



Programmaboekje

september 2017 - februari 2018



hof van
cramer

VOORKOM UITGLIJDEN !

NOOIT MEER GLADDE VLOEREN MET LODEWIJK VLOERGRIP



- Vakkundig aangebracht
- Direct beloopbaar
- Langdurige werking
- Tilt uw vloertegels niet aan
- Hygiënisch (schabeïterend)
- Oudschone antislipbehandeling
- Voordelig geprijsd

Jaarlijks belanden meer dan 24.000 mensen in het ziekenhuis door een val vanwege uitglijden. Gladde vloeren als gevolg van vochtigheid zijn een belangrijke oorzaak van dit soort ongevallen. Voorkom problemen en zorg dat uw vloer wel veilig is. Met de unieke poriënbehandeling Lodewijk Vloergrip wordt uw badkamervloer zonder ingrijpende aanpassingen of aantasting van uw tegels (geen coating of etsproduct) weer veilig beloopbaar.

Lodewijk Vloergrip wordt door ons aangebracht op uw tegelvloer en is enkele minuten na aanbrengen volledig beloopbaar, ook met blote voeten. Dit innovatieve antislipproduct is milieuvriendelijk, volledig biologisch afbreekbaar en bevat géén gevaarlijke oplosmiddelen of giftige chemicaliën. Daarnaast remt de unieke formule de opbouw van schadelijke bacteriën. Bovendien kan het product overal waar natte en gladde vloeren een risico vormen worden toegepast, in uw badkamer, keuken, woonkamer of hal.

Benieuwd naar onze producten & diensten, of wilt u een afspraak maken? Neem gerust contact met ons op.

06 167 157 46
han@hltw.nl
www.hltw.nl



HvC - een levendig ontmoetingscentrum

In de loop van de jaren is de Hof van Cramer een goed bezocht ontmoetingscentrum geworden. In de Hof van Cramer kunt u tijdens openingstijden de bibliotheek bezoeken. Maar ook voor advies over Wmo, jeugdzorg, welzijn en financiën in de gemeente Heerde bent u in Hof van Cramer aan het juiste adres. Of het nu over maatschappelijke ondersteuning gaat of om jeugdhulp, onderwijs, wonen of werk en inkomen, iedereen is van harte welkom. Zorgvragers en mantelzorgers.

In samenwerking met WZU Veluwe worden in de Hof van Cramer tal van activiteiten georganiseerd voor inwoners van Wapenveld en omstreken. Velen weten de weg inmiddels te vinden naar de Hof van Cramer. Voor een creatieve middag, het Repair Café, een interessante lezing of gewoon voor een ontmoeting met anderen onder het genot van een kopje koffie.

Voor activiteiten bent u ook welkom bij WZU Veluwe in woonzorgcentrum Rehoboth aan De Vree. De samenwerking beperkt zich namelijk niet tot activiteiten in de Hof van Cramer. Voor bepaalde activiteiten is ook het woonzorgcentrum zeer geschikt om elkaar te ontmoeten. Zo is daar bijvoorbeeld op donderdag een beweeggroep actief en op de dinsdag in de even weken is er een bingomiddag waar ook inwoners uit het dorp van harte welkom zijn. Naast diverse open activiteiten is er voor mensen met dementie ook de mogelijkheid om deel te nemen aan dagbestedingsgroep Berkenhof in Rehoboth. Zo biedt het woonzorgcentrum voor veel Wapenvelders een prettige plek. Voor een bezoek of als een veilige woonomgeving.

De activiteiten die in de Hof van Cramer worden georganiseerd, leest u in dit boekje. De activiteiten in het woonzorgcentrum Rehoboth leest u in het cliëntenblad van WZU Veluwe, verkrijgbaar bij de receptie van het woonzorgcentrum. De medewerkers en vrijwilligers van de Hof van Cramer en WZU Veluwe - Rehoboth - hopen u te ontmoeten. Wij heten u welkom op beide locaties!

HEETKAMP

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEKEN

Heetkamp Orthopedische Schoentechnieken BV:

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

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

Gratis adviessprekuren: 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

Algemene informatie

Bezoekadres

Dorpsontmoetingscentrum Hof van Cramer

Putterweg 2d

8191 AZ Wapenveld

🌐 www.hofvancramer.nl

f facebook.com/hofvancramer

🐦 twitter.com/HofCramer

Openingstijden

Maandag tot en met vrijdag van 09.00-17.00 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 en Stentor 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 Ton Hulsebos (06-51259370) of Maarten Heesen (06-45403527).

AA&F Wapenveld
Klapperdijk 19-A
8191 AC Wapenveld
T 038 4479789
M 06 11432174
wapenveld@aa-f.nl
www.aa-f.nl

Aangesloten bij Register Belastingadviseurs

advies
administratie
fiscaliteiten

Bedrijfsadvies

Belastingadvies

Salarisadministratie

Online boekhouden

Belastingadviseurs met één doel: úw succes!

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

Door het jaar heen plannen wij informatiebijeenkomsten. 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.

Hoveniersbedrijf



Ontwerp, aanleg en onderhoud

Tel. 06 30 08 18 77 Email. info@fikshoveniersbedrijf.nl

www.fikshoveniersbedrijf.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.

Programma Hof van Cramer september 2017

Code	SEPTEMBER	Tijd	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	oktober
A001	Verian Consultatie	07.30-14.00																															
A002	Verian Inloopspreekuur	13.00-13.30																															
A003	Bibliotheek	14.00-17.00																															
A004	Taal voor het Leven	18.00-20.00																															
A005	Taalpunt - voorlichting	15.00-17.00																															
A006	Taalpunt - voorlichting	18.00-20.30																															
A007	Kaarten	13.30-16.30																															
A008	Bijlarten Welzijn Heerde	08.30-11.45																															
A009	Repair Café	06.00-12.00																															
A010	Repair Café	13.00-16.00																															
A011	Verian Dietist	14.00-16.00																															
A012	Ouderensoos	11.00-17.00																															
A013	Studiegroep 50+	14.00-16.00																															
A014	Kaarten maken	10.00-12.00																															
A015	Handwerkcafé	09.15-11.30																															
A016	Handwerkcafé	13.15-15.30																															
A017	Creasclub Welzijn Heerde	15.30-21.30																															
A018	Creasclub Welzijn Heerde	19.30-21.30																															
A019	Creasclub Welzijn Heerde	16.30-21.30																															
A020	Sjoelen	13.30-15.30																															
A021	Workshop Edith Westendorp	13.30-15.30																															

Programma Hof van Cramer oktober 2017

Code	OKTOBER	Tijd	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	oktober
A001	Verian Consultatie	07.30-14.00																																
A002	Verian Inloopspreekuur	13.00-13.30																																
A003	Bibliotheek	14.00-17.00																																
A004	Taal voor het Leven	18.00-20.00																																
A005	Taalpunt - voorlichting	15.00-17.00																																
A006	Taalpunt - voorlichting	18.00-20.30																																
A007	Kaarten	13.30-16.30																																
A008	Bijlarten Welzijn Heerde	08.30-11.45																																
A009	Repair Café	06.00-12.00																																
A010	Repair Café	13.00-16.00																																
A011	Verian Dietist	14.00-16.00																																
A012	Ouderensoos	11.00-17.00																																
A013	Studiegroep 50+	14.00-16.00																																
A014	Kaarten maken	10.00-12.00																																
A015	Handwerkcafé	09.15-11.30																																
A016	Handwerkcafé	13.15-15.30																																
A017	Creasclub Welzijn Heerde	15.30-21.30																																
A018	Creasclub Welzijn Heerde	19.30-21.30																																
A019	Creasclub Welzijn Heerde	16.30-21.30																																
A020	Sjoelen	13.30-15.30																																
A021	Workshop Edith Westendorp	13.30-15.30																																

[illegible]

Programma Hof van Cramer december 2017

[illegible]

Code	JANUARI	Totaal
A001	Vérian Constatore Vérian Inloepspraakuur	07.30-14.30 \$ 0.00 \$ 0.30 \$ 0.00 \$ 0.30
A002	Bibliothèque	\$ 4.00 \$ 7.00 \$ 4.00 \$ 0.00
A003	Taal voor het Leven	\$ 0.00 \$ 7.00
A004	SACS Open Glemmingsdag	\$ 0.00 \$ 0.00
A005	Kaarten	09.30-11.45 \$ 0.00 \$ 0.00
A006	Biljarten Weizijn Meerde	09.00-10.00 \$ 0.00 \$ 0.00
A007	Vérian Olféist	\$ 0.00 \$ 0.00
A008	Oudersspoor	\$ 0.00 \$ 0.00
A009	Studiegroep 504	\$ 0.00 \$ 0.00
A010	Kaarten maken	09.15-11.30 \$ 0.00 \$ 0.00
A011	Handwerkcafé	\$ 0.00 \$ 0.00
A012	Creacub Weizijn Meerde	\$ 0.00 \$ 0.00
A013	Detton College	\$ 0.00 \$ 0.00
A014	Stoelen	\$ 0.00 \$ 0.00

Programma Hof van Cramer februari 2018

Code	FEBRUARI	Tijl	000	001	002	003	004	005	006	007	008	009	010	011	012	013	014	015	016	017	018	019	020	021	022	023	024	025	026	027	028	029	030	031	032	033	034	035	036	037	038	039	040	041	042	043	044	045	046	047	048	049	050	051	052	053	054	055	056	057	058	059	060	061	062	063	064	065	066	067	068	069	070	071	072	073	074	075	076	077	078	079	080	081	082	083	084	085	086	087	088	089	090	091	092	093	094	095	096	097	098	099	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
A004	Vérian Consultatie	00:30-14:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		</

Programma Rehoboth Oranjerie september 2017

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie oktober 2017

[illegible]

Programma Rehoboth Oranjerie november 2017

Code	NOVEMBER	Tyd	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	Koste
A023	Geheugentraining	14.30																															
A024	Open maaltijd	17.00																															
A025	Beter beweëen voor ouderen	14.30																															
A026	Bewoëen in die kring	14.30																															
A027	Bingo	14.30																															
A028	Craai middag	14.30																															
A029	Dia's/film	14.30																															
A030	Spelmiddag (soos)	14.30																															
A031	Dialect Koor Apeldoorn	19.00																															
A032	Dia's "Geschiedenis van Elburg"	19.00																															

Programma Rehoboth Oranjerie december 2017

Code	DECEMBER	Tyd	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	Koste
A023	Geheugentraining	10.00-11.00																																
A024	Open maaltijd	14.30																																
A025	Beter beweëen voor ouderen	17.00																																
A026	Bewoëen in die kring	14.30																																
A027	Bingo	14.30																																
A028	Maandsluiting	14.30																																

Programma Rehoboth Oranjerie januari 2018

Code	JANUARI	Tyd	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	Koste
A023	Geheugentraining	10.00-11.00																																
A024	Open maaltijd	14.30																																
A025	Beter beweëen voor ouderen	17.00																																
A026	Bewoëen in die kring	14.30																																
A027	Bingo	14.30																																
A028	Maandsluiting	14.30																																

Programma Rehoboth Oranjerie februari 2018

Code	FEBRUARI										Totaal																														Koste																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	di	wo	do	vr	sa	son	ma	

		SEPTEMBER																								Kosten							
Code	Tijd	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		
A020	Beter bewegen voor iedereen																																€ 2,50

Code	OKTOBER												Tijd													Kosten																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
A020	10.30-11.15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														</

Code	NOVEMBER												Tijd													Kosten						
A020	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		
A020	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	€ 2,50	
Beter bewegen voor iedereen																																
10.30-11.15																																

Code	DECEMBER																								Totaal	10.30-11.15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
A020	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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

Code	JANUARI	Tijd	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	ma	di	wo	do	vr	za	zo	Kosten											
A020	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15	1	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	€ 2,50

FEBRUARI		Tijd	00-01	01-02	02-03	03-04	04-05	05-06	06-07	07-08	08-09	09-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22	22-23	23-24	24-25	25-26	26-27	27-28	Kosten
Code			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	€ 2,50
29	Beter bewegen voor iedereen	10.30-11.15	■															■													

Toelichting activiteiten

A001 – Vérían 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 Vérían. Voor een bezoek aan het consultatiebureau heeft u een afspraak nodig.

Daarnaast is er op maandagen van 13.00-13.30 uur een inloopsprekeuur waar u terecht kunt met vragen over eten, slapen, opvoeding, huilen en ziektes. Ook kunt u de jeugdarts medische vragen stellen die over de ontwikkeling van uw kind gaan. Bij zorgen over uw kind bent u ook welkom. Ad hoc kunt u dan een kort consult bij de jeugdarts krijgen. Hiervoor is geen afspraak nodig. Ook is het mogelijk om uw kind te wegen.

Voor het maken van een afspraak kunt u mailen naar afspraakWapenveld@verian.nl of dit via www.mijnkinddossier.nl regelen.

Vragen over voeding, verzorging en gedrag kunnen ouders ook stellen via de mail naar jgzwapenveld@verian.nl. Het is dan belangrijk dat ouders de naam en de geboortedatum vermelden, zodat wij weten over wie het gaat. Ouders krijgen dan een mail of telefoontje terug van de verpleegkundige.

Het consultatie-bureauteam Wapenveld bestaat uit:

- Margreet de Wolff, jeugdarts KNMG;
- Duco Dusseljee, jeugdverpleegkundige;
- Ina Rave, consultatiebureau-assistente.

A002 – Bibliotheek / A003 – 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 in de Hof van Cramer (de bibliotheek).

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. Houd de agenda van de website www.bibliotheeknoord-veluwe.nl in de gaten voor de juiste data.



Wat is een taalcoach?

Een taalcoach (vrijwilliger) helpt anderen met het verbeteren van één of meerdere basisvaardigheden als lezen en schrijven. Je leert bijvoorbeeld een deelnemer hoe je e-mails schrijft, een bijsluiter leest of een sollicitatiegesprek voert. Het vrijwilligerswerk vindt plaats in de Hof van Cramer en kan één-op-één zijn maar ook in een groepje.

Taalcafé

Wanneer? Vanaf september 2017 en verder in de oneven weken, van 13.15 tot 14.45 uur | Elke 2 weken | Bibliotheek Wapenveld. Het Taalcafé is een initiatief van het Taalpunt. Het biedt mensen de gelegenheid om elkaar te ontmoeten en de spreekvaardigheid te verhogen. Het Taalcafé wordt begeleid door gekwalificeerde vrijwilligers. Deelname is gratis, aanmelden is niet nodig. Houd de agenda van de website www.bibliotheeknoord-veluwe.nl in de gaten voor de juiste data in de zomermaanden.



Training en ondersteuning

Voordat je begint als taalvrijwilliger, volg je een korte training waarin je leert hoe je een deelnemer begeleidt. Je kunt altijd met je vragen terecht bij de taalpuntdocent Joke Scholten, tel.: 06-20318456, e-mail: taalpuntheerde@bibliotheeknoordveluwe.nl. De eerstvolgende training staat gepland op 14, 21, 28 september en 5 oktober 2017 van 13.30 - 16.30 uur. Op 5 september 2017 is er een informatiebijeenkomst van 19.00 - 20.30 uur voor iedereen die tijd vrij wil maken om als taalmaatje/coach anderen te helpen met de taal.

Betere taalontwikkeling dankzij de VoorleesExpress

Ken je de VoorleesExpress al? De VoorleesExpress helpt gezinnen om de taalontwikkeling van hun kinderen (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.com/watch?v=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. Meld je aan via jdtoom@bibliotheeknoordveluwe.nl.



De VakantieBieb voor de jeugd is vanaf 1 juni 2017 beschikbaar! Het zomercadeautje van de bibliotheek bevat een mooie lijst met avontuurlijke, griezel, detective, fantasie- en humoristische e-books voor de jeugd. De app is gratis te downloaden op een tablet of smartphone. Vanaf 1 juli 2017 worden e-books voor volwassenen aan dit gratis aanbod toegevoegd.

Digisterker

De overheid gaat digitaal. U ook? Leer werken met de elektronische overheid. Doe de gratis cursus Digisterker in de bibliotheek. De overheid doet steeds meer via het internet en ook u kunt daar gebruik van maken. Of het nu gaat om het aanvragen van huurtoeslag, het aanvragen van zorg, om werk te zoeken of het doorgeven van een verhuizing. Om u op weg te helpen biedt de Bibliotheek Noord-Veluwe de praktische cursus Digisterker. In vier bijeenkomsten leert u werken met de digitale overheid.



Kunt u de cursus volgen?

De cursus Digisterker is voor iedereen die wil leren hoe je gebruik maakt van digitale (overheids)diensten. Deelname is gratis en u hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek. Wel betalen de cursisten voor het werkboek, de kosten daarvan zijn € 15,00. Aanschaf van het werkboek is noodzakelijk. Wel is enige ervaring nodig in het omgaan met computer en internet. U moet kunnen werken met het toetsenbord en de muis, u heeft thuis internet en u heeft een emailadres. Is dit niet het geval? Dan is de cursus Klik & Tik misschien iets voor u. Meldt je aan bij een bibliotheekmedewerker.

Wat leert u?

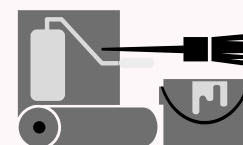
In vier bijeenkomsten leert u:

1. een DigiD aanvragen en gebruiken. Voor veel overheidswebsites is een DigiD nodig. Dat is een soort digitale "sleutel" waarmee op een veilige manier gebruik gemaakt kan worden van websites van de overheid;
2. informatie zoeken en vinden. U leert informatie te zoeken op websites van de eigen gemeente, het pensioenfonds, de zorgverzekeraar en andere (overheids)organisaties;
3. inloggen op websites. U leert in te loggen in de persoonlijke omgevingen van overheidswebsites zoals Mijn toeslagen, Mijn overheid en werk.nl;
4. online regelen. U leert online toeslagen aan te vragen en afspraken te maken met overheidsorganisaties.



Manenbergerweg 1 8191 LS Wapenveld tel. 038-4478746

mob. 0651052623 ckeizer@keizerbouwbedrijf.nl



Schildersbedrijf
Nitrauw

www.schildersbedrijfnitrauw.nl

Wapenveld

06 128 80 775

Deelname

Deelname is gratis. De cursus wordt gegeven door gecertificeerde Digisterker docenten in kleine groepen. De cursus bestaat uit vier bijeenkomsten van twee uur. De cursus start in november 2017, u kunt zich nu al aanmelden. Zodra er voldoende aanmeldingen zijn in een gemeente krijgt u bericht over de cursusplaats en datum. Aanmelden kan via www.bibliotheeknoord-veluwe.nl.

Week van de alfabetisering

In de week van 4 t/m 8 september 2017 is het de week van de alfabetisering. Het programma is in de maak. Zie hierover tegen die tijd uw huis-aan-huis blad of de website www.bibliotheeknoord-veluwe.nl.

Kinderboekenweek

Het thema van de 63ste Kinderboekenweek is griezelen onder het motto gruwelijk eng! De Kinderboekenweek vindt plaats van 4 t/m 15 oktober 2017. Tijdens de Kinderboekenweek kunnen de basisschoolleerlingen, die nog geen lid zijn, gratis ingeschreven worden als lid van de bibliotheek. Het programma van de Kinderboekenweek is nog een verrassing.



Tijdens de Kinderboekenweek kunt u de Kinderboekenkrant meenemen. De Kinder-boekenkrant® biedt voor 8 tot 12-jarigen een helder overzicht van de leukste boeken die er voor hen te vinden zijn. Hij staat vol tips, weetjes en achtergronden over kinderboeken en schrijvers. Een leuke bewaarkrant en ook ver ná de Kinderboekenweek® nog het lezen waard. Ook biedt de bibliotheek De Voorleesgids aan. De voorleesgids bevat meer dan 200 boeken voor kinderen van nul tot zes jaar. Met o.a. bekroonde boeken, prentenboeken bij De Nationale Voorleesdagen® en de Kinderboekenweek® en heel veel andere leuke (voorlees)boeken voor kleuters en peuters. Ouders vinden er ook veel voorleestips in. Voor zowel de Kinderboekenkrant als de voorleesgids geldt: op = op.

Nederland Leest: Ik Robot

De landelijke bibliotheekcampagne Nederland Leest wordt in 2017 voor de 12e keer georganiseerd door de Stichting CPNB. Van 1 t/m 30 november 2017 krijgen leden en niet leden van de bibliotheek van 18 jaar en ouder een boekje cadeau. Dit jaar is het geschenkboek "Ik, robot". Op = op! "Ik, robot" is de geniale futuristische raamvertelling van Isaac Asimov rond de hoofdpersoon Susan Calvin, robotpsycholoog in 2057, die terugblijkt op haar leven. Ze ontmoette een verliefde robot, maar ook twijfelende of bewust van zichzelf geworden robots. Het zijn verhalen over menselijke trekken bij robots die ontstaan door de mazen in de wetten van de robotica. Hoewel sommige verhalen in de bundel al meer dan een halve eeuw geleden geschreven werden, zijn ze qua inhoud, stijl en humor nog steeds actueel. Een spannend boek met ook nog echte breinbrekers!

Groepsontvangsten

Via het educatief programma van de bibliotheek kunnen peuterspeelzalen en scholen zich inschrijven voor diverse groepsontvangsten in november 2017 en januari/februari 2018. Daarnaast kunnen ze diverse programma's afnemen op het gebied van leesbevordering en mediawijsheid. Tijdens de nationale voorleesdagen van 24 januari t/m 3 februari 2018 staat het prentenboek van het jaar centraal. Voor 2018 is het volgende boek verkozen tot beste prentenboek van het jaar: Ssst! De tijger slaapt van Britta Teckentrup.



Voorleeswedstrijd

A004 - Zuid-Engeland in prachtige lichtbeelden

A005 - Open dammiddag voor jong en oud

A006 - Taxatiedag, kijkdag en veiling in de Hof van Cramer

24

bekijken. In de afgelopen drie jaar is deze veiling en taxatie een begrip geworden in de regio. Aanvankelijk begon men met 60 kavels voor de veiling; de vorige veiling had bijna 250 goederen. Het ligt in de bedoeling ieder half jaar zo'n gebeurtenis op deze plaats te houden.

A007 - Kaarten in de Hof van Cramer

Wekelijks is er op dinsdagochtend van 09.30 uur tot 11.45 uur kaarten in de Hof van Cramer. Er wordt dan geklaverjast in een gezellige sfeer. Kom eens binnenlopen op een dinsdagochtend en doe een spelletje mee. Neem gerust iemand mee.

Gezelligheid is troef. De koffie staat altijd klaar. Daarnaast is het mogelijk om andere gezelschapspelletjes te doen zoals yahtzee, rummikub en sjoelen. Heeft u interesse en wilt u andere mensen ontmoeten, neem dan contact op met Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.

A008 - Kom ook een potje biljarten

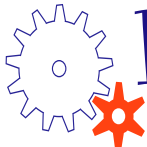
Op dinsdagmiddag, woensdagochtend en vrijdagmiddag is er biljarten in de Hof van Cramer. Er staan twee goed onderhouden wedstrijd biljarts waarmee twee biljartergroepen gelijktijdig kunnen biljarten. Biljarten is goed voor lichaam en geest, bovendien bent u er eens lekker tussen uit. Wanneer u dit spel ook leuk lijkt, dan bent u van harte welkom op één van deze dagen. De deelnemers zijn altijd bereid om u bij het biljarten op weg te helpen. Daarna kunt u in overleg kijken of u op één van deze dagen mee kunt doen. De biljarttijden kunt u in het activiteitenoverzicht lezen.

A009 - Repair Café Wapenveld repareert gratis uw kapotte spullen.

Repair Café Wapenveld weer van start op 12 september 2017. Heeft u kapotte spulletjes die nog prima te repareren zijn? Gooi het niet weg, maar neem het mee naar het Repair Café Wapenveld. Samen met de vrijwillige reparateurs geven ze uw spullen een tweede leven.

Wat is een Repair Café?

In het Repair Café zijn gratis toegankelijke bijeenkomsten die draaien om het (samen) repareren van kleding, elektrische apparaten, speelgoed etc. 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! Tijdens het Repair Café kan met ook lege cartridges of oude mobiele telefoons inleveren. De opbrengst daarvan gaat naar Kika, het kinderkankerfonds. Schone plastic doppen zijn ook welkom. Deze worden ingezameld voor de opleiding van geleidehonden. U vindt het Repair Café in de Hof van Cramer, Putterweg 2d in Wapenveld. Neem gerust uw kapotte spullen mee! Het eerstvolgende Repair Café is op dinsdag 12 september 2017 geopend van 14.00-16.00 uur. En daarna op de volgende data: dinsdag 10 oktober 2017, dinsdag 14 november 2017. Het laatste Repair Café in 2017 vindt plaats op 12 december 2017. Voor meer informatie kan men terecht bij Ton Hulsebos, tel. 06-51259370

Weggoien? *Mooi niet!*  Repair Café

A010 - Jeugdgezondheidszorg GGD Noord- en Oost-Gelderland



Na het consultatiebureau gaat de GGD verder met de jeugdgezondheidszorg tot de leeftijd van 18 jaar. Hiervoor gaan we naar de scholen toe. Ook vinden er spreekuren plaats in de Hof van Cramer. Voor de spreekuren van de jeugdarts en de jeugdverpleegkundige heeft u een afspraak nodig.

Hebt u een vraag over het gezond opgroeien, het opvoeden of het gedrag van uw kind, neem dan contact op met de GGD, telefoon 088-4433 000, of het Centrum voor Jeugd en gezin in Heerde, tel. 0578-720001.

Ons JGZ-team Wapenveld bestaat uit:

- Rina Bosman, assistente jeugdgezondheidszorg;
- (naam volgt), jeugdverpleegkundige;
- Peter Dietzenbacher, jeugdarts

A011 - Hoezo ouderwets?!

In het werkgebied van Verian is veel aandacht voor zorg, maar ook voor preventie. Een gesprek met Lienke van Deuzen, één van de diëtisten. Ze komt binnengestoven, jong, hip en met haar fitbit om.

Heb jij niet een ouderwets vak?

Lienke begint heel hard te lachen. “Nee, helemaal niet, het is juist helemaal van nu. De inhoud is ook helemaal niet meer zoals het vroeger was. Tegenwoordig kijkt een diëtist niet alleen naar voeding, maar ook naar leefstijl en gewoontes. Ook de gesprekstechnieken en de benadering van de cliënt is anders. Het advies is minder voorschrijvend. Een lijstje met wat je wel en niet “mag” eten is ook online te vinden. Tegenwoordig leggen we meer focus op de toepasbaarheid van aanpassingen in het leven van de cliënt. Om het totaal pakket aan te bieden werken we ook nauw samen met fysiotherapeuten en personal trainers.”

Vandaar die fitbit om je arm?

“Nee, daar is het niet om haha. Ik was benieuwd hoeveel kilometer ik nou eigenlijk per dag loop. Al is het natuurlijk wel goed om, naast te letten op je voeding, ook te letten op voldoende beweging”.



Wat maakt je vak zo leuk?

“Je kunt tegenwoordig zoveel invalshoeken bedenken waar de diëtist van toegevoegde waarde kan zijn. Zo ben ik bijvoorbeeld zelf sinds januari 2017 gestart met bekend maken van de diëtist bij twee tandartspraktijken in Apeldoorn. Maar ook de samenwerking tussen praktijkondersteuners (POH) en diëtist is erg toegenomen. De aanpak van de behandelingen van diabetes mellitus type 2, hart- en vaatziekten en COPD gaan in overleg met de praktijkondersteuners”.

Wat grappig, de diëtist bij de tandarts.

“Ja, dat vinden de patiënten van de tandarts ook. Maar we merken dat ze het erg prettig vinden dat we er zitten. Mensen kunnen daar in de praktijk naar ons toekomen en dat maakt dat ze dat heel gemakkelijk doen”. Het overleg met de tandarts en mondhygiënist zie ik als een meerwaarde voor de totale gezondheid.

Nog een vraag, eet je zelf altijd gezond?

“Dit is ook de favoriete vraag van mijn cliënten. Tuurlijk eet ik gezond, het is voor mij de basis, als ik niet gezond en gevarieerd eet voel ik me ook minder fit. Als de basis goed is kan ik ook af en toe een uitzondering maken. Ook ik geniet af en toe van een puntzak patat, chips of gebak”.

Spreekuur diëtist in het Hof van Cramer.

Iedere 1e en 3e dinsdagmiddag van de maand tussen 12.30 uur en 17.00 uur heb ik spreekuur in de praktijk. Ik ben bereikbaar via e-mail (lienkevandeuzen@verian.nl) of via het afsprakenbureau van de diëtist (088-1263126) 24/7 bereikbaar. Mijn werkdagen zijn: dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag. Wilt u een afspraak maken, bel dan naar het afsprakenbureau

van de diëtisten via 088-1263126). Voor een dieetadvies is een verwijfsbriefje van de huisarts nodig, deze kunt u altijd vrijblijvend opvragen.

A012 - Ouderensoos

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 - Studiegroep 50+ Wapenveld nodig belangstellenden uit

Studiegroep voor senioren heeft nog plaats voor een aantal 50-plussers, zowel mannen als vrouwen, die er plezier in hebben om geestelijk actief te zijn en samen willen werken in een groep. Die bovendien voldoening willen beleven aan zelfwerkzaamheid en zinvol bezig zijn. Laat u echter niet afschrikken door het woord studie. De deelnemers bespreken zelf gekozen onderwerpen, die men toetst aan eigen ervaring en inzicht. Die onderwerpen hebben vaak betrekking op actualiteiten, kennis en ervaring, die je met anderen wilt delen. Zo blijft men op een plezierige manier op de hoogte van allerlei ontwikkelingen. De studiekering kenmerkt zich door eigen inbreng, respect voor elkaars inzichten en interessante gedachtewisseling. Daarnaast draagt zij bij aan een uitbreiding van uw sociale contacten. De kring komt één maal per maand op de woensdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur bij elkaar. De kosten van de bijeenkomst bedragen €1,70 per persoon. Dat is inclusief een kop koffie of thee.

A014 - 1001 mogelijkheden met eigen gemaakte wenskaarten

In de Hof van Cramer is wekelijks een groep vrouwen bezig met het maken van allerhande wenskaarten. Mensen die het leuk



Fysiocentrum d'Olde Bank

fysiotherapie en medische fitness

H.G.D. Cramerstraat 11

Tel. 038-44 77 588

www.fysiodoldebank.nl

- manuele therapie, o.a. methode Mulligan en Marsman
- medical taping concept
- dry needling
- oedeemtherapie/man. lymfedrainage naar Dr Vodder
- begeleiding en behandeling van chronische pijn
- valpreventie
- logopedie
- oefen therapie Cesar
- kindersfysiotherapie
- zwangerschapsgymnastiek

Voor persoonlijke service en kwaliteit



Wapenveld

W.H. van de Pollstraat 2

038 - 4471770

vinden om ook allerlei wenskaarten te ontwerpen en te maken worden van harte uitgenodigd om mee te doen. De club heeft de beschikking over diverse apparatuur die te gebruiken is bij het kaarten maken. De mooiste creaties worden gemaakt voor allerlei gelegenheden. De kosten van deelname bedragen € 1,70 per keer. Tijden zijn van 09.15 uur tot 11.30 uur.

A015 - Handwerkcafé

In ons handwerkcafé komen vrouwen handwerken en elkaar inspireren. Iedereen die graag met haken, breien of met andere handwerktechnieken bezig wil zijn is hier van harte welkom. De deelnemers vinden het fijn, dat men dezelfde hobby kan delen en tips van elkaar kan opdoen. Naast het samen handwerken is het belangrijk, dat men met elkaar een gezellige middag beleeft. 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.

A016 - Creacub Hof van Cramer

Eén keer per veertien dagen is er op donderdag 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 pimpen, sieraden maken, etc. 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.

A017 - Najaarsfietsstocht naar Vuursteenbergr.

Op zaterdag 28 oktober 2017 zal van uit de Hof van Cramer de traditionele herfstfietsstocht worden gehouden. Men hoopt 's-middags om 13.00 uur te starten op weg naar het bosgebied rond de Vuursteenbergr tussen Wapenveld en Hattemerbroek. Onderweg wordt ruimschoots aandacht gegeven aan veel cultuurhistorische aspecten. Zo is de 65 meter hoge Vuursteenbergr in de prehistorie een der grootste wingebieden van vuursteen geweest; het staal van de steentijd. Misschien

worden aan de flanken van deze bergr nog wel restanten gevonden van dit materiaal. Jaap Bonhof zal de deelnemers ook hopen te verrassen met bijzondere paddenstoelen waarover hij vanuit zijn achtergrond als bioloog veel kan vertellen. Men hoopt na een mooie fietstocht rond 16.30 uur weer terug te zijn. De fietstocht is geheel vrijblijvend en zal bij minder geschikt weer worden afgeblazen. Onderweg wordt gezorgd voor een natje en een droogje. Deelname is geheel kosteloos.

A018 - Cursus Deltion College



Deltion College biedt lessen aan in de Hof van Cramer op maandagavond van 18.30 uur tot 21.30 uur met uitzondering van de schoolvakanties. In de cursus wordt aandacht besteed aan basisvaardigheden Nederlands, rekenen, computergebruik en NT2 taalverhoging voor volwassenen. Het gaat dan bijvoorbeeld om het (beter) leren van de Nederlandse taal, rekenen en/of computergebruik. Allemaal dingen die je in het dagelijkse leven nodig hebt om goed mee te kunnen in de Nederlandse maatschappij. Je leert nooit alleen, maar altijd in kleine groepjes en met begeleiding. Iedereen leert in zijn/haar eigen tempo. Elk programma wordt op jouw niveau en leerwensen afgestemd. De cursus is gratis. De lessen worden door de gemeente betaald. Koffie en thee is voor eigen rekening. Meer informatie kunt u vinden op onze website www.deltion.nl of via tel. 038-8503000.

A019 - Dia-avond over Elburg

Op donderdag 9 november 2017 zal in de Oranjerie van het woonzorgcentrum Rehoboth een bijzondere dia-avond worden gehouden. Jaap Bonhof zal aan de hand van zelfgemaakte dia's de bezoekers rondleiden door de historische vestingstad Elburg. Jaap Bonhof heeft vanaf zijn 5e jaar veel studie gedaan omtrent de geschiedenis van dit bijzondere vissersstadje. Aanvankelijk ging hij per autoped vanuit Nunspeet naar Elburg. Later deed hij dat wekelijks met de fiets. Naast historie wordt ook aandacht geschonken aan de typische folklore zoals de Sint Maartenviering, actueel in deze tijd van het jaar. Deze diapresentatie is het gevolg van een samenwerkingsproject van woonzorgcentrum Rehoboth

en de Hof van Cramer. Voorheen werden gescheiden presentaties gegeven in beide locaties. Nu is iedere geïnteresseerde van harte welkom in de Oranjerie. De avond begint om 19.00 uur. Koffie en thee met iets erbij zijn voorhanden. Kosten zijn er niet maar men kan een vrijwillige donatie doen ten behoeve van het werk van beide lokaliteiten.

A020 - Sjoelgroep groeit

Op woensdagmiddag 6 september 2017 gaat de sjoelgroep weer van start. Het aantal leden van deze groep zit in de lift. Maar er kunnen altijd nog wat mensen bij. Tegelijkertijd is in de Hof van Cramer de bibliotheek open, het taalpunt aanwezig en de ouderensoos bezig. Dus het is een gezellig gebeuren in de Hof van Cramer. Men sjoelt van 13.30 uur tot 15.30 uur. Vindt u het spelletje ook leuk en wilt u ook graag andere mensen ontmoeten, kom dan het eens uit proberen. U bent van harte welkom.

A025- Workshop originele hapjes serveren op kinderpartijtje

Ben je ook nu wel eens uitgekeken op de standaard hapjes die op kinderverjaardagen worden voorgeschoteld? Doe dan mee aan een leuke en creatieve workshop. Edith Westendorp van Eetit leert je originele en bijzondere hapjes te verzorgen. Zij is een kundig iemand die op prettige, vriendelijke en praktische wijze deze culinaire workshop geeft. Haar motto is: "koken is gezelligheid!". Met de mooie hapjes kunt u een kinderfeestje tot een onvergetelijk moment maken! Edith Westendorp gaat hiermee van start in de Hof van Cramer op woensdagavond 11 oktober 2017 van 19.00 uur tot 22.00 uur. De kosten van de workshop bedragen € 17,50. Alle ingrediënten zijn daarbij inbegrepen inclusief een consumptie op deze avond. U neemt vanzelfsprekend uw zelfgemaakte hapjes na afloop van de workshop mee naar huis. (de workshop vindt doorgang bij deelname van minimaal 10 personen). Aanmelden kan bij Ton Hulsebos, tel. 06-51259370 of tonhulsebos@verian.nl

A026 - Workshop marsepeintaart vullen en bekleden

Kent u ze ook? Van die prachtige gekleurde taarten die bijna te mooi zijn om op te eten? Wilt u ook leren om een echt mooie taart te maken? Kom dan op woensdagavond 8 november 2017 om 19.30 uur naar de Hof van Cramer, Putterweg 2d in Wapenveld. Dan wordt er een workshop marsepeintaart vullen en bekleden gehouden. Hierbij leert u hoe u een biscuitcake vult en afsmeert, hoe u de taart bekleedt met marsepein en daarna versiert met verschillende hulpmiddelen naar wens. Zoals bloemetjes, hartjes en figuurtjes. Er zullen verschillende kleuren marsepein aanwezig zijn om te gebruiken. Er wordt u geleerd hoe de taart te bekleden en welke vullingen er gebruikt kunnen worden. Iedere deelnemer gaat na afloop van de workshop met zijn eigen unieke taart naar huis. De eigen bijdrage is €12,50 per persoon. Opgave kan via tel. 06-51259370.



A027 - Kerstdiner

Evenals vorig jaar hebben wij, in samenwerking met speeltuinvereniging Pinkeltje, een kerstdiner gepland voor mensen met een smallere beurs en voor alleenstaanden. Het kerstdiner wordt gehouden in het nieuwe gebouw van speeltuinvereniging Pinkeltje aan de Nachtegaalweg 81a in Wapenveld, en wel op woensdag 20 december 2017. De Albert Heijn Wapenveld heeft toegezegd het kerstdiner te sponsoren, waardoor wij de aanwezigen niet om een financiële bijdrage hoeven te vragen. Tevens zal de Kerstman aanwezig zijn met cadeautjes voor de



kleinsten. Ook zal voor live muziek gezorgd worden. Wij hopen om 17.30 uur te kunnen beginnen met deze activiteit. Het ligt in de bedoeling een driegangen menu te kunnen samenstellen. Enige weken voor genoemde datum zal met een flyer bekendheid worden gegeven aan deze activiteit. Deze flyer wordt in de betreffende wijken huis aan huis bezorgd. Via deze flyer kan men zich aanmelden en tevens dieetwensen kenbaar maken.

A028 - Beter bewegen ouderen op de donderdagmiddag

Bewegen voor ouderen zittend op de stoel of in de rolstoel. We werken aan kracht, soepelheid, uithoudingsvermogen en hersengymnastiek. Kosten € 2,50 per keer. Ook toegankelijk voor mensen buiten woonzorgcentrum Rehoboth. Voor informatie kunt u contact opnemen met Arjenne Boersma verbonden aan fysiocentrum d'Olde Bank tel. 06-22992665.

A029 - Beter bewegen voor iedereen

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.

Kwartaalbijeenkomsten "Langer thuis wonen"

Na de geslaagde eerste kwartaalbijeenkomsten in Wapenveld,

Hattem, Heerde, Epe en Vaassen staan op 28 september 2017 en op 11 januari 2018 in Wapenveld de volgende bijeenkomsten op de planning. Steeds op donderdagmiddagen van 14.00 uur tot ongeveer 16.00 uur in fysiocentrum d'Olde Bank aan de H.G.D. Cramerstraat 11. De bijeenkomsten zijn gratis, alsmede de koffie en thee. Om mensen beter voor te bereiden op eventuele hulpvragen is het initiatief opgepakt om elk kwartaal een bijeenkomst te organiseren gericht op verschillende onderwerpen met betrekking tot de mogelijkheid om langer thuis te kunnen blijven wonen, maar ook leuker langer thuis wonen komt aan de orde! Houd voor de onderwerpen de flyers die op verschillende locaties liggen en de informatie op www.wijzijnheerde.nl alstublieft in de gaten!

Han Mostert, Ton Hulsebos, Pamela Matahelumual,
Monique Boonstra en Marianne Harmsen

A030 - Dansen voor senioren en tips over valpreventie.

Op 19 oktober 2017 is er een dansmiddag in combinatie met tips en oefeningen om vallen te voorkomen. Met het project "mag ik deze dans van u" wil organisator Welzijn Heerde, ouderen bewust maken dat men valrisico's kan verminderen door juist in beweging te blijven. Senioren bewegen over het algemeen minder. De gevolgen daarvan zijn dat spieren minder soepel blijven en men kracht en balans verliest. Daardoor loopt men meer risico om te vallen. Dansen helpt ouderen om een betere balans en kracht op te bouwen. "Mag ik deze dans van u" vindt plaats op donderdag 19 oktober 2017 van 14.30-16.00 uur bij woonzorgcentrum Rehoboth, De Vree 1 in Wapenveld. De dansmiddag begint met oefeningen om vallen te voorkomen. Dit gebeurt onder begeleiding van een medewerker van fysiocentrum d'Olde Bank. De stijldansgroep uit Emst onder leiding van dansschool Drenth demonstreert een aantal dansen en nodigt mensen uit om zelf ook een dansje te wagen. Daarnaast zijn er bovendien rolstoeldansers aanwezig die laten zien hoe sierlijk men met een rolstoel kan dansen. Iedere geïnteresseerde is welkom. De eigenbijdrage is € 2,00 voor zelfstandig wonende senioren. Daar is een kop koffie of thee bij inbegrepen. Informatie is te verkrijgen via tel. 06-51259370.

Zwangerschapscursus d'Olde Bank

Fysiocentrum d'Olde Bank biedt een unieke zwangerschapscursus aan met veel extra babyinformatie inclusief les babymassage. De cursus bestaat uit een blok vóór en een blok na de bevalling. De cursus wordt gegeven door Arjenne Boersma, (kinder) oefentherapeut Cesar met jarenlange ervaring als zwangerschapsdocent en Philomeen Roelofs, ervaren kinderfysiotherapeut voor kinderen van 0 tot 18 jaar. De cursus wordt gegeven in blokken van vier bijeenkomsten. We organiseren de cursus bij voldoende belangstelling op de maandagavond om 20.00 uur. Voor meer informatie kijk op www.fysiodoldebank.nl



Oprichten Telefooncirkel

Sociale contacten zijn belangrijk voor een mens. Zou u het fijn vinden om iedere ochtend telefoongesprekken te voeren met anderen? Dan is de telefooncirkel misschien iets voor u. Hoe werkt het? U kunt zich aanmelden voor het Telefonisch Meldpunt via tel. 0578-692525. Vervolgens wordt u teruggebeld voor een intakegesprek. Dat is nodig om de werkwijze duidelijk te hebben en alles zo goed mogelijk te laten verlopen. De telefooncirkel bestaat uit een groep mensen van 4 tot 6 personen, die op doordeweekse dagen elkaar belt, tussen 09.00 uur en 10.00 uur. Wanneer u gebeld bent, kunt u met de volgende persoon telefoneren in de telefooncirkel. Zo maakt u dagelijks met twee bellers een babbeltje. De gesprekken zijn vanzelfsprekend vertrouwelijk. Schroom niet om u aan te melden. Sociaal contact is goed voor de mens en er zijn meerderen die hier behoefte aan hebben, dus u helpt ook een ander!

Nieuwe computerlessen SeniorWeb

SeniorWeb Heerde/Wapenveld start eind september 2017 met een nieuw aanbod computer- en tabletlessen. SeniorWeb is toegankelijk voor iedere senior die wil leren over computergebruik, internet en andere digitale ontwikkelingen. Cursussen worden in een kleine groep gegeven waar, onder begeleiding van docenten, stapsgewijs ervaring opgedaan wordt met belangrijke vaardigheden voor het verkennen van en werken met de digitale wereld. De bijeenkomsten vinden plaats in MFA De Heerd en in de Hof van Cramer. Onder het motto "Van digibeet naar digivaardig" biedt het SeniorWeb Leercentrum Heerde Wapenveld de volgende cursussen aan:

- basiskennis Windows 10;
- introductie Android tablet en iPad;
- introductie Android tablet en iPad;
- computerinloopspreekuur in MFA De Heerd (gratis);
- opfrislessen in MFA De Heerd;
- facebook;
- cursussen digitale overheid (DigiD, MijnOverheid, webformulieren invullen, etc.).



Vanaf 28 september 2017 is er wekelijks een gratis inloopspreekuur in MFA De Heerd. Wilt u meer informatie over het cursusaanbod, neem dan contact op met SeniorWeb, van maandag- t/m donderdagochtend te bereiken via het Centrum voor Jeugd en Gezin, tel. 0578-720001 of via de website <http://heerde.seniorweb.nl>.

Welzijn op recept



De Huisartsenpraktijk Wapenveld en de volwassenenwerker in de Hof van Cramer zijn gestart met “Welzijn op Recept”. “Welzijn op Recept” maakt het mogelijk dat de huisarts doorverwijst naar volwassenenwerker Ton Hulsebos. Hij probeert met de cliënt passende ondersteuning en activiteiten te bieden. De huisarts heeft hierdoor andere verwijsmogelijkheden dan alleen van medische aard. Het is bestemd voor mensen met lichte psychosociale- of chronische klachten.

Denk hierbij aan mensen die:

- zich eenzaam voelen;
- een naaste hebben verloren;
- hun baan zijn kwijtgeraakt;
- of zich op een andere manier niet gelukkig voelen.

Ook voor oudere inwoners die er soms alleen voor staan en zelfstandig willen blijven, zijn er mogelijkheden. WZU Veluwe stimuleert graag de ontmoeting tussen cliënten en de maatschappij. Hiervoor worden met regelmaat in het woonzorgcentrum activiteiten georganiseerd waarin deze ontmoeting, naast ontspanning, plezier en aandacht voor elkaar centraal staat. Bijvoorbeeld door het organiseren van een bingo of een film, een muziekmiddag of -avond. Zowel bewoners van de woonzorgcentra als ook cliënten die buiten onze woonzorgcentra

wonen zijn bij deze activiteiten van harte welkom. Evenals overige belangstellenden uit de wijk. De activiteiten worden georganiseerd door een medewerker welzijnsdiensten en/of een vrijwilliger.

De activiteiten worden op diverse manieren aan u kenbaar gemaakt. Voor een aantal activiteiten kan WZU Veluwe een eigen bijdrage vragen.



Hoe gaat het in zijn werk?

- Na verwijzing door de huisarts/praktijkverpleegkundige neemt de volwassenenwerker contact op met de inwoner;
- Hij luistert, vraagt door en verkent samen met de inwoner welke oplossing het beste bij de persoonlijke situatie past. Dit kunnen activiteiten zijn, maar bijvoorbeeld ook ontmoetings- en vrijwilligersaanbod.
- De wensen en ideeën van inwoners zijn leidend bij het samenstellen van een passend arrangement.

Wat zijn de voordelen van “Welzijn op recept”?

- De samenwerking kan mensen stimuleren tot het ervaren van een betere mentale gezondheid, met meer veerkracht en kwaliteit van leven.
- Inwoners kunnen participeren, waardoor de zelfredzaamheid toeneemt en eenzaamheid afneemt.

Meer informatie over “Welzijn op Recept” kan men verkrijgen bij praktijkverpleegkundigen van de Huisartsenpraktijk Wapenveld of bij volwassenenwerker Ton Hulsebos, tel. 06-51259370.

Welzijnsactiviteiten in het woonzorgcentrum

WZU Veluwe stimuleert graag de ontmoeting tussen cliënten en de maatschappij. Hiervoor worden met regelmaat in het woonzorgcentrum activiteiten georganiseerd waarin deze ontmoeting, naast ontspanning, plezier en aandacht voor elkaar centraal staat. Bijvoorbeeld door het organiseren van een bingo of een film, een muziekmiddag of -avond. Zowel bewoners van de woonzorgcentra als ook cliënten die buiten onze woonzorgcentra wonen zijn bij deze activiteiten van harte welkom. Evenals overige belangstellenden uit de wijk. De activiteiten worden georganiseerd door een medewerker welzijnsdiensten en/of een vrijwilliger. De activiteiten worden op diverse manieren aan u kenbaar gemaakt. Voor een aantal activiteiten kan WZU Veluwe een eigen bijdrage vragen.

De Plu - steunpunt voor mantelzorgers en vrijwilligers in de gemeente Heerde

Bij De Plu zijn werkzaam Alien Veldkamp en Fennie Tiemens. Alien is per april 2017 werkzaam bij De Plu en woonachting in Wapenveld. Al ruim 20 jaar werkzaam in de zorg en daarbij al veel mantelzorgers ontmoet en ondersteuning gegeven. Binnen De Plu zal zij zich voornamelijk richten op de Mantelzorgexpress, het ondersteunen en zichtbaar maken van jonge mantelzorgers op de middelbare scholen en bedrijven bewust maken van mantelzorgers binnen hun bedrijf.



Bereikbaarheid

De Plu is de gehele week telefonisch bereikbaar, tel. 0578-699500 of 06-2171 7523 (Alien). Voor vragen kunt u ook mailen: info@depluheerde.nl of alienveldkamp@verian.nl. Meer informatie leest u op de website www.depluheerde.nl. Maar kom voor vragen, informatie of een praatje ook bij ons langs:

Even weken:

Maandag van 13.00 tot 15.00 uur restaurant WZU Veluwe, locatie Rehoboth te Wapenveld.

Dinsdag van 14.00 tot 16.00 uur restaurant Viattence, locatie Wendhorst te Heerde.

Donderdag van 09.00 tot 11.00 uur restaurant Hanzeheerd Brinkhoven te Heerde.

Oneven weken:

Woensdag van 09.00 tot 11.00 uur in de Hof van Cramer (Alien).

Donderdag van 09.00 tot 11.00 uur restaurant Hanzeheerd Brinkhoven te Heerde.

Afspraken zijn ook mogelijk op andere tijdstippen en 's avonds.

Mantelzorg

Mantelzorg-expres

Dit voorjaar is De Plu begonnen met het opzetten van een Mantelzorg-expres. Mantelzorgers vinden hierin straks vrijwilligers die hen kunnen ondersteunen en tijdelijk zorg kunnen overnemen. Laat het De Plu weten als u zelf zo'n vrijwilliger kunt of wilt zijn of als u hierover meer informatie wilt.

Werkende mantelzorgers

Een op de zes Nederlanders combineert mantelzorg met een betaalde baan. En die combinatie kan best lastig zijn als bijvoorbeeld werktijden en zorgtaken elkaar overlappen. Bij De Plu kunt u terecht voor praktische informatie en tips, die helpen om prioriteiten te kunnen stellen, maatwerkoplossingen te vinden, nee te leren zeggen, enz. Ook is er informatie over wettelijke regelingen waar je als werkende mantelzorger een beroep op kunt doen.

Jonge mantelzorgers

Voor kinderen van 4-18 jaar worden er diverse bijeenkomsten georganiseerd door De Plu. In 2017 staan er diverse activiteiten gepland voor jonge mantelzorgers van 4-23 jaar. Deze staan onder andere vermeld in de Schaapskooi en op de website www.depluheerde.nl. Wilt u per mailing op de hoogte gehouden worden van deze activiteiten, neem dan contact op met De Plu.

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.

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 het vrijwilligerswerk. Deze jonge vrijwilligers kunnen meedoen met Graag Gedaan, vier keer per jaar, om buiten schooltijd en met toestemming van je ouders iets voor een ander te doen.



Zorg met een warm hart!

Hof van Cramer

- Jeugdgezondheidszorg
- Dieetadvisering
- Welzijnswerk

Verder biedt V érian 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**



Huisartsenpraktijk Wapenveld
Apotheekhoudend



Welzijn Heerde



Deelnemende/samenwerkende organisaties:



**hof van
cramer**