



Programmaboekje

januari, februari, maart
& april 2016



hof van
cramer



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

Voorwoord

Alweer een jaar voorbij!
Voor u ligt het eerste exemplaar van het programmaboekje 2016.

Kijken we terug op het afgelopen jaar dan kunnen we de conclusie trekken dat de Hof van Cramer steeds meer het kloppend hart van Wapenveld is.

Ons ontmoetingscentrum voelt als een warme deken en met veel plezier wordt er gebruik van gemaakt.

Met de bibliotheek als centraal punt voor jong en oud, zien we dat vooral de ouderen en de zorg veel van de overige beperkte ruimte gebruik maken. De programmaraad wordt door gebrek aan ruimte beperkt in de mogelijkheden passende activiteiten voor jongeren aan te bieden. Dat is jammer, maar laat ook zien dat er behoefte is aan een ontmoetingscentrum voor Wapenveld met veel meer mogelijkheden dan de locatie aan de Putterweg nu biedt.

De locatie aan de Putterweg wordt door de beheerstichting nog steeds beschouwd als een 'pilot' om zo te ervaren waar de knelpunten zitten, waar de behoefte van de burgers liggen, hoe we combinaties en verbanden kunnen leggen. En natuurlijk moeten we de financiële kant heel goed in de gaten houden.

We kunnen constateren dat een kloppend hart niet meer klopt als er geen vrijwilligers zouden zijn. Enthousiaste mensen die graag hun kennis en vaardigheden willen delen met anderen, die een helpende hand willen bieden, daar heeft ieder ontmoetingscentrum behoefte aan.

De beheerstichting wil alle vrijwilligers hartelijk danken voor alles wat zij hebben gedaan voor de Hof van Cramer in 2015. Wij hopen dat alle vrijwilligers dit met hetzelfde enthousiasme willen blijven doen in 2016 en juichen het toe dit jaar nog meer vrijwilligers te mogen ontmoeten.

Het bestuur van de beheerstichting Hof Van Cramer wenst u allen een

goed en gezond 2016

Algemene informatie

Bezoekadres

Dorpsontmoetingscentrum Hof van Cramer
Putterweg 2a
8191 AZ Wapenveld

☎ 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, de 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.
- Ook zoeken we vrijwilligers voor verschillende activiteiten, waaronder jeugdactiviteiten! Heeft u belangstelling? Bel dan Maarten Heesen ☎ 06-45403527 of Ton Hulsebos ☎ 06-51259370.
- 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.

Zorg met een warm hart!

Hof van Cramer

- Jeugdgezondheidszorg
- Dieetadvisering
- Welzijnswerk

Verder biedt Vérían in Wapenveld:

- Verpleging & Verzorging
- Huishoudelijke Hulp
- Diensten in en om het huis
- Thuisbegeleiding
- Personenalarmering
- Maatschappelijk werk

Veelzijdig in zorg



Bel 7 dagen per week onze Zorglijn

(088) 126 3 126 of **www.verian.nl**

Contactgegevens servicepunt

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



Zinvolle zorg. Thuis en dichtbij.

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.

Programma Hof van Cramer januari

Code	JANUARI	Tijd	vr							za							zo																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
A001	Verian Consultatie	07.30-14.00																															
A002	Bibliotheek	14.00-17.00																															
A003	Taal voor het leven	18.00-20.00																															
A008	Kaarten	15.00-17.00																															
A009	Biljarten Welzijn Heerde	09.30-11.45																															
		09.30-12.00																															
		13.00-16.30																															
		13.30-16.00																															
A010	Repair café	14.00-16.00																															
A011	Verian Diëtiste	13.00-17.00																															
A012	Ouderensoos	14.00-16.00																															
A013	Studiekring	10.00-12.00																															
A014	Kaarten maken	09.15-11.30																															
A015	Handwerkcafé	13.15-15.30																															
A016	Creacub Welzijn Heerde	19.30-21.30																															
A017	Dia-avond Egypte	19.30																															
A018	Viattence Ergotherapie	11.00-12.00																															
A036	Help elkaar (inloop)	14.00-16.00																															

Programma Hof van Cramer februari

		FEBRUARI																												
Code		Tijd	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo
A001	Vérian Consultatie	07.30-14.00	•																											
A002	Bibliotheek	14.00-17.00	•																											
		18.00-20.00																												
A003	Taal voor het leven	15.00-17.00																												
A006	Workshop taart maken	14.00-16.30																												
A007	Dammen	13.30-16.00																												
A008	Kaarten	09.30-11.45	•																											
		09.30-12.00																												
A009	Biljarten Welzijn Heerde	13.00-16.30																												
		13.30-16.00	•																											
A010	Repair café	14.00-16.00																												
A011	Verian Diëtiste	13.00-17.00																												
A012	Ouderensoos	14.00-16.00	•																											
A013	Studiekring	10.00-12.00																												
A014	Kaarten maken	09.15-11.30																												
A015	Handwerkcafé	13.15-15.30																												
A016	Creacub Welzijn Heerde	19.30-21.30																												
A018	Viattence Ergotherapie	11.00-12.00																												
A019	Dia-avond Malta	19.30																												
A036	Help elkaar (inloop)	14.00-16.00	•																											

[illegible]

Programma Hof van Cramer april

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie januari

Code	JANUARI	Tijd																																	kosten
			vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo		
A023	Geheugentraining	14.30																																	
A024	Open maaltijd	17.00																																	
A026	Bewegingsactiviteit	14.30																																	
A028	Beter bewegen voor ouderen	14.45-15.30																																	
A030	Spelmiddag	14.30																																	
A031	Bingo	14.30																																	
A032	Optreden Sursum Corda	19.00																																	
A033	Dia's "Winter rond Wapenveld"	19.00																																	

Programma Rehoboth Oranjerie februari

Code	FEBRUARI	Tijd	maandag dinsdag woensdag dondag vrijdag zaterdag zondag																														kosten
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29		
A023	Geheugentraining	14.30	•																														
A024	Open maaltijd	17.00				•																											
A026	Bewegingsactiviteit	14.30																															
A028	Beter bewegen voor ouderen	14.45-15.30																															
A031	Bingo	14.30	•																														
A034	Zangmiddag met dhr. Bloois	14.30																															
A035	Ouderenkoor De Beukelaar	14.30																															
A037	Dia's/film dhr. Steenbergen	14.30																															

Programma Rehoboth Oranjerie maart

Code	MAART	Tijd	maandag dinsdag woensdag dondag vrijdag zaterdag zondag																															kosten
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
A023	Geheugentraining	14.30																																
A024	Open maaltijd	17.15																																
A026	Bewegingsactiviteit	14.30																																€ 12,00
A028	Beter bewegen voor ouderen	14.45-15.30																																€ 2,50
A031	Bingo	14.30																																€ 2,00
A038	Harry Kerkhof's Mode	14.30																																
A039	Marlon Mode	14.30																																
A040	Dia's/film dhr. Steenbergen	14.30																																

Programma Rehoboth Oranjerie april

		APRIL		Tijd																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
Code																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
A026	Bewegingsactiviteit																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
A028	Beter bewegen voor ouderen																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
A031	Bingo																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
A041	Harry Willems Ondermode																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
A042	Hoetink Schoenmode																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
		vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za	zon	ma	din	wo	do	vr	za</

Programma Fysiocentrum d'Olde Bank januari - april

Code	JANUARI	Tijd
A029	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15
	vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Code	FEBRUARI	Tijd
A029	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15
	ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29

Code	MAART	Tijd
A029	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15
	di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Code	APRIL	Tijd
A029	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15
	vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za zo ma di wo do vr za	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

CAFETARIA

Tegen inlevering van deze bon

10% korting

in onze snackbar

Vraag binnen naar de voorwaarden

't ZWARTE PAARD

WAPENVELD



Toelichting activiteiten

A001 - Vérián Consultatie

De jeugdgezondheidszorg, waaronder het consultatiebureau voor 0 tot 4-jarigen, staat aan de basis van de gezondheid van bijna alle Nederlandse kinderen. In Wapenveld is er iedere maandag consultatiebureau, uitgevoerd door Vérián. Voor een bezoek aan het consultatiebureau heeft u een afspraak nodig.

Daarnaast is er op maandagen van 13.00-13.30 uur een inloopspreekuur waar u terecht kunt met vragen over eten, slapen, opvoeding, huilen en ziektes. Ook is het mogelijk om uw kind te wegen. Het consultatie-bureauteam Wapenveld bestaat uit:

- Jacqueline Quint, jeugdarts
- Froukje Hoogenkamp, jeugdverpleegkundige
- Ina Rave en Annie Keijl, assistenten consultatiebureau.

A002/A003 - 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 donderdagmiddag is de bibliotheek open, doordat 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.

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! Wil je weten hoe dat gaat? Bekijk dan dit filmpje! www.youtube.be/u3gJPPwRbrg.

De Bibliotheek Noord-Veluwe is op zoek naar gezinnen met kinderen tussen de 2 en 9 jaar en naar vrijwilligers die willen gaan voorlezen in deze gezinnen.

Nationale voorleesdagen

Van 27 januari tot en met 6 februari 2016 worden weer de Nationale Voorleesdagen georganiseerd. Tijdens deze dagen gaat het om het bevorderen van voorlezen aan kinderen die zelf nog niet leesvaardig zijn.



Het ideale moment om voorlezen centraal te stellen, want voorlezen maakt van kleintjes grote lezers! Het prentenboek dat deze keer centraal staat is: *We hebben er een geitje bij!* van Marjet Huiberts en illustrator Iris Deppe.

Kijk voor meer informatie op www.nationalevoorleesdagen.nl. De Bibliotheek Noord-Veluwe heeft voor de voorschoolse instellingen en groep 1 en 2 van de basisscholen een programma, waarvoor ingetekend kon worden. Peuters en kleuters die nog geen lid zijn kunnen tijdens de Nationale Voorleesdagen gratis lid worden en krijgen bovendien een kleine attentie.

Lokale finale van de nationale voorleeswedstrijd van de Gemeente Heerde

Op donderdag 4 februari 2016 zal de lokale finale van de nationale voorleeswedstrijd van de Gemeente Heerde plaatsvinden in MFA "De Heerd" in Heerde. Vorig jaar was de winnaar een kandidaat van de Goede Herderschool uit Wapenveld. Wie zal het in 2016 worden? Ook dit jaar zal Radio 794 bij de voorleesavond aanwezig zijn om verslag te doen.

Groepsbezoeken groep 6

In maart 2016 kunnen scholen met groep 6 de bibliotheek bezoeken. Het groepsbezoek heeft de titel "bibliotheek-medewerker gezocht".

De leerlingen voeren in tweetallen opdrachten uit betreffende catalogusvragen, leesboeken, informatieve boeken sorteren, zoeken/vinden en internetvragen.

Het doel is om kinderen op diverse manieren te leren zoeken.

A006 - Workshop taart maken voor kinderen

Welke kinderen zijn er niet gek op taart. En wat is er nog lekkerder om je eigen gemaakte taart op te eten. Zaterdag 6 februari 2016 krijg je de kans om in de Hof van Cramer mee te doen aan een kinderworkshop taart versieren. Hierbij gaan we ieder een taartje vullen en bekleden en daarna naar eigen wens versieren. Heb jij ook plezier in taarten maken en bezig zijn met marsepein? Of wil je dat eens uitproberen? Ben je tussen de 7 en 13 jaar? Kom dan gezellig, samen met een vriendje of vriendinnetje of alleen. Je gaat naar huis met een taartje dat je met je familie gezamenlijk kan opeten! Het is van 14:00 uur tot 16:30 uur en de kosten van deelname zijn € 12,50 per persoon. Opgave bij Ton Hulsebos, tel. 06-51259370 of per mail: tonhulsebos@verian.nl.

A007 - Dammen in de Hof van Cramer

Dammen is een leuke ontspannen sport en het houdt de hersenen scherp. Dammen is voor alle leeftijden. Op



woensdagmiddag 10 februari 2016 krijgen kinderen en volwassenen de kans om gezellig met elkaar een potje te dammen. Leden van de damvereniging "Ons Genoegen" zijn aanwezig om de beginnende dammers te helpen en hen van tips en trucs te voorzien.

Vanaf 13:30 uur tot 16:00 uur krijgt een ieder de gelegenheid om één of meerdere potjes te spelen.

Kom gerust met je vriendje, vriendinnetje, of oma/opa naar de Hof van Cramer toe. Deelname is gratis. Tijdens het dammen is de Bibliotheek Noord-Veluwe ook geopend.

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

A008 - Kaarten

Wekelijks is er op dinsdagochtend van 09.30 uur tot 11.45 uur kaarten in de Hof van Cramer. Men kan een potje jokeren 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 - Biljarten in de Hof van Cramer

In de Hof van Cramer staan twee biljarttafels. Deze worden door groepen deelnemers gebruikt 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. De eigen bijdrage is € 2,20 per keer. U kunt op de tijden van het biljarten gerust een keer langs komen om kennis te maken met deze leuke sport en de sfeer te proeven in de ontmoetingsruimte van de Hof van Cramer.

Loopt u zelf rond met het idee rond om een biljartgroep te starten, dan willen we met u kijken naar de mogelijkheden die er zijn. Informatie is te verkrijgen bij Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.



Weggoaien? *Mooi niet!*



A010 - Laat uw kapotte spullen repareren bij Repair Café Wapenveld

Iedere 2e dinsdag van de maand is er Repair Café in de Hof van Cramer. Tussen 14:00 uur en 16:00 uur kunnen inwoners van Wapenveld e.o. hier met hun kapotte spullen terecht.



Wat is een Repair Café? Handige vrijwilligers helpen bij het repareren van elektrische spullen, computers, kleding, houtwerk en speelgoed. We leven in een wegwerpmaatschappij. Vaak is er maar iets kleins mis, wat prima te repareren is. Dat spaart geld, grondstoffen en energie. Repareren is goed voor het milieu en het geeft ook voldoening als spullen weer een tweede leven krijgen. Gereedschap en materialen zijn aanwezig. De toegang en een kop koffie is gratis, een vrijwillige bijdrage is welkom. De Repair Cafés vinden plaats op de volgende data:

12 januari 2016, 9 februari 2016, 8 maart 2016, 12 april 2016, 10 mei 2016 en 14 juni 2016.

Tijdens het Repair Café kunt u ook oude mobiele telefoons en cartridges inleveren. De opbrengst hiervan komt ten goede aan Kika, het kinderkankerfonds. Meer informatie is te verkrijgen 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, een frisdrank en iets hartigs. Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.

A013 - Studiekring Wapenveld

Iedere laatste woensdag van de maand komt de Studiekring Wapenveld bijeen in de Hof van Cramer. De kring bestaat uit een aantal 55+ers, die een ruime belangstelling hebben in actuele, wetenschappelijke, culturele en andere zaken. Bij toerbeurt houden leden van de kring korte voordrachten waarover van gedachten gewisseld kan worden. De studiekring komt in de ochtend bijeen om 10.00 uur. Onder het genot van een kopje koffie of thee met iets erbij wordt eerst van gedachten gewisseld over een of meerdere actuele onderwerpen. Na een korte pauze komt het onderwerp, aangedragen door een der leden aan de beurt. Dit kunnen allerlei onderwerpen zijn. Naar aanleiding van het gebodene gaat men in gesprek met elkaar. Deelname aan deze kring is geheel vrijblijvend. Er worden beslist geen eisen gesteld aan het kennisniveau. Wel kan het raadzaam zijn een brede interesse in allerlei zaken te hebben daar de aangedragen materie zeer divers van aard kan zijn. Om de onkosten te dekken wordt een bijdrage van € 1,70 verwacht. Daarvoor krijgt men tweemaal koffie of thee met iets erbij en wordt het gebruik van de locatie vergoed. De ochtenden eindigen rond 12.00 uur.



A014 - Wenskaarten maken

Iedere week is er op donderdagochtend een kaartmaakclub in de Hof van Cramer actief. Er worden uiteenlopende wenskaarten gemaakt in verschillende technieken. Diverse apparatuur is aanwezig om de mooiste 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.

De kosten van deelname bedragen € 1,70 per keer.

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



A015 - Handwerkcafé

Dé plek voor liefhebbers van textiele werkvormen en handwerk om elkaar te ontmoeten. Het is een inloopcafé en iedereen werkt aan een eigen handwerk verder. In een ongedwongen sfeer elkaar ontmoeten, inspireren en, waar nodig, verder helpen. Breien, haken, borduren, quilten en meer. Gezelligheid en leuke sociale contacten op doen is evenzo belangrijk. De deelnemers vinden het fijn, dat men dezelfde hobby kan delen en tips van elkaar kan opdoen. Het handwerkcafé is op donderdagmiddag van 13:15 uur tot 15:30 uur. De eigen bijdrage is € 1,70 (inclusief koffie of thee). Kom gerust eens binnen kijken.

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

han@hltw.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
06-16715746
Parkweg 2
8191 JL Wapenveld

 **Gratis huisbezoek!**

A016 - Creacub Hof van Cramer

Eén keer per veertien dagen is er op donderdag (even weken) 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: bloem-schikken, 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.

A017 - Dia-avond Egypte

Op woensdag 20 januari 2016 zal een diapresentatie gegeven worden over Egypte, juweel aan de Nijl. Jaap Bonhof zal aan de hand van eigengemaakte opnamen de aanwezigen meenemen naar Cairo, waarna de beroemde piramiden en de sfinx getoond worden. Via Memphis en Sakkhara gaat men naar Luxor, waar de beroemde tempel van Karnak uitgebreid wordt bezocht. Uiteraard ontbreekt de Luxortempel en het dal der Koningen niet. Via Edfu verder zuidwaarts naar Aswan, waar het eiland Elephanta bezocht wordt. Ook de stuwdam over de Nijl, waarachter het grootste stuwmeer ter wereld ligt wordt aangedaan. Men vaart naar het eilandje Philiae waar een bijzondere tempel gewijd aan de koe-god Hathor de moeite van het bezoek waard is. Een bijzondere reis met veel natuur, cultuur en fraaie landschappen. De diapresentatie begint om 19.30 uur en iedereen is van harte welkom.



A018 - Ergotherapie

Het is prettig als dagelijkse handelingen als 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 voor 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).



A019 - Dia avond Malta

Op woensdag 17 februari 2016 zal Jaap Bonhof een diapresentatie geven over Malta. Deze avond brengt men een bezoek aan het eilandstaatje Malta. Malta bestaat uit drie eilanden, waarvan het kleinste bijna onbewoond is. Het hoofdeiland met dezelfde naam herbergt de hoofdstad Valetta, bekend uit de kruisriddertijd. Deze havenstad kent een zeer gevarieerde architectuur en historie. Naast Italiaanse invloeden ziet men ook een duidelijke link naar het Midden Oosten en Italië. Uiteraard zijn ook Engelse invloeden aanwezig daar Malta langdurig een Engelse kolonie was. Vooral de markante jaren '50 bussen zijn hiervan een voorbeeld. Op Malta vinden we ook prachtige steden als Medina, Rabat en Marsaxxlok met zijn kleurrijke en markante vissershaven. Per boot maken wij een mini cruise naar het zustereiland Gozo, waar we prehistorische tempels bezoeken, fraaie kusten aanschouwen en genieten van het spectaculaire landschap. De avond begint om 19.30 uur en iedereen is van harte welkom.

A028 - Beter bewegen voor ouderen

Deze activiteit is wekelijks op donderdagmiddag in de grote zaal 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

Wekelijks op donderdagochtend in de fitnesszaal van Fysiocentrum d'Olde Bank 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.

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 informatie-punt geopend en is een persoonlijk gesprek mogelijk in de Hof van Cramer, Putterweg 2a, Wapenveld. De werkgroep "Help Elkaar" is verder telefonisch te bereiken op tel. 06-37511545 en via mail helpelkaarwapenveld@gmail.com of facebook.

A046 - Dia avond en fietstocht over voorjaar

Op woensdag 16 maart 2016 wordt een dia-avond gehouden met als thema voorjaar. Jaap Bonhof neemt ons mee in de



fraaie natuur van onze afwisselende omgeving. Deze avond, waar naast de bossen ook de IJsselvallei ruime aandacht krijgen wordt gehouden in samenwerking met het IVN en de historische vereniging Hattem. (vervolg op pagina 31)



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

Naast de natuur in al haar glorie komen ook historische aspecten om de hoek kijken. Zo wordt de geschiedenis van Landgoed Molencaten belicht, waar bijzondere verhalen te vertellen zijn over de Spaanse graven. De avond begint om 19.30 uur en iedere geïnteresseerde is van harte welkom. Daarnaast ligt het in de bedoeling een fietstocht te houden op zaterdag 19 maart 2016. Het accent zal liggen op en rond het Landgoed Molencaten maar ook het IJsselgebied krijgt ruime aandacht. Ook deze tocht wordt begeleid door het IVN, die de deelnemers meeneemt in de geheimen van de natuur in dit jaargetijde. De tocht start bij de Hof van Cramer om 13.00 uur en eindigt rond 16.00 uur. Diapresentatie en fietstocht kunnen uiteraard ook onafhankelijk van elkaar worden beleefd.

A047 - Taxatiedag en veiling in de Hof van Cramer

Op dinsdag 5 april 2016 wordt voor de tweede maal een kunst en antiek taxatiezitting gehouden. Beëdigd taxateur Jaap Bonnhof zal die dag diverse zaken bekijken. Deze taxatie, waarvoor een kleine bijdrage wordt gevraagd, zal plaatsvinden in de middag tussen 14.00 uur en 17.00 uur. Ook kan men 's avonds terecht tussen 19.00 uur en 21.00 uur. Er bestaat de mogelijkheid om getaxeerde goederen in te brengen voor een veiling, die gehouden zal worden op zaterdag 9 april 2016. Men kan ook goederen inbrengen zonde deze te laten taxeren. In de loop van deze week wordt een beknopte catalogus gemaakt, waarna er een kijkdag is op vrijdag 8 april 2016 's middags tussen 14.00 uur en 17.00 uur en 's avonds tussen 19.00 uur en 21.00 uur. De ingebrachte zaken worden door Jaap Bonnhof geveild op zaterdagmiddag 9 april 2016 vanaf 14.00 uur. De taxatiebijdragen alsmede de veilingkosten komen ten goede aan de Hof van Cramer en de twee adoptiezonen van Jaap Bonnhof. Het ligt in de bedoeling ieder half jaar een taxatie en veiling te organiseren. De eerste maal dat dit werd gedaan was in oktober 2015.



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. Vrijwilligers zetten zich voor allerlei zaken in. De Hof van Cramer kan nog wel wat versterking gebruiken. We zoeken mensen die gastheer/gastvrouw willen zijn bij diverse activiteiten, bibliotheekwerkzaamheden willen doen en vrijwilligers die kinderactiviteiten willen organiseren.

Heeft 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. 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.

Valpreventie in Wapenveld

De gezamenlijke fysiotherapiepraktijken in Wapenveld hebben in samenwerking met de oefentherapeut en de ergotherapeut een programma opgezet 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, ontwikkelden wij een unieke aanpak van dit steeds groter wordende probleem.



In 2015 organiseerden we al 2x een informatiemiddag over valpreventie en in aansluiting daarop starten we in januari 2016 met de eerste cursus. Deze cursus zal bestaan uit 4 bijeenkomsten op maandagochtend, 2 keer in Fysiocentrum d'Olde Bank en 2 keer bij Fysio+Fitness Noord-Oost-Veluwe, gecombineerd met een bezoek aan de beweegtuin van Rehoboth en desgewenst met een (huis)screening van de ergotherapeut. Aan het begin en het eind van de cursus zal een (balans-)test worden uitgevoerd. De kosten bedragen € 50,- voor de hele cursus. We starten op 11 januari 2016 om 10.30-12.00 uur in Fysiocentrum d'Olde Bank. Volgende data: 18 en 25 januari 2016 en 1 februari 2016 van 11.00-12.00 uur.

Er liggen inschrijfflijsten bij de beide fysiotherapiepraktijken, de Hof van Cramer, de huisartsen en bij Rehoboth. Via mailadres fysiotherapiewapenveld@outlook.com kan men zich ook inschrijven.

Minicursus Ontspannen

De Zorggroep Wapenveld, een samenwerkingsverband van de fysiotherapeuten, oefentherapeut en logopedist van Fysiocentrum d'Olde Bank en Psychologiepraktijk Verkade zijn bezig met de minicursus "Ontspannen op verschillende manieren" die in het voorjaar 2016 zal plaatsvinden in de vorm van een tweetal avonden in Fysiocentrum d'Olde Bank (nadere informatie en data volgen, zie daarvoor ook www.fysiodoldebank.nl). We zullen dan vooral praktisch aan de slag gaan. De zorggroep is ook bezig met het gezamenlijk uitwerken van een aantal andere gezondheids-onderwerpen, maar meer informatie daarover maken we pas op een later tijdstip bekend!

SeniorWeb en overstappen naar Windows 10



Leercentrum Seniorweb Heerde/Wapenveld organiseert een overstapcursus voor senioren die de overstap willen maken of misschien al hebben gemaakt, maar graag een korte introductie van de nieuwe onderdelen willen krijgen.

Deze overstapcursus omvat 3 lessen waarin de volgende onderdelen aan de orde kunnen komen:

- het gebruik van de startknop, de tegels aanpassen;
- app's toevoegen aan het startmenu;
- speciale aandacht voor de privacy instellingen;
- u leert surfen met Microsoft Edge, de nieuwe browser;
- u gaat de Microsoft Store gebruiken, daarvoor is een Microsoft account nodig;
- u gaat OneDrive gebruiken, de Cloud-opslag van Microsoft;
- u leert de virtuele bureaubladen gebruiken.

Er wordt in een rustig tempo les gegeven aan een groep van maximaal 5 à 6 deelnemers. U gebruikt uw eigen laptop waarop Windows 10 geïnstalleerd moet zijn. Om goed op uw bestaande ervaring te kunnen aansluiten, verzoeken wij u bij aanmelding op te geven of u overstapt vanaf Windows 7 of Windows 8/8.1, zodat wij daar bij de indeling van de groepen rekening mee kunnen houden.

Kosten: € 25,50 exclusief lesmateriaal.

Wanneer: op vrijdagochtenden van 09.00 uur tot 10.30 uur.

Waar: Hof van Cramer (bibliotheek), Putterweg 2a in Wapenveld.

Informatie: zie onze websites www.wapenveld.seniorweb.nl of www.heerde.seniorweb.nl.

Aanmelden: via onze websites www.wapenveld.seniorweb.nl/aanmelden of www.heerde.seniorweb.nl/aanmelden, per mail naar seniorwebheerde@gmail.com of telefonisch van maandag tot en met donderdagochtend, tel. 0578-720001.

Blauwe envelop en SeniorWeb

In de vorige uitgave van dit blad noemden we 2017 als het jaar waarin onze overheid alles digitaal wil gaan afwerken. Het kan u niet ontgaan zijn dat daar al druk mee begonnen is. In de kranten heeft u kunnen lezen dat begin 2016 al de “beruchte” blauwe enveloppen gedeeltelijk gaan verdwijnen. Als u nu denkt “daar kom ik mooi van af” dan heeft u het mis want uw post van de overheid komt dan in de “Berichtenbox” (een digitale brievenbus van iedere Nederlander) binnen. Natuurlijk is er een overgangsperiode van papier naar digitaal, maar dat de correspondentie met de gemeente, waterschappen en nutsbedrijven straks allemaal digitaal gaat, staat wel vast. SeniorWeb wil u daarom, door voorlichting en cursussen, een steuntje in de rug bieden.

Zo willen we u op weg helpen in deze voor vele senioren onbekende materie. Werken met het DigiD en het digitale loket van de gemeente Heerde zijn slechts twee onderdelen van de cursussen waarin ook aandacht is voor het werken met webformulieren. 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 06-51259370.



Facebook en SeniorWeb

Er gaat geen dag voorbij of u komt in aanraking met zogenaamde sociale netwerken, Facebook en Twitter zijn 2 veel gebruikte netwerken. Oma's en opa's worden dagelijks geconfronteerd met opmerkingen van hun kleinkinderen als "Kom jij ook op Facebook, oma?". Verenigingen en bedrijven in Wapenveld hebben een Facebook pagina waarop zij over de wetenswaardigheden en activiteiten actueel verslag doen en acties aankondigen.

Veel senioren weten niet wat de mogelijkheden van Facebook zijn en hoe met Facebook om te gaan; daarom organiseert Seniorweb een cursus "Facebook voor senioren" die in januari of februari 2016 zal starten. U leert het aanmelden bij Facebook en het gebruiken ervan. Speciale aandacht zal worden besteed aan de privacy aspecten van uw Facebook profiel/account. Ook leert u "vrienden" zoeken en berichten plaatsen. Voor veel senioren een nieuwe mogelijkheid om oude bekenden op te sporen of opgespoord te worden door bijvoorbeeld schoolgenoten of ex-collega's.

Kom eens langs en haal onze overzichtsbrochure met het overzicht van het programma. Kijk op onze website www.wapenveld.seniorweb.nl of bel met Ton Hulsebos 06-51259370.

Oefenen met Skype bij Leercentrum SeniorWeb Heerde/Wapenveld

Niets is leuker dan gratis videobellen met familie en vrienden, vooral als deze veraf of zelfs in het buitenland wonen. Regelmatig uw (klein)kinderen zien en horen en hun ervaringen delen door met de ingebouwde camera van uw tablet, smartphone of laptop hun werkstukken te bekijken.

Vooral met de tablet en smartphone is het leuk om de omgeving te laten zien van bijvoorbeeld uw of hun vakantiebestemming. Het Leercentrum organiseert daarom een workshop voor senioren die eens met deze mogelijkheden willen kennismaken.

Deze workshop omvat de volgende onderdelen:

- inleiding, bespreking knoppen en menu's;
- contactpersonen zoeken en invoeren;
- een videogesprek of audiogesprek tot stand brengen via Wifi;
- een gesprek beëindigen;
- afmelden bij Skype (u ontvangt geen gesprekken meer tot u weer aangemeld bent).

Er wordt in een rustig tempo les gegeven aan een groep van maximaal 5 à 6 deelnemers.

U werkt met uw eigen apparaat waarop Skype geïnstalleerd moet zijn. Gebruikt u Skype alleen op uw pc, dan zijn er enige laptops met Skype beschikbaar om toch te oefenen.

Is Skype nog niet geïnstalleerd op uw apparaat, dan kunnen onze vrijwilligers dit voorafgaand aan de workshop verzorgen; dit kan vanaf 15.00 uur op de dag van de workshop. Wilt u hier gebruik van maken geef dit dan even op bij de aanmelding. Geschikt voor iPad en Android-tablet, Smartphones, Windows 7/8.1/10.

Aantal lessen: de cursus omvat 1 les.

Kosten: € 8,50 per persoon zonder cursusboek en € 17,00 met Visual Steps cursusboek (bij aanmelden opgeven).

Wanneer: op donderdagmiddag 28 januari 2016 van 15.30 tot 17.00 uur.

Waar: MFA "De Heerd", Griftstraat 8, Heerde.

Informatie: zie onze websites <http://wapenveld.seniorweb.nl> of <http://heerde.seniorweb.nl>.

Aanmelden: via onze websites www.wapenveld.seniorweb.nl/aanmelden of www.heerde.seniorweb.nl/aanmelden, per mail naar seniorwebheerde@gmail.com of telefonisch van maandag tot en met donderdagochtend, tel. 0578-720001.



Steunpunt voor mantelzorgers en vrijwilligers in de gemeente Heerde

Mantelzorg

Onderstaand een aantal activiteiten voor de 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 diëtiste, ergotherapeut, waar kan ik terecht met mijn hulpvraag, informatie van notaris enzovoort. De bijeenkomsten door ds. Gert Wijnstok hebben te maken met zingeving. Hoe ga ik onder andere van uit mijn gevoel/geloof om met woede, verdriet, onmacht enzovoort.

Recht de rug voor mannelijke mantelzorgers

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

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 een goed overzicht wat er in de gemeente (en nabije omgeving) aan mogelijkheden zijn om de mantelzorgers even te ontlasten.

Organisaties kunnen bij De Plu terecht met vragen/tips hoe om te gaan met de mantelzorgers.

Vrijwilligers

De Plu help 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 het vrijwilligerswerk. Deze jonge vrijwilligers kunnen meedoen aan Graag Gedaan, 4 keer per jaar, buiten schooltijd 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.

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



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 contact-personen, 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! 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.



Ouderen krijgen hulp bij belastingaangifte

Welzijn Heerde organiseert in de maand maart 2016 een aantal dagdelen hulp aan ouderen bij het invullen van het belasting-formulier. Er kan tegen een geringe vergoeding hulp geboden

worden bij het invullen van de aangifte Inkomstenbelasting 2015 en het aanvragen of wijzigen van huur- of zorgtoeslag. Ook als u geen aangiftebrief heeft ontvangen, kan het team voor u berekenen of u voor belastingteruggave in aanmerking komt. De belastinginvulservice is aanwezig in de Hof van Cramer, Putterweg 2a in Wapenveld op donderdag 17 maart 2016 van 09.30-12.30 uur. Daarnaast worden er een aantal bijeenkomsten in Heerde gepland. Het is noodzakelijk dat u van te voren een afspraak maakt met de receptie van het CJG, telefonisch bereikbaar op maandag, dinsdag- woensdag- en donderdag-ochtend via tel. 0578-720001. Wat moet u meenemen? Een kopie van de aangifte van 2014 met uw DigiD inlogcode. Jaaropgaven inkomen, verklaring huisarts/diëtist bij dieetaftrek, tandartskosten, zelf betaalde ziektekosten, reiskosten naar artsen. Giften aan de hand van bankafschriften bijvoorbeeld aan kerk e.d. De WOZ-beschikking 2015 van de gemeentelijke belastingen (waardepeildatum 1 januari 2014). Eventueel betaalde hypotheekrente. Bij vermogen (hoger dan het heffingsvrij vermogen): overzicht van spaarrekeningen op 1 januari 2015.

Oprichting inspiratiegroep in Wapenveld

In de Hof van Cramer doet men een oproep aan de inwoners van Wapenveld om zitting te gaan nemen in de inspiratiegroep. Wilt u een bruisend middelpunt creëren voor de inwoners van je dorp dan ligt hier u kans om mee te doen. Er gebeuren al tal van activiteiten door diverse groepen in de Hof van Cramer. Maar er kan nog meer. Heeft u frisse, inspirerende ideeën, dan willen wij u graag uitnodigen om mee te doen. Allerlei leeftijden horen vertegenwoordigd te zijn. De Hof van Cramer is er immers voor iedereen. We denken aan een viertal bijeenkomsten per jaar, waarin ideeën geventileerd worden, die ook uitgewerkt gaan worden. Daarnaast zijn er doeners nodig, die de handen uit de mouwen willen steken en voor anderen wat willen organiseren. Blijf niet aan de kant staan, maar doe mee.

De Hof van Cramer is van en voor de Wapenvelders. Wil u ook iets doen, neem dan contact op met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370 of per mail: tonhulsebos@verian.nl.

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

COLOFON

Redactie

Maarten Heesen

Ton Hulsebos

Monique Boonstra

Marijke van der Heide-Bredewout

Jan Regterschot

Vormgeving en opmaak

Jasper de Jong

Deelnemende/samenwerkende organisaties:



Huisartsenpraktijk Wapenveld
Apotheekhoudend





**hof van
cramer**