



Omgaan
met kanker.
Je hoeft het
niet alleen
te doen.

viore

Centrum voor
iedereen die
leeft met kanker

**‘Een hele
fijne plek
om te zijn’**



Voor iedereen die leeft met kanker

Viore is een gastvrij centrum voor iedereen die leeft met kanker. Je bent bij ons iedere werkdag zonder afspraak en zonder verwijzing van harte welkom voor psychosociale ondersteuning om te leren omgaan met kanker en de gevolgen daarvan. Bij Viore gaan we uit van Positieve Gezondheid en leggen we de focus op wat er wél is of kan.

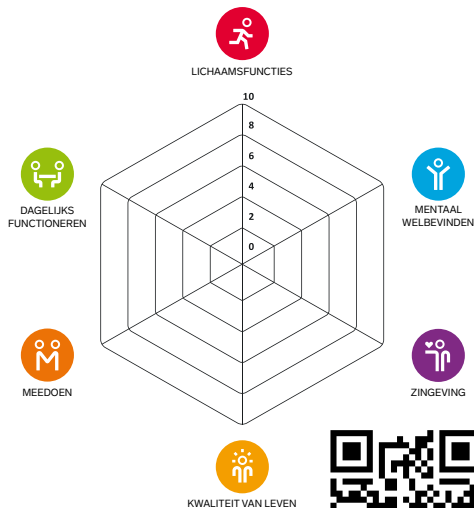
Of je nu zelf kanker hebt (gehad), naaste bent of nabestaande, bij Viore kun je altijd binnenlopen voor informatie, lotgenotencontact, een luisterend oor en overige activiteiten. Wij bieden een veilige en warme plek waar mensen die leven met en na kanker elkaar kunnen ontmoeten, ondersteunen en verhalen en ervaringen kunnen delen. En activiteiten kunnen ontplooiën die energie en kracht geven.

Viore is gevestigd in Hilversum en ontvangt bezoekers uit de regio Gooi en Vechtstreek.



Positieve gezondheid

Bij Viore ondersteunen en begeleiden we je bij de impact van kanker. Positieve Gezondheid is daarbij ons uitgangspunt. Bij Positieve Gezondheid ligt de focus niet zo zeer op de ziekte en/of belemmeringen, maar op veerkracht, zingeving en dat wat het leven betekenisvol maakt. Om zoveel als mogelijk eigen regie te voeren en keuzes te maken. Dit draagt bij aan het vergroten van de kwaliteit van leven.



Informatie & voorlichting

De informatie rondom kanker is voortdurend in beweging. Daarom organiseren we regelmatig informatiebijeenkomsten, themagesprekken en vragenuurtjes waarmee je op de hoogte blijft van de laatste ontwikkelingen.

Meer informatie en aanmelden:



‘Steun in een moeilijke tijd’

‘Bij Viore begrijpen ze wat je doormaakt’



Informatiebijeenkomsten

Een breed scala aan actuele onderwerpen op het gebied van behandelingen tegen kanker in samenwerking met medische instellingen.



Themagesprekken

Een groepsgesprek waarbij dieper ingegaan wordt op specifieke onderwerpen die je tegenkomt bij het omgaan met kanker.



Vragenuurtje

Tips en advies over omgaan met de bijwerkingen van hormoontherapie door een professional uit het ziekenhuis en het onderling uitwisselen van ervaringen.

Meer informatie
en aanmelden:



Een luisterend oor

Als je wereld op zijn kop staat kan het helpen om je verhaal te vertellen aan iemand buiten je eigen netwerk/ omgeving. Onze vrijwilligers zijn goed opgeleid, ze luisteren naar je zonder oordeel.



Individueel gesprek

In gesprek met een gids om je hart te luchten en te praten over dat wat je bezig houdt, waar je tegenaan loopt én wat je zelf kunt doen om te leren omgaan met kanker.



Samen aan tafel

In een gastvrije setting geniet je samen met anderen die hetzelfde meemaken als jij, van een lekkere en gezonde maaltijd. Dit is goed voor waardevolle gesprekken.



Huiskamerbezoek

Iedere werkdag kun je tussen 10.00 - 16.00 uur bij Viore binnenlopen voor een kop koffie/thee, een rustmoment of een luisterend oor.



‘Bij Viore krijg ik aandacht, begrip en een luisterend oor’

‘De persoonlijke aandacht en het warme welkom zijn heel waardevol’

Lotgenoten- contact

In contact komen met mensen die een vergelijkbare ervaring hebben als jij, kan heel waardevol zijn. In gesprek met lotgenoten vind je herkenning en erkenning. Je hebt vaak al genoeg aan een half woord om elkaar te begrijpen.

‘Ik voel me gesteund, het is een heerlijke plek om naar toe te gaan’



PowerSoos

Samen met andere jongvolwassenen (20 - 40 jaar) die kanker hebben (gehad) eten en met elkaar in gesprek over uiteenlopende onderwerpen.



Speciale doelgroepen

Speciale groepen voor naasten en nabestaanden, zowel voor volwassenen als kinderen en jongeren, die te maken hebben met de impact van kanker op een dierbare.



Speciaal voor mannen

Kanker zet het leven op zijn kop, mannen gaan er vaak anders mee om. Speciale groepen zoals ‘mannen in gesprek’ en de heren-sociëteit bieden steun.



Themagroepen

In een reeks van een aantal bijeenkomsten kom je bij elkaar om te praten over een bepaald thema, zoals bijvoorbeeld: vermoeidheid, terugkeer naar werk en angst voor terugkeer.

‘Viore is een plek van herkenning en erkenning’

Meer informatie en aanmelden:



‘Gezellig bezig zijn met anderen
die het zelfde meemaken’

Meer informatie
en aanmelden:



Overige activiteiten

Viore biedt een ruim scala aan activiteiten op uiteenlopende gebieden. Een aantal van onze activiteiten zijn specifiek bedoeld voor mensen met kanker, naasten of nabestaanden, maar de meeste activiteiten staan open voor iedereen.



Schrijven helpt

Schrijf jouw levensverhaal na of tijdens het herstel van kanker en ontdek wat voor jou werkelijk belangrijk is.



Boekbespreking

Een leesclub waar je met andere, gelijkgestemde lezers samenkomt en waar verhalen troost en inspiratie kunnen bieden.



Verzorging

Uiterlijke verzorging helpt vaak om je iets beter te voelen als je ziek bent. Ontdek wat oncologische huidzorg, massage en/of een workshop Look Good Feel Better voor je kunnen doen.



Tuinieren

Fysiek bezig zijn door tuinieren en tegelijk in contact met gelijkgestemden.



Creativiteit

Creativiteit biedt bevrijding, heling en plezier. Doe je mee aan onze workshops, atelier of inloop voor creativiteit?



Gezellig samenzijn

Een ongedwongen samenzijn en informeel met elkaar in gesprek.



Muziek

Muziek raakt, geeft vaak een stem aan diepere gevoelens. Zing mee met ons koor of geniet van muzikale optredens.



Ontspanning

Ervaar het effect van mindfulness en de ontspanningstraining voor verwerking en ontspanning.



Bewegen

Regelmatig bewegen is goed voor iedereen. Doe je mee met bijvoorbeeld yoga, pilates of wandelen?



Help mee!

Help je mee om het verschil te maken voor mensen die geraakt zijn door kanker? Steun Viore bijvoorbeeld met een donatie, nalatenschap, als bedrijfsvriend of word vrijwilliger. Jouw bijdrage is van onschatbare waarde!

Kom in actie:



Omgaan met kanker. Je hoeft het niet alleen te doen.

viore

Centrum voor iedereen die leeft met kanker

www.viore.org

Oosterengweg 44
1212 CN Hilversum
035 - 68 53 532
info@viore.org

Openingstijden
Alle werkdagen
van 10.00 tot 16.00 uur