



Programmaboekje

september, oktober,
november & december 2015



hof van
cramer



**Onze vormgevers en
webbouwers wensen je
een kleurrijk najaar!**

Voorwoord

Met een nieuw seizoen voor de boeg, ligt er ook weer een handig & overzichtelijk nieuw programmaboekje voor u klaar.

De Hof van Cramer wil “het centrum” zijn voor de Wapenveldse bevolking, een ontmoetingsplek voor heel veel activiteiten. De afgelopen tijd zijn er tal van leuke en gezellige activiteiten georganiseerd. Zoals u ook steeds in de verschillende kranten heeft kunnen zien en lezen. Steeds meer mensen weten ons te vinden. En daar zijn we allemaal erg blij mee!

Er is goed nieuws vanuit de Provincie Gelderland; zij heeft een subsidie van € 20.000,- toegekend om een vervolg aan de Hof van Cramer te geven. Hier kunnen we de eerste stappen mee zetten, om schetsen te maken, een programma verder te ontwikkelen over het “hoe & wat in de toekomst” voor het nieuwe ontmoetingscentrum in het centrum van Wapenveld.....
de Hof van Cramer.

Ook is er een nieuwe website van de Hof van Cramer gemaakt (met financiële ondersteuning van de RABO bank). Daar is ook te vinden welke activiteiten er zijn, hoe je een ruimte kunt huren en wat de laatste stand van zaken is van het vervolg op de Hof van Cramer.

Namens het bestuur (Dorpsraad Wapenveld en Hof van Cramer), alle gebruikers en vrijwilligers, bent u ook dit seizoen weer van harte welkom.

Maarten Heesen

Algemene informatie

Bezoekadres

Dorpsontmoetingscentrum Hof van Cramer
Putterweg 2a
8191 AZ Wapenveld
Tel: 06 37511545

🌐 www.hofvancramer.nl
f facebook.com/hofvancramer
🐦 twitter.com/HofCramer

Openingstijden

Maandag tot en met vrijdag van 9.00 – 17.00 uur.
Diverse activiteiten zijn ook 's avonds of op zaterdag.



Informatie

Iedereen is van harte welkom in het dorpsontmoetingscentrum de hof van Cramer voor deelname aan activiteiten en een kop koffie of thee (gratis). Er is Wifi aanwezig.

- Er is een grote leestafel met de Trouw, Stentor, het AD en een collectie tijdschriften (verzorgd door Bibliotheek Noord-Veluwe).
- Heeft u vragen over activiteiten of vrijwilligerswerk, neem dan contact op met Maarten Heesen (06 45403527) of Ton Hulsebos (06 51259370)
- Houdt u er rekening mee dat de activiteiten ook op andere plaatsen georganiseerd worden. Lees daarom goed de toelichting bij de activiteiten.
- Wilt u ook adverteren? Neem dan contact op met Maarten Heesen (06 45403527).

Door het jaar heen plannen wij informatie bijeenkomsten de data van deze bijeenkomsten worden gepubliceerd in de Schaapskooi en op informatieborden.

Activiteiten

In de hof van Cramer vinden veel activiteiten plaats voor de bewoners van Wapenveld en omstreken. In dit boekje vindt u een schema waaruit u kunt opmaken welke activiteit op welke tijd gepland is. In de eerste kolom ziet u een code en met deze code kunt u in de tekst van het boekje de uitgebreidere omschrijving vinden. Niet alle codes zijn opgenomen.



*Klapperdijk 22, 8191 AD, Wapenveld
Tel. 038-4477764, mob. 06-15503084*

HEETKAMP[®]

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEKEN

Heetkamp Orthopedische Schoentechnieken BV:

Leverancier van Orthopedische schoenen (OSA), semi Orthopedische schoenen (OSB), MBT's, Individueel vervaardigde inlays (steunzolen), Verbandschoenen en Ovac's.

In de Schoenwinkel: is uitsluitend schoeisel voor dames en heren verkrijgbaar met een uitneembaar voetbed.

Gratis adviessprekkuur: iedere woensdagmiddag kunt u vrijblijvend binnenlopen voor een gratis schoenadvies van 13.00-17.00 u, hierbij is een orthopedisch schoentechnicus aanwezig.



Openingstijden:

ma-vrij: 08.30-17.00 u (12.30-13.00 gesloten)
zaterdag gesloten

Adres: Klapperdijk 34B, 8191 AE WAPENVELD
T: 038-4470997

W: www.heetkamporthopedie.nl

E: info@heetkamporthopedie.nl



Zinnvolle zorg. Thuis en dichtbij.

Contactgegevens servicepunt

(0578) 76 37 08
servicepunt@wzuveluwe.nl
www.wzuveluwe.nl



Er kan een moment komen waarop u verzorging en verpleging nodig heeft. Soms tijdelijk, na een ziekenhuisopname, soms permanent omdat bijvoorbeeld uw fysieke gezondheid afneemt. De medewerkers van WZU Veluwe bieden u graag een helpende hand. Bij u thuis of, al dan niet tijdelijk, in woonzorgcentrum Rehoboth. Van ondersteuning in

de huishouding tot dagbesteding. Van wondverzorging tot palliatieve zorg. Zo nodig 24 uur per dag, 7 dagen per week!

Vanaf 1 januari 2015 kunt u hiervoor rechtstreeks contact opnemen met WZU Veluwe voor een afspraak. De wijkverpleegkundige spreekt met u en vraagt een passende indicatie voor u aan.

[illegible]

Programma Hof van Cramer oktober

[illegible]

Programma Hof van Cramer november

Code	NOVEMBER	Tijd	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma
A001	Verian Consultatie	07.30-14.00 13.00-15.00	•																						•
A002	Inloopspreekuur gezondheidsvragen	09.45-10.15	•																						
A004	Taal voor het leven	15.00-17.00																							
A005	Bibliotheek	14.00-17.00																							
A006	Kaarten	18.00-20.00																							
A007	Viattence	09.30-11.45 08.00-12.30																							
A009	Biljarten Welzijn Heerde	09.30-12.00 13.00-16.30																							
A010	Repair café	13.30-16.00																							
A011	Verian Diëtiste	14.00-16.00																							
A012	Ouderenssoos	13.00-17.00																							
A013	Viattence Ew'er	09.15-11.30																							
A014	Kaarten maken	13.15-15.30																							
A015	Handwerkcafé	19.30-21.30																							
A016	Creacub Welzijn Heerde	11.00-12.00																							
A018	Viattence Ergotherapie	10.45-12.15																							
A020	Ipad cursus	10.30-11.15																							
A029	Beter bewegen voor iedereen	14.00-16.00																							
A036	Help elkaar (inloop)	19.30-21.30																							
A047	Diapresentatie over folklore																								

Programma Hof van Cramer december

Code	DECEMBER	Tijd	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do
A001	Verian Consultatie	07.30-14.00 13.00-15.00																								
A002	Inloopspreekuur gezondheidsvragen	09.45-10.15																								
A004	Taal voor het leven	15.00-17.00																								
A005	Bibliotheek	14.00-17.00																								
A006	Kaarten	18.00-20.00																								
A007	Viattence	09.30-11.45 08.00-12.30																								
A009	Biljarten Welzijn Heerde	09.30-12.00 13.00-16.30																								
A010	Repair café	13.30-16.00																								
A011	Verian Diëtiste	14.00-16.00																								
A012	Ouderenssoos	10.30-15.00																								
A013	Viattence Ew'er	14.00-16.00																								
A014	Kaarten maken	13.00-17.00																								
A015	Handwerkcafé	09.15-11.30																								
A016	Creacub Welzijn Heerde	13.15-15.30																								
A018	Viattence Ergotherapie	19.30-21.30																								
A020	Ipad cursus	11.00-12.00																								
A029	Beter bewegen voor iedereen	10.45-12.15																								
A036	Help elkaar (inloop)	10.30-11.15 14.00-16.00																								

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie oktober

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie november

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie december

[illegible]

[illegible][illegible][illegible][illegible]

Toelichting activiteiten

A001 – Verian Consultatie

U kunt gebruik maken van een consult met Verian in de hof van Cramer. Meestal zult u hier een afspraak hebben met de zorgverlener van Verian.

A002 – Inlooppreekuur gezondheidsvragen

Kom vrijblijvend en kosteloos op ons tweewekelijkse spreekuur voor gezondheidsvragen (1e en 3e maandag van de maand – zie schema) met al uw vragen. We helpen u dan graag de weg te vinden naar de juiste soort zorgverlener. Het spreekuur is op maandagmorgen van 9.45-10.15 uur.

A004/A005 – Bibliotheek

Openingstijden Bibliotheek Wapenveld

De bibliotheek is geopend op:

maandag	14.00-17.00 uur
woensdag	14.00-17.00 uur
donderdag	14.00-17.00 uur
vrijdag	14.00-17.00 uur en van 18.00-20.00 uur.



Op maandag, woensdag en vrijdag zijn de vaste medewerkers Hermien Leurink, Annie Boeve en Annerique van Walderveen min of meer de vaste gezichten. Zijn worden bijgestaan door een gastheer en gastvrouwen. Op donderdagmiddag is de bibliotheek open omdat de gastvrouwen Stiena Smit en Inke Veldkamp bereid zijn om de apparatuur op te starten en af te sluiten.

Deze middag gaat het om selfservice-uren, maar naast lenen en inleveren kunt u natuurlijk ook een krant/tijdschrift lenen of gebruik maken van internet en wifi.

Taal voor het Leven

Wil je beter leren lezen en schrijven? Wil je beter spreken of luisteren? Kom naar het Taalpunt! Wij kijken samen naar wat je wilt leren. Wij helpen je zoeken naar een cursus, taalgroep of taalcoach bij jou in de buurt.

Waar?

In de bibliotheek Wapenveld.

Wanneer?

Iedere week op woensdag van 15.00-17.00 uur is er een vrijwilliger van het taalpunt en iedere vrijdag van 15.00-17.00 uur zal de taalpuntdocent Joke Scholten aanwezig zijn. De taalcoach begeleidt wekelijks een cursist of een groepje cursisten om beter te leren lezen of schrijven. In de week van 6 t/m 13 september 2015 is er extra aandacht voor de week van de alfabetisering.

Vrijwilligers

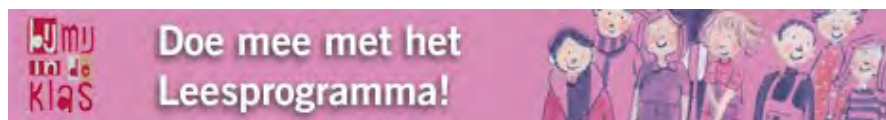
Vrijwilligers die taalcoach willen worden, kunnen zich aanmelden bij het Taalpunt. Zij volgen dan een training van vier dagdelen om daarna ingezet te worden als taalcoach.

Taalcoaches die getraind zijn door Stichting Lezen en Schrijven, begeleiden mensen die laaggeletterd zijn en hun taalvaardigheid willen verbeteren. Dat kan in kleine groepjes maar ook individueel. De lessen worden een keer per week gegeven, dag en tijdstip worden in onderling overleg gekozen.

Op het Taalpunt is op woensdag- en vrijdagmiddag een docent aanwezig waar u terecht kunt met vragen over leren lezen en schrijven en waar u zich kunt aanmelden voor taallessen. Joke Scholten, docent Taalpunt Wapenveld, tel. 06-20318456, mail: taalpuntheerde@bibliotheeknoordveluwe.nl.

Leesprogramma

Van 1 juli tot 1 oktober 2015 kunnen kinderen van 4 tot 12 jaar weer meedoen met het leesprogramma. Het thema is: 'School' en heeft als titel 'Bij mij in de klas'.



Het leesprogramma wil het lezen van kinderen in de basisschoolleeftijd stimuleren. Kinderen lezen vijf boeken rond het thema en ontvangen voor elk gelezen boek een sticker die ze in een leespaspoort kunnen plakken. Na het lezen van vijf boeken ontvangen ze een cadeautje.

Betere taalontwikkeling dankzij de VoorleesExpress

Ken je de VoorleesExpress al? De VoorleesExpress helpt gezinnen om de taalontwikkeling van hun kinderen (van 2 t/m 8 jaar) te stimuleren. Vaste vrijwilligers komen voorlezen en willen graag ouders helpen die nog nooit/weinig hebben voorgelezen. Ook willen we er samen voor zorgen dat boeken een blijvende plek krijgen in het dagelijks leven van jullie gezin. Zo kunnen we samen de taalontwikkeling stimuleren en wordt het leren en luisteren op school gemakkelijker. Ook de Bibliotheek Noord-Veluwe gaat van start met de VoorleesExpress!

Meld je aan via noordveluwe@voorleesexpress.nl. Wil je weten hoe dat gaat? Bekijk dan dit filmpje!

<https://youtu.be/u3gJPPwRbrg>

Kinderboekenweek 7 t/m 18 oktober 2015

'Raar, maar waar!'. Dat is het motto van de Kinderboekenweek 2015, die draait om natuur, wetenschap en techniek. Op onderzoek uitgaan en te weten willen komen hoe de wereld in elkaar zit, is een natuurlijke drijfveer van kinderen. Tijdens de Kinderboeken-week is er volop aandacht voor boeken die vragen stellen en antwoorden geven.

Nederland Leest 1 t/m 29 november 2015

Nederland Leest in 2015 het Korte Verhaal.

Grootmeester, de heer A.L. Snijders stelt bundel samen. Nederland Leest viert in november 2015 haar 10de editie met het (Zeer) Korte verhaal.



Foto: Vincent Mentzel

De heer A.L. Snijders, de bekende auteur van korte verhalen en zkv's, stelt een verhalenbundel samen met een staalkaart van korte verhalen uit de Nederlandstalige geschiedenis. Zelf zal hij met zkv's reageren op verhalen in deze bundel.

De Geschenkbundel wordt tijdens de campagne-periode van zondag 1 november t/m maandag 30 november 2015 in een oplage van honderdduizenden exemplaren gratis door de openbare bibliotheken aan hun leden verstrekt. Speciaal in dit jubileumjaar verschijnt er in elke provincie een aparte editie: de Nederland Leest-bundeling, aangevuld met korte verhalen uit de regio. De heer A.L. Snijders is geboren in Amsterdam in 1937. Hij woont sinds 1971 in Lochem. Snijders publiceerde vanaf de jaren '80 columns in diverse kranten. Rond 2002 begon Snijders met veel plezier te werken aan iets nieuws: het zkv. Het is een woord dat hij zelf bedacht heeft, de afkorting van zeer kort verhaal. Als een roman een boom is, zou je een bundel zkv's een berg takjes kunnen noemen.

Nederland Leest wordt in 2015 voor de tiende keer georganiseerd. Vorig jaar stond Een vlucht regenwulpen van Maarten 't Hart centraal. Het verscheen in een oplage van 510.490 exemplaren. Nederland Leest is een initiatief van de CPNB, in samenwerking met de VOB (Vereniging Openbare Bibliotheken). Vanaf 1 november 2015 kunnen leden vanaf 18 jaar van de Bibliotheek Noord-Veluwe dit boekje gratis ophalen bij de bibliotheek.

Aangesloten bij Register Belastingadviseurs

Vestiging Wapenveld
Vlijtweg 10-D
T 038 4479789
M 06 11432174
johan@aa-f.nl
www.aa-f.nl

advies
administratie
fiscaliteiten

Belastingadviseurs met één doel: úw succes!

Bedrijfsadvies
Belastingadvies
Salarisadministratie
Online boekhouden

Onze medewerkers hebben kennis van zaken, voelen zich betrokken en zijn uw sparring-partner op financieel en fiscaal gebied.

Wilt u weten wat wij voor u kunnen betekenen, neem dan voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek contact met ons op.

navigators to financial success **AA&F**



AART ZWERUS VOF

Flessenbergerweg 1
8191 LH Wapenveld
Tel: 038-4478537
Fax: 038-4478909

Uw adres voor o.a.

- schuifkasten
- behang
- binnenzonwering
- buitenzonwering
- horren
- verf
- verlichting
- plaatmateriaal
- gereedschappen
- hout

Week van de mediawijsheid 20 t/m 27 november 2015

De Week van de Mediawijsheid is een initiatief van Mediawijzer, net om aandacht te vragen voor het belang van mediawijsheid voor kinderen. Dit jaar staat tijdens de campagne het thema 'Media en respect' centraal.

A006 - Kaarten

Wekelijks is er op dinsdagochtend van 09.30 uur tot 11.45 uur kaarten in het Hof van Cramer. Men kan een potje jokersen of klaverjassen in een gezellige sfeer. Kom eens binnenlopen op een dinsdagochtend en doe een spelletje mee. Partner, vriend, vriendin, buurman of buurvrouw kunt u gerust meenemen. Een ieder is welkom. De koffie staat altijd klaar.

A009 - Vrij biljarten in de Hof van Cramer

In de Hof van Cramer staan twee biljarts. Een leuke groep mensen maakt hier nu dagelijks gebruik van. Er wordt vooral gebiljart vanwege de gezelligheid. Mensen die een potje biljart willen spelen zijn welkom op dinsdagmiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur, woensdagochtend van 09.30 uur tot 12.00 uur en op vrijdagmiddag van 13.00 uur tot 16.30 uur. Andere tijden zijn in overleg mogelijk. Informatie is te verkrijgen bij volwassenenwerker Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.



A010 - Repair Café Wapenveld

Heeft u kapotte spulletjes die nog prima te repareren zijn? Gooi ze niet weg, maar neem ze mee naar het Repair Café Wapenveld. Samen met onze reparateurs geven we uw spullen een tweede leven.

Weggoien? Mooi niet!



Wat is een Repair Café?

Repair Cafés zijn gratis toegankelijke bijeenkomsten die draaien om het (samen) repareren van kleding, elektrische apparaten, speelgoed et cetera. U kunt van thuis kapotte spullen met eventueel de vervangende onderdelen meenemen.

In het Repair Café gaat u samen met de aanwezige, vrijwillige deskundigen aan de slag. Wie niets heeft om te repareren, neemt een kop koffie of thee. U kunt ontspannen wachten en gebruik maken van de leestafel van de bibliotheek waar couranten en allerlei tijdschriften liggen.

In Nederland gooien we ontzettend veel weg. Ook dingen waar bijna niets mis mee is, en die na een eenvoudige reparatie weer prima bruikbaar zouden zijn. Het Repair Café brengt daar verandering in! In het Repair Café leren mensen op een andere manier naar hun spullen te kijken en er opnieuw de waarde van in te zien. Het Repair Café draagt bij aan een mentaliteitsverandering. Die is noodzakelijk om mensen enthousiast te maken voor een duurzame samenleving. Maar bovenal wil het Repair Café laten zien dat repareren leuk is, en vaak heel makkelijk. Kom het ook eens proberen!

Cartridges en oude mobiele telefoons inleveren

Tijdens de openingsuren in de Hof van Cramer kunnen ook lege cartridges en oude mobieltjes ingeleverd worden. De opbrengt hiervan gaat naar Kika, het kinderkanker-fonds.

Waar en wanneer?

U vindt het Repair Café in de Hof van Cramer, Putterweg 2a in Wapenveld. Neem gerust uw kapotte spullen mee!

Het eerstvolgende Repair Café is op dinsdag 8 september 2015, geopend van 14.00-16.00 uur. En daarna op de volgende data: dinsdag 13 oktober 2015, dinsdag 10 november 2015. Het laatste Repair Café in 2015 vindt plaats op 8 december. Voor meer informatie kan men terecht bij Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.



A012 - Ouderensoos biedt veel gezelligheid

Iedere week is er op woensdagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur Ouderensoos. De club heeft al een lange historie. Een leuke contactmogelijkheid voor senioren om andere leeftijdsgenoten in je dorp te ontmoeten. In een ontspannen sfeer worden allerlei activiteiten met elkaar gedaan, zoals: sjoelen, kaarten, bingo, rummikub. De eigen bijdrage is € 2,50 per keer. Dat is inclusief koffie/thee, frisdrank en iets hartigs. Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

A014 - Wenskaarten maken

Om de week is er in de oneven weken op donderdagochtend een kaartmaakclub in de Hof van Cramer actief. Er worden uiteenlopende wenskaarten gemaakt met verschillende technieken. Diverse apparatuur is aanwezig om mooie en bijzondere creaties te maken voor allerlei gelegenheden. In de groep helpt men elkaar graag op weg en men vindt het leuk om deze hobby met anderen te delen.

Tijden zijn van 09.15 uur tot 11.30 uur. Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

A016 - Creacub Hof van Cramer

Om de week (in de even weken) is er op donderdagavond van 19.30-21.30 uur in de Hof van Cramer een creativiteitsavond. Deze gezellige groep dames bepaalt samen met elkaar wat er op de avond gedaan wordt. Men heeft altijd een gevarieerd programma: bloemschikken, mozaïeken, flessen oppimpen, sieraden maken, et cetera. Er wordt geen les gegeven, maar men krijgt vooral ideeën door elkaar te inspireren. De eigen bijdrage is € 2,50 per keer. Dit is inclusief een kop koffie of thee. Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom, u kunt altijd vrijblijvend een kijkje komen nemen.

HANDIG geregeld

Langer thuis wonen

“Zelfstandig blijven wonen zoals u dat wilt!”

De overheid stimuleert mensen zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Om dit te bewerkstelligen zijn aanpassingen nodig wat betreft de mobiliteit, veiligheid en comfort in en om het huis. Wat maakt HANDIG nou HANDIG? Wij weten dat elke situatie uniek is, samen met u gaan wij voor de oplossing. Denk aan advies, uitvoering en producten, dat is HANDIG geregeld!

Voorkomen is beter dan genezen!



Neem contact met ons op:

www.handiglangerthuiswonen.nl

hanmostert@handiglangerthuiswonen.nl

“Maak van uw huis, een langer thuis”

U kunt bij ons terecht voor:

- Aangepast sanitair voor douche & toilet
- Zitcomfort (sta op stoel)
- Woningaanpassing
- Traplift
- Verkoop nieuwe & gebruikte producten
- Advies op maat
- Veiligheid
- Toepasbare domotica

Han Mostert
06-16715745
Parkweg 2
8191 JL Wapenveld

Gratis adviesgesprek!

A017 - Burenmiddag in Franse sfeer

Op vrijdag 25 september 2015 zal in Zorgcentrum Rehoboth een burenmiddag worden gehouden. In samenwerking met de Hof van Cramer worden de bewoners van Rehoboth, de Vree en Philadelphia uitgenodigd voor een gezamenlijke burenonthoening om te genieten in Franse sfeer. Deze middag is in het kader van de landelijke burendag van het Oranjefonds.

Om 14.30 uur zal Jaap Bonhof een diaserie laten zien over Frankrijk.

De serie geeft een indruk van dit land in de vorm van een trektocht door Frankrijk van noord naar zuid, waarbij uiteraard ook Parijs wordt aangedaan. Na de diapresentatie volgt een broodmaaltijd in Franse sfeer. Een Frans soepje, stokbrood met o.a. Franse kaas en wijn of passende frisdrank zullen deze maaltijd vorm geven samen met accordeonmuziek. We beginnen daarmee om 16.30 uur en eindigen om 17.30 uur. Het belooft een gezellige middag te worden waarbij het accent komt te liggen op onderlinge contactlegging in een gemoedelijke Franse sfeer.



A018 - Ergotherapie

Het is prettig als dagelijkse handelingen zoals aankleden, eten en telefoneren bijna automatisch gaan. Ervaart u bij het ouder worden problemen met dergelijke dagelijkse klusjes? Dan kan een ergotherapeut u helpen. De ergotherapeuten van Viattence Vitaal weten alles van zelfredzaamheid van ouderen en kunnen inspelen op uw vragen en behoeften. Ook als de problemen complexer zijn dan het inschenken van een kop thee of het aantrekken van schoenen. Tegelijkertijd heeft de ergotherapeut niet alleen oog voor noodzakelijke dagelijkse handelingen, maar ook voor activiteiten waar u plezier aan beleeft. Wij weten hoe belangrijk het blijven beoefenen van een hobby kan zijn.

Uw behandeling

Uiteraard brengt de ergotherapeut eerst in kaart wat de belemmeringen zijn. Samen met u maakt ze een behandelplan.

In sommige gevallen leert u bepaalde handelingen opnieuw uitvoeren, in andere gevallen leert u handelingen anders uitvoeren. Ook kunt u advies krijgen over aanpassingen in huis of het gebruik van hulpmiddelen. U oefent alle handelingen samen met de ergotherapeut. De ergotherapeuten van Viattence Vitaal helpen cliënten thuis, maar ook bewoners van de Viattence locaties. Signaleren zij dat andere of meer ondersteuning nodig is, dan zullen zij u verwijzen naar collega's of u attent maken op andere mogelijkheden.

Extra van Viattence Vitaal

Uw mantelzorger krijgt ook tips om u te begeleiden, zodat hij of zij minder belast wordt. Onze ergotherapeuten zijn bovendien Edomah geschoold (Edomah staat voor: ergotherapie bij ouderen met dementie en hun mantelzorger aan huis).

A021 - Taxatiedag en veiling in Hof van Cramer

Op dinsdag 20 oktober 2015 zal in de Hof van Cramer een taxatiedag worden gehouden. Taxateur Jaap Bonnhof zal die dag antiek en kunst vrijblijvend op waarde schatten. Er bestaat de mogelijkheid om goederen later die week ter veiling aan te bieden. De taxatiezitting vindt plaats van 14.00 tot 17.00 uur en 's avonds van 19.00 uur tot 21.00 uur.

Op vrijdag 24 oktober 2015 wordt een kunst en antiekveiling gehouden. Iedereen kan artikelen inbrengen voor deze verkoop. De veiling begint om 13.30 uur en duurt bij voldoende inbreng tot 16.30 uur. Gedurende de gehele week kunnen artikelen worden ingebracht al wordt wel aangeraden dit te doen tijdens de taxatiedag op dinsdag 20 oktober 2015. Dit in verband met het maken van een beknopte catalogus voor de veiling. Inbrengers betalen 10% veilingkosten en bij verkoop wordt 15% doorberekend. Deze gelden komen ten goede aan het werk van de Hof van Cramer en aan de adoptiezonen van Jaap Bonnhof.

A046 - Diapresentatie en fietstocht over de herfst

Op woensdag 28 oktober 2015 zal in de Hof van Cramer een diapresentatie worden gehouden over de herfst in al haar facetten. Jaap Bonnhof zal aan de hand van fraaie dia's aandacht geven aan de kleurenpracht in de natuur. Ook zullen typische herfst-kenmerken worden getoond in de vorm van paddenstoelen. Hij zal uitleggen waarom en hoe bladeren van kleur veranderen in deze periode van het jaar. Tevens zal hij het accent leggen op onze eigen omgeving. Deze dia-avond begint om 19.30 uur en iedereen is welkom. Bij goed weer zal op zaterdag 31 oktober 2015 een fietstocht worden gehouden. Het ligt in de bedoeling een fraaie route te fietsen richting de Dellen. Onderweg zal aandacht worden besteed aan de fraaie kleurenpracht en uiteraard worden ook paddenstoelen bekeken. Handig is het om naast een vergrootglas ook een spiegeltje mee te nemen. De fietstocht begint 's middags om 13.00 uur en duurt tot circa 16.00 uur.

A047 - Diapresentatie over folklore

Op woensdag 11 november 2015, Sint Maarten, zal Jaap Bonnhof een dia-avond verzorgen met als onderwerp Folklore. Naast diverse vormen van Sint Maartenvieringen worden ook impressies getoond van diverse intochten van Sinterklaas, het Sint Thomasluiden in delen van Friesland en typische carnavalsoptochten in Overijssel. Ook het midwinterhoornblazen en de pikhanentradities komen aan de orde. Ook wordt aandacht besteed aan verschillende klederdrachten en hun rol in de streekcultuur. De dia-avond begint om 19.30 uur en iedereen is van harte welkom.

A028 - Beter bewegen voor ouderen

Deze activiteit is op de donderdagmiddag in Rehoboth van 14.45-15.30 uur. Bewegen voor ouderen zittend op de stoel of in de rolstoel. We werken aan kracht, soepelheid, uithoudingsvermogen en hersengymnastiek. Kosten € 2,50 per keer. Voor informatie kunt u contact opnemen met Arjenne Boersma verbonden aan Fysiocentrum d'Olde Bank tel. 06-22992665

A029 - Beter bewegen voor iedereen

Op de maandagochtend in de Hof van Cramer van 10.30-11.15 uur. Voor iedereen die in beweging wil komen en van gezelligheid houdt. Een groot gedeelte oefenen we zittend op de stoel en werken aan kracht, soepelheid, uithoudingsvermogen en hersengymnastiek. Kosten € 2,50 per keer. Voor informatie kunt u contact opnemen met Arjenne Boersma verbonden aan Fysiocentrum d'Olde Bank tel. 06-22992665.



Fysiocentrum d'Olde Bank

fysiotherapie en medische fitness

H.G.D. Cramerstraat 11

Tel. 038-44 77 588

www.fysiodoldebank.nl

Specialisaties Fysiotherapie:

- manuele therapie, o.a. methode Mulligan en Marsman
- medical taping concept
- dry needling
- manuele lymfedrainage naar Dr Vodder
- begeleiding en behandeling van chronische pijn
- logopedie
- oefentherapie Cesar
- kinderfysiotherapie

Voor persoonlijke service en kwaliteit



Wapenveld

W.H. van de Pollstraat 2

038 - 4471770

A036 - Informatiepunt "Help Elkaar"

De werkgroep "Help Elkaar" is al enkele maanden bezig en veel mensen weten hen ook te vinden voor een hulpvraag of als vrijwilliger. Het motto is om mensen bij elkaar te brengen die elkaar kunnen helpen. De hulpvraag kan bij de werkgroep neergelegd worden zodat er gekeken wordt of er een vrijwilliger beschikbaar is om hulp te bieden. Wanneer u een uurtje over hebt om een ander te helpen dan hoort de werkgroep dit ook graag!

Elke dinsdagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur is het informatiepunt geopend en is een persoonlijk gesprek mogelijk in de Hof van Cramer.

Help Elkaar is verder telefonisch te bereiken op tel. 06-37511545 en via mail helpelkaarwapenveld@gmail.com of facebook.



Vrijwilligerswerk in de Hof van Cramer

Vrijwilligers

De Hof van Cramer is het dorpsontmoetingscentrum van Wapenveld. Veel activiteiten en werkzaamheden worden uitgevoerd door vrijwilligers, die dat voor de inwoners van Wapenveld willen doen.

Wat gebeurt er zoal door vrijwilligers:

- taalles geven bij het taalpunt;
- organiseren van uiteenlopende ontmoetingsactiviteiten;
- gastheer/gastvrouw zijn;
- diavoorstellingen;
- fietstochten;
- computer- en tabletlessen;
- een maandelijks Repair Café;
- onderhoudswerkzaamheden;
- een informatie-adviespunt;
- werkgroep help elkaar brengt hulpvraag en hulpaanbod bij elkaar;
- bibliotheek;
- het samenstellen van een programmaboekje en het onderhouden van een website.



Grote betrokkenheid

Vrijwilligers zorgen voor gezelligheid en dat de Hof van Cramer goed bezocht blijft worden. Zij doen dit werk met veel plezier, inzet en enthousiasme. Hieruit blijkt een grote betrokkenheid en een leuke sfeer. Een goede sfeer is heel belangrijk, want als vrijwilliger wil je in een gezellige sfeer met leuke collega's werken.

Hebt u tijd over en wilt u zich inzetten voor anderen, dan willen wij graag met u praten over de mogelijkheden voor vrijwilligerswerk in de Hof van Cramer. Wij stellen van te voren geen eisen aan leeftijd, opleidingsniveau of beschikbare vrije tijd. Wij gaan graag uit naar de mogelijkheden en kwaliteiten van ieder persoon en maken vervolgens afspraken. Wanneer u ideeën heeft om wat voor anderen te organiseren of heeft u een groep die sociaal bezig wil zijn en ruimte zoekt, dan kunt u ook bij ons informeren naar de mogelijkheden.

Is uw belangstelling gewekt?

Misschien is uw belangstelling gewekt en lijkt het u leuk om u voor de Hof van Cramer in te zetten. U kunt dan contact opnemen met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.

Plannen voor studiering voor ouderen In Wapenveld

Bij de Hof van Cramer in Wapenveld wil men peilen of onder de inwoners van Wapenveld behoefte is aan een studiering voor ouderen. Welzijn Heerde en de Bibliotheek Noord-Veluwe willen een bijeenkomst beleggen voor geïnteresseerden om hierover van gedachten te wisselen. Voor wie is een studiering bedoeld? Voor alle 50+ers, die het leuk vinden om nieuwe dingen te ontdekken en zich daarin te verdiepen. De wereld is groot en interessant, dus er is keuze uit een scala aan onderwerpen, die men met elkaar kan bespreken. Het doel van een studiering is om op de hoogte te blijven van maatschappelijke ontwikkelingen en eigen ideeën en meningen met elkaar te delen. Het is een mooie manier om geestelijk actief te blijven. De gekozen onderwerpen worden door één of meerdere personen uitgewerkt.

De Hof van Cramer leent zich heel goed voor deze activiteit; men kan ook eenvoudig gebruik maken van de faciliteiten van de bibliotheek.

Heeft u interesse, neem dan contact op met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370 of mail naar tonhulsebos@cjgheerde.nl.

Valpreventie in Wapenveld

De gezamenlijke fysiotherapiepraktijken in Wapenveld zetten momenteel in samenwerking met de oefentherapeut en de ergotherapeut een programma op om het risico op valongelukken te verminderen. Het aantal valongelukken neemt met de toename van de vergrijzing steeds verder toe en naast de gevolgen daarvan voor de personen in kwestie, brengt dit hoge zorgkosten met zich mee. Door onze gezamenlijke benadering en het combineren van een aantal valprogramma's, ontwikkelen wij een unieke aanpak van dit steeds groter wordende probleem.

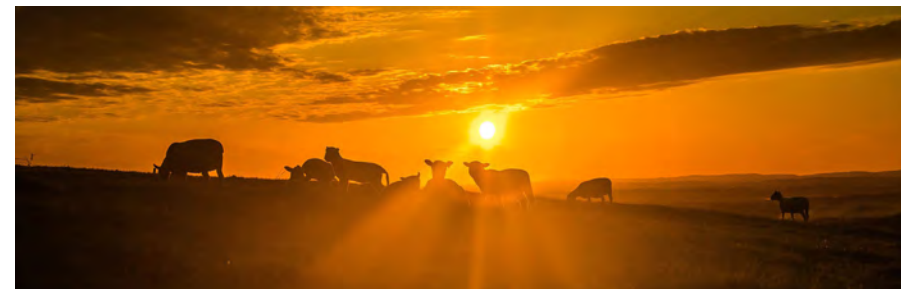
Op donderdag 8 oktober 2015 van 14.30-16.00 uur organiseren we, net als in dit voorjaar, een informatiemiddag in Rehoboth. Deze bijeenkomst is bedoeld voor iedereen die wat meer wil

weten over vallen, zelf wel eens wat onzeker op de benen is, mantelzorger of zorgverlener is. De informatiebijeenkomst is gratis. Men dient zich echter wel aan te melden. Er zullen te zijner tijd lijsten liggen bij de fysiotherapiepraktijken, de Hof van Cramer, de huisartsen en bij Rehoboth. Eind oktober 2015 willen we aan de slag gaan met de eerste groep mensen die we gaan screenen op valrisico en begeleiden met het verminderen hiervan. Houd de mededelingen in de Hof van Cramer, Rehoboth en de Schaapskooi in de gaten voor de exacte data.

Inlooppreekuur en minicursus Ontspannen

De zorggroep Wapenveld, een samenwerkingsverband van de fysiotherapeuten, oefentherapeut en logopedist van

Fysiocentrum d'Olde Bank en psychologiepraktijk Verkade is weer druk in de weer met een aantal projecten. We organiseren alweer ruim een jaar het inlooppreekuur voor gezondheidsvragen, waar u op de 1e en 3e maandagochtend van de maand van 09.45-10.15 uur bij één van ons welkom bent in de Hof van Cramer. Daarnaast zijn we ook bezig met een vervolg op de succesvolle avond "Ontspannen op verschillende manieren". Deze minicursus Ontspannen zal plaatsvinden in de vorm van een tweetal avonden op 4 en 18 november 2015 in Fysiocentrum d'Olde Bank (nadere informatie volgt). We zullen dan vooral weer praktisch aan de slag gaan. De zorggroep is ook bezig met het gezamenlijk uitwerken van een aantal andere onderwerpen, maar meer informatie daarover maken we pas op een later tijdstip bekend!



Pilot hondenpoep in Wapenveld

De Dorpsraad Wapenveld gaat in samenwerking met de gemeente Heerde een project opzetten om de overlast door hondenpoep terug te dringen. Men wil hiervoor een pilot gaan doen in de omgeving van De Kade. De dorpsraad kiest voor de aanpak die men gewend is: in gesprek gaan met de inwoners om het probleem te inventariseren en oplossingen te bedenken. De dorpsraad gaat daarbij de hulp inroepen van Mark de Haas van de site www.hondenpoep.nl. Die adviseerde al tientallen gemeenten in het maken van beleid rond dit probleem. Daarbij gaat men uit van een positieve benadering waarbij opruimen de standaard is voor hondenbezitters en gemeenten. De gemeente Heerde heeft inmiddels laten weten het project te willen faciliteren. Het probleem rond de hondenpoep werd door aanwonenden ingebracht tijdens een evaluatie van het dorpsplan. Een bewoner meldde op een dag 139 honden geteld te hebben op het uitloopgebied langs het Apeldoorns kanaal. In het dorpsgesprek met het college van burgemeester en wethouders werd afgesproken dat de dorpsraad een voorstel gaat maken om een pilot te starten. “Wij geloven dat er, door met hondenbezitters om de tafel te gaan zitten, in goed overleg oplossingen te bedenken moeten zijn, om zo samen met de gemeente een positief honden-beleid te kunnen maken”, aldus de dorpsraad. Opzet is om het project na de zomerperiode op te starten.



De komst van de Digitale Overheid en SeniorWeb

In 2017 wil onze overheid zoveel mogelijk zaken via de computer of tablet gaan afhandelen. Loketten gaan dicht of u moet gaan betalen voor diensten die eerder gratis waren. Als u geen gebruik maakt van digitale hulpmiddelen zoals PC, laptop of tablet kan het zijn, dat sommige informatie voor u niet meer toegankelijk is. Dat zal betekenen dat u zich als burger moet gaan aanpassen. Voor velen zal dat geen probleem zijn maar voor anderen, vooral senioren, betekent dit weer een stap terug in zelfstandigheid. Ongetwijfeld hebben veel senioren kinderen, kleinkinderen of vrienden die hen hierbij helpen of de taken zelfs overnemen. Toch blijft zelfstandigheid een groot goed. In het komend najaar gaat Leercentrum Seniorweb Wapenveld van start met een informatiebijeenkomst waarin een overzicht wordt gegeven van de gevolgen voor ons, de burgers, en wat we daaraan kunnen doen. Daarnaast gaan we in september weer met onze cursussen van start; naast de Hof van Cramer hebben we nu ook de MFA de Heerd in Heerde voor cursussen en bijeenkomsten ter beschikking. Kom eens langs en haal onze brochure met het overzicht van het programma. Kijk op onze website www.wapenveld.seniorweb.nl of bel met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.



Steunpunt voor mantelzorgers en vrijwilligers in de gemeente Heerde

Mantelzorg

Onderstaand een aantal activiteiten voor mantelzorgers:

Elke 1e dinsdag van de maand Carrousel Eigen Kracht

Van 19.00 tot 20.00 uur is er in het Gezondheidscentrum, ingang Kinderfysio, een bijeenkomst voor mantelzorgers. Deze avonden worden afwisselend door De Plu en ds. Gert Wijnstok ingevuld. De avonden van De Plu worden begonnen met ontspannende oefeningen voor nek en schouders door fysiotherapeut

Merdi van Essen. De onderwerpen zijn van praktische aard, bijvoorbeeld tips van de diëtiste of van de ergotherapeut; waar kan ik terecht met mijn hulpvraag, informatie van een notaris, enzovoort.

De bijeenkomsten door ds. Gert Wijnstok hebben te maken met zingeving. Hoe ga ik onder andere vanuit mijn gevoel/geloof om met woede, verdriet, onmacht, enzovoort.

Recht de rug voor mannelijke mantelzorgers

Een aantal malen per jaar krijgen mannen uitleg van een fysiotherapeut over de rug, bijvoorbeeld hoe te tillen en helpen bij transfers. Op deze avonden is er ook fysiofitness.

Dag van de mantelzorg

Op 10 november is er jaarlijks de Dag van de Mantelzorg. Dit jaar wordt dit samen met diverse zorginstellingen georganiseerd en zal het thema zijn: aandacht en waardering voor de mantelzorger.

Mindful mantelzorgen

In het najaar starten workshops mindful mantelzorgen. Deze worden gegeven door psycholoog Karin Visser van Viattence.

Jonge mantelzorgers

Voor kinderen van 4-18 jaar worden er ook bijeenkomsten georganiseerd door De Plu. In het najaar staat een ouder-kind bijeenkomst in de planning.

Thema-/ontspanningsbijeenkomsten

De mantelzorgers worden regelmatig via De Plu uitgenodigd om bij themabijeenkomsten/ontspanningsmiddag aanwezig te zijn. Deze bijeenkomsten worden dan door andere organisaties georganiseerd.

Informatie

Bij De Plu heeft men een goed overzicht wat er in de gemeente (en nabije omgeving) voor mogelijkheden zijn om de mantelzorgers even te ontlasten. Organisaties kunnen bij De Plu terecht met vragen/tips hoe om te gaan met mantelzorgers.

Vrijwilligers

De Plu helpt mensen zoeken naar passend vrijwilligerswerk; ook voor mensen met een lichamelijke/ verstandelijke beperking, psychische problemen, verslavings- of justitieel verleden. Zoekt u een vrijwilliger dan probeert De Plu daarin te bemiddelen en een passende organisatie of vrijwilliger voor u te vinden. De Plu ondersteunt organisaties hoe intern om te gaan met het werven en behouden van vrijwilligers.



Graag Gedaan

Aan het begin van het nieuwe schooljaar worden alle basisscholen in de gemeente Heerde bezocht om leerlingen van de groepen 7 en 8 enthousiast te maken voor vrijwilligerswerk. Deze jonge vrijwilligers kunnen meedoen aan Graag Gedaan, 4 x per jaar, buiten schooltijd om en met toestemming van je ouders, iets voor een ander doen.

Bereikbaarheid

Telefonisch gehele week bereikbaar.

De Plu is elke week op de donderdagochtend tussen 09.00 en 11.00 uur in het restaurant van Hanzeheerd Brinkhoven te Heerde aanwezig.

Op de even weken op maandagmiddag tussen 13.00 en 15.00 uur in het restaurant van WZU Veluwe, locatie Rehoboth te Wapenveld.

Op de even weken op dinsdagmiddag tussen 14.00 en 16.00 uur in het restaurant van Viattence, locatie De Wendhorst te Heerde.

Andere tijden zijn altijd in overleg mogelijk, ook 's avonds.

Heeft u vragen, neem dan contact op met De Plu, info@depluheerde.nl of telefonisch 0578-699500.

 **Schildersbedrijf
Berghorst**
behang- glas en schilderwerk

Telefoonnummer: 06-53136085

Uitleg over de smartphone

Steeds meer ouderen stappen ook over op de smartphone.

Het geeft zowel voor hen zelf als voor hun directe omgeving een veilig gevoel. Een smartphone biedt vele mogelijkheden.

Met een smartphone kunt u bijvoorbeeld e-mailen, chatten, filmen, internetten, foto's versturen, teksten invoeren, uw Facebookprofiel bijhouden, routes plannen (smartphones beschikken ook over GPS) of muziek luisteren. Daarnaast kunt u ook bellen met de toestellen en zijn functies als een rekenmachine en een lijst met contactpersonen, aanwezig. Dit zijn enkele van de vele mogelijkheden die de smartphone te bieden heeft. Maar in de praktijk gebruiken we veelal deze mogelijkheden niet, omdat we hier simpelweg niet mee hebben leren omgaan. Wilt u graag meer weten over de mogelijkheden van uw eigen smartphone of lukt het maar niet om een bepaalde functie te gebruiken dan is daar nu de mogelijkheid voor dit te leren! U kunt contact opnemen met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370. Hij spreekt met u vervolgens een datum en tijdstip af wanneer u aan de hand van uw eigen smartphone les krijgt van een jeugdige leraar. De uitleg vindt plaats in De Hof van Cramer.





Deelnemende/samenwerkende organisaties:



Welzijn Heerde



Huisartsenpraktijk Wapenveld
Apotheekhoudend





**hof van
cramer**