



Bijpraten is de nieuwsbrief van de Stichting Vicki Brown. Een inloophuis voor 's-Hertogenbosch en omgeving waar volwassenen en kinderen met kanker en hun naasten van harte welkom zijn.

*Speelt kanker een rol in uw leven?
Dan is het Vicki Brownhuis er, ook voor ú!*

Woordje vooraf



Het voorjaar doet zijn best door te zetten ondanks pogingen van heer Vorst ons nog een paar koude rillingen te bezorgen.

April doet wat hij wil. Zo ook het Vicki Brownhuis, maar dan heel anders. Want de medewerkers van het Vicki Brownhuis weten heel goed wat ze willen: een gezellig inloophuis waar de drempel laag is om binnen te stappen en waar je je altijd welkom voelt.

Nieuwtjes

- **Vrijdag 11 april** start de cursus **Mindfulness**. Voor deze training, die 8 bijeenkomsten beslaat, zijn nog drie plaatsen vrij. Meld je aan [via de website...](#)
- Voor de **Vrouwenverwendag** is er altijd heel veel belangstelling. **Woensdag 23 april** is dan ook volgeboekt. **LET OP:** Via [de inschrijflink op de activiteitenpagina](#) kun je je wel inschrijven. Je wordt dan op de wachtlijst geplaatst voor een volgende verwendag. De verwendagcommissie neemt altijd persoonlijk contact met je op om te laten weten of je kunt deelnemen. Inschrijven is dus mogelijk, maar is pas definitief als de verwendagcommissie dit aan je heeft laten weten.
- Voor onze gasten opent **Float-u-fit** in de Orthenstraat 346 in 's-Hertogenbosch een keer per maand de deuren om gratis kennis te maken met de drijfbaden of de aerosol. Deze maand is dat op **woensdag 23 april 2014**. Wil je hier aan deelnemen. Meld je aan [via de website...](#)
- Tijdens de zomermaanden organiseren we op donderdagochtenden in juli en augustus onze jaarlijkse **Zomeractiviteiten**. We zijn al volop bezig met samenstellen van een gevarieerd programma voor het hele gezin. Activiteiten die je kunt verwachten zijn: een Boottocht op de Dieze, Sieraden maken, Speksteen bewerken, ook Fotografie komt weer aan bod en natuurlijk gaan we weer overheerlijke Tapas maken. Zodra de juiste data en activiteiten bekend zijn, laten we je dat weten via onze nieuwsbrief en website. Houd de agenda dus in de gaten!



In en rond ons huis

- Het Vicki Brownhuis is op **maandag 21 april (2e paasdag) gesloten**.

- Naast de vrouwenverwendag hebben we ook een **Mannenverwendag**. Reserveer voor donderdag 22 mei 2014 alvast een plaats [via de link op de activiteitenpagina](#) en neem gerust een goede vriend mee waarmee je deze bijzondere dag wilt delen. Op het (voorlopige) programma staat: Rond 10.30 uur ontvangst met koffie op de boot (opstapplaats in Den Bosch), vaartocht met uitleg over wat we allemaal tegenkomen, picknick en om ca. 16.00 uur een afsluitend drankje.
- Stance Schepman en Wilma van Kasteren, vrijwilligers van Borstkankervereniging Nederland, geven **voorlichting over borstprotheses**. Je kunt een afspraak maken door te bellen met Stance op nummer 06-20173066. Samen wordt er dan een passend tijdstip gezocht. Eventueel is bezoek aan huis ook mogelijk.
- **Exposeren in onze vitrine?** In het Vicki Brownhuis staat een mooie vitrine waarin regelmatig voorwerpen op tijdelijke basis tentoont gesteld worden. Op dit moment is er een bijzondere verzameling **Brabantse poffers** te zien. Heb je zelf een verzameling die je graag zou willen laten zien, aarzel dan niet en neem contact op via info@vbrownhuis.nl. Wij maken graag een afspraak met je.
- Op de locatie van de oude Bartenbrug is een **tijdelijke brug** gelegd. Het verkeer kan voorlopig weer gebruik maken van de brug voor eenrichtingsverkeer van de Graafseweg-Hinthamereinde richting de binnenstad.
- LET OP: er is een nieuwe datum voor de **Bossche Bollen Fietstocht**: zondag 31 augustus 2014. De fietstocht is geschikt voor het hele gezin met keuze uit afstanden van 14, 37 en 50 km. Inschrijven is al mogelijk [via de website...](#)



Samenloop voor hoop



Loop je met ons mee bij de **SamenLoop voor Hoop, op 21 & 22 juni 2014** rond De Ruwenberg in Sint Michielsgestel. Of laat je je als survivor eens heerlijk in de watten leggen?

Eigen team

Het Vicki Brownhuis gaat een eigen team vormen uit gasten en vrijwilligers om zo de survivors en het KWF te steunen en samen met hen het leven te vieren. Met ongeveer 15 tot 20 mensen zorgen we dat gedurende de 24 uur steeds minimaal een teamlid op het parcours loopt (wandelt tempo – 1 rondje is ca 400 tot 500 meter). Het parcours wordt geschikt gemaakt voor minder validen. Elk teamlid betaalt € 10,- om deel te nemen. Als teamlid help je ook mee in het team-kraampje waar we extra geld proberen op te halen voor het KWF. Ook kunnen er voorafgaand aan het evenement kaarsenzakken (á € 5,-) worden verkocht. Deze kaarsenzakken worden met kaars langs het parcours gezet als steun voor de lopers.

Aanmelden is mogelijk door een formulier aan te vragen via info@vbrownhuis.nl of 073-6148550.

De opbrengst wordt door het KWF voornamelijk ingezet voor onderzoek op gebied van kanker. Het KWF geeft tegenwoordig ook aandacht aan de psychosociale nazorg. Een deel van de opbrengst gaat naar het Vicki Brownhuis in Den Bosch.

Dank je wel... kanjers van NL Doet



Op vrijdag 21 maart, de nationale klusdag NL Doet, komt de regen 's ochtends met bakken uit de hemel vallen. De buitenklussen kunnen hierdoor niet uitgevoerd worden. Gelukkig staat er niet zoveel op de planning voor buiten, maar met een zonnetje zou het allemaal weer wat vrolijker worden. Het aantal vrijwilligers is niet zo groot dit jaar, maar wij, vier gastvrouwen ontvangen om half tien drie bereidwillige dames, die er deze dag hun schouders mee onder zullen zetten.....en hoe! Wat hebben we gewerkt! Drie etages geruimd, overtollige rommel afgevoerd naar de container, alle ramen gezeemd....en overall gepoetst!

Met een onderbreking voor een heerlijke lunch, hebben we het hele Huis onder handen gehad. Spic & Span het voorjaar in...dat geeft een goed gevoel. Wat een kanjers onze klusdames, ze hebben gewerkt alsof het hun eigen huis was. Er heerste een gezellige sfeer en een goede saamhorigheid. Om 15.30 u hebben we afgesloten. Een lieve collega heeft de volgende dag nog een muur voor de tweede keer geverfd.

Dames jullie zijn allemaal toppers om je belangeloos voor ons Huis in te zetten!!! Nogmaals veel dank en hopelijk tot volgend jaar....

Boekbespreking: Crazy sexy, passievol (over)leven met kanker



In de bibliotheek van het Vicki Brownhuis staat een uitgebreide collectie aan boeken en DVD's voor en door mensen met kanker. Tegen betaling van twee euro borg worden de materialen uitgeleend aan onze gasten.

Dit keer extra aandacht voor het inspirerende **Crazy, sexy, passievol (over)leven met kanker** van **Kris Carr**. Wanneer Kris Carr op haar 31ste te horen krijgt dat ze een zeldzame vorm van kanker heeft, waar geen behandelwijze voor bekend is, besluit ze niet bij de pakken neer te gaan zitten, maar de ziekte een 'make-over' te geven: ze maakt een film over haar leven met kanker en schrijft een boek met tips hoe om te gaan met deze ziekte.

In haar boek, Crazy Sexy, herdefinieert Kris wat het is om een overlever te zijn. Doordat ze haar leven weer in eigen hand heeft genomen, merkt ze dat haar ziekte nu gestabiliseerd is – tegen alle medische verwachtingen in. Ze beschrijft met typische humor en wijsheid haar spirituele overlevingstocht, geeft advies en oefeningen en biedt ruimte om zelf te schrijven en te reflecteren. Het boek toont aan dat het mogelijk is een gek, sexy en waarachtig leven te leiden met kanker.

Goed om te weten

- Het VOKK organiseert een aantal Dreamnights voor kinderen en hun familie. Op 5 april is er een Dreamnight at the Maritiem Museum – Rotterdam. Er worden ook dreamnights at the Zoo georganiseerd. Meer informatie [lees je op...](#)
- Het project "Fitter na kanker" heeft tot doel om twee e-therapieën (behandelingen via internet) die de vermoeidheid verminderen, te onderzoeken. Voor dit onderzoek worden personen gezocht die kanker hebben gehad en momenteel last hebben van aanhoudende vermoeidheid. Meedoen? [Kijk dan op de website.](#)
- Zin in zingen? Op zondag 13 april is er een meezing-Mattheus voor amateurs in Kloosterhotel ZIN in Vught. [Lees meer op...](#)
- Wil jij heel graag naar Santiago lopen en wil je niet alleen? Of denk je hoe moet dat allemaal? Mieke Schrieks organiseert reizen naar de 'camino smile'. Op [haar website](#) vind je alle informatie.
- Mannen met prostaatkanker - ga sporten! Onderzoek laat zien dat mannen met een betere fysieke conditie beter gevormde bloedvaten hebben in hun tumoren dan mannen met een minder goede conditie. [Lees verder...](#)

Gedachte van de maand

**Denk in
mogelijkheden
Niet in
Beperkingen**



Vicki Brownhuis 's-Hertogenbosch, Hinthamereinde 72-74, 5211 PP 's-Hertogenbosch
Tel. 073-6148550, Fax 073-6144460, Open op werkdagen van 9:30 tot 16:30 uur

Steun ons met uw donatie op Rabo 1445.56.898 t.n.v. Stichting Vicki Brown

[Uitschrijven](#) | [Wijzigen](#) | [Doorsturen](#)