerinloop...

Zomertijd



IPSO CENTRUM
MIDDEN-BRABANT
Centrum voor leven
met en na kanker

20 - 31 juli gesloten
daarna aangepaste openingstijden
tot 21 augustus

DINSDAG 4 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

DONDERDAG 6 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

DINSDAG 11 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

DONDERDAG 13 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

MAANDAG 17 AUGUSTUS

Yoga in het Wilhelminapark, pilates, stippen, Qi Gong, partneravond

DINSDAG 18 AUGUSTUS

Schilderen in het park en zomerinloop tot 12.00

WOENSDAG 19 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

DONDERDAG 20 AUGUSTUS

9.30 - 12.00 zomerinloop

VRIJDAG 21 AUGUSTUS

Qi Gong in het Wilhelminapark

LOOP GERUST
BINNEN VOOR EEN
LUISTEREND OOR

DIVERSE ACTIVITEITEN
BEKIJK ONZE WEBSITE
VOOR DE TIJDEN

ipsocentrummb.nl

Aandacht ALS JE KANKER HEBT

Voor jou in juli

- 2 juli Pedicure
- 2 juli Mannenmiddag
- 2, 16 juli Art Journaling
- 7 juli Lotgenotengroep uitgezaaide vrouwelijke kanker
- 8 juli Workshop "Wat is jouw beste medicijn?"
- 9 juli Kanker en Werk
- 13 juli Tussenlanders "Wat als je niet meer beter wordt?"
- 13 juli Pilates
- 15 juli Lotgenotengroep voor borstkanker
- 16 juli Nabestaandenochtend
- 16 juli Tapasavond voor Jong en Kanker (18 - 40 jaar)

Op 20 juli t/m 3 augustus zijn wij gesloten.

**Je bent vanaf 4 augustus weer van harte welkom
iedere dinsdag- en donderdagochtend voor de zomerinloop.**

In de week van 17 augustus hanteren wij een flexweek,
bekijk onze website voor het programma voor die week.

Vanaf 24 augustus hanteren wij onze reguliere openingstijden!

Voel je
welkom!



Scan voor het
gehele programma



IPSO CENTRUM
MIDDEN-BRABANT
Centrum voor leven
met en na kanker

Wilhelminapark 29, 5041 EC Tilburg

Aanmelden voor activiteiten gaat via onze website:
www.ipsocentrummb.nl of per mail: info@ipsocentrummb.nl

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen e-mails meer wilt ontvangen, kunt u zich hier [afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@ipsocentrummb.nl toe aan uw adresboek.

