



steunpunt
M
mantelzorg

HetVenster 

Activiteitenkalender

Het Venster en Steunpunt Mantelzorg - oktober, november en december 2017



Voor aankondiging:

Gespreksgroep voor KOPP/KVO-kinderen 8-12 jaar

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Deze gespreksgroep is voor Kinderen van Ouder(s) met Psychiatrische Problematiek en Kinderen van Verslaafde Ouder(s). Het doel van de gespreksgroep is dat het kind meer vertrouwen en inzicht krijgt in het eigen kunnen en mogelijkheden heeft waarmee hij/zij de relatie met zijn ouder(s) kan vormgeven. De training bestaat uit zes bijeenkomsten van 1,5 uur van 14.30 tot 16.00 uur. **De training start op 25 oktober 2017.** Deelname aan de training is gratis. Is deze gespreksgroep iets voor uw kind? Meld uw kind dan aan bij Steunpunt Mantelzorg!

OKTOBER

Woensdag 4 oktober

14.30-16.15 uur

Mijn pelgrimsroute naar Santiago de Compostella

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Aan de hand van een fotopresentatie komt de heer G. Drost vertellen over de pelgrimsroute die hij heeft gemaakt. Een interessante route naar Spanje met prachtige opnamen van wat hij onderweg is tegengekomen. Van harte welkom! Kosten: € 2,50.

Woensdag 4 oktober

19.30-21.00 uur

Voorlichting over LVB

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Voorlichtingsavond over het herkennen van en omgaan met mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB). Een medewerker van MEE-Veluwe zal informatie geven over de kenmerken van mensen met LVB. Er worden concrete handvatten gegeven hoe om te gaan met deze mensen. Aanmelden kan tot uiterlijk 29 september bij Steunpunt Mantelzorg.

Maandag 9 oktober

19.30-21.30 uur

Thema-avond "Alternatieve behandeling voor mensen met kanker"

Locatie: Veluvine

Belangstellenden zijn van harte welkom om deel te nemen aan deze thema-avond die georganiseerd wordt door Hospice de Regenboog, Stichting Welzijn Nunspeet en Het Venster. Huisarts Hetteema zal een lezing verzorgen over complementaire zorg (alternatieve behandeling) voor mensen met kanker. Hij gaat in op alternatieve middelen bij verschijnselen zoals pijn. Zowel medicamenteus als andere middelen zoals oliën en wisselbaden. Na de pauze is er volop ruimte om ervaringen uit te wisselen en vragen te bespreken. Aanmelden kan tot uiterlijk 3 oktober bij de Hospice, T 0341-250962 of E info@hospicenunspeet.nl
Kosten: geen.

Dinsdag 10 oktober

9.30-12.00 uur

Najaarswandeling voor mantelzorgers

Mantelzorgers zijn van harte uitgenodigd om mee te wandelen met de mantelzorgwandeling. Op genoemde tijd verzamelen bij dienstencentrum Het Venster, Elburgerweg 15, Nunspeet. Er wordt naar een wandellocatie gereden. Daar wordt een uur gewandeld en daarna ergens koffiegedronken. Op de afgesproken eindtijd zijn de wandelaars bij Het Venster in Nunspeet terug. Aanmelding bij Steunpunt Mantelzorg.

Woensdag 11 oktober

14.30-16.15 uur

Modeshow Lancomode met verkoop

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Een gezellige middag waarbij u de nieuwe najaars- en winterkleding kunt bekijken en kopen. De modeshow wordt gepresenteerd door Lancomode uit Deventer. Dit kunt u doen onder het genot van een kopje koffie/thee met Deventerkoek. Kosten: geen.

Woensdag 18 oktober en woensdag 25 oktober

13.00-19.30 uur

De Herfsttochten

Locatie: Verzamelen bij dienstencentrum Het Venster, Elburgerweg 15, Nunspeet.

De herfst heeft zijn intrede gedaan. De bladeren van de bomen verkleuren en het licht is ook anders dan in het voorjaar of de zomer. Vanuit de bus kunnen we de omgeving verken-



nen en genieten van de prachtige natuur en de mooie dorpen. Natuurlijk is er een tussenstop voor koffie/thee met wat lekkers. De dag sluiten we af met een herfstmaaltijd in Het Venster, bereid door enthousiaste vrijwilligers. Neem gerust iemand mee, een echte aanrader!

Opgave voor de tocht van 18 oktober t/m vrijdag 13 oktober.

Opgave voor de tocht van 25 oktober t/m vrijdag 20 oktober.

Kosten: € 33,00.

Vrijdag 27 oktober

14.00-15.30 uur

Koffie inloop

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Elke 4e vrijdagmiddag van de maand zijn mantelzorgers hartelijk welkom bij de koffie-inloop van het steunpunt. Mantelzorgers treffen elkaar rond koffie of thee en vinden bij elkaar herkenning en lotgenotencontact. 'Helen door te delen' krijgt op deze middag concreet vorm.

NOVEMBER

Woensdag 1 november

Dankdag – 's middags geen activiteit

Donderdag 2 november

13.15-15.15 uur

Najaarswandeling voor mantelzorgers

Voor informatie, zie dinsdag 10 oktober. Let op tijdstip.

Woensdag 8 november

14.30-16.15 uur

Bingo

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Komt u gezellig meedoen met bingo. Altijd weer spannend wie het eerst de kaart vol heeft. Kosten: € 3,00.



Woensdag 8 november

14.00-16.00 uur

Taekwon-Do les voor jonge mantelzorgers tot en met 12 jaar

Locatie: Rode Kruis, Elburgerweg 11 in Nunspeet

Taekwon-Do is een karaktervormende sport, waarbij doorzettingsvermogen en sportiviteit erg belangrijk zijn. Bewegen, samenwerken en verantwoordelijk zijn voor elkaar, de elementen die typerend zijn voor deze les. De les wordt verzorgd door Claudia en Raymond. Beide leraren beoefenen ruim 25 jaar het Taekwon-Do en hebben ruimschoots ervaring in het lesgeven. Kom jij actief meedoen?

Geef je dan op bij Maria Beens.

E mantelzorg@hetvenster-nunspeet.nl T 0341-257242.

Aanmelden is verplicht en kan tot vrijdag 3 november!

10 november

Dag van de Mantelzorg + mantelzorgwaardering

10 november is de landelijke Dag van de Mantelzorg. Rond deze dag organiseert Steunpunt Mantelzorg allerlei bijeenkomsten en activiteiten. Mantelzorgers die ingeschreven staan bij het Steunpunt ontvangen hierover persoonlijk bericht. Ook de mantelzorgwaardering vanuit Gemeente Nunspeet wordt in deze week uitgereikt.

Woensdag 15 november

12.00 – 14.00 uur

Chinees buffet

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Laat u verrassen door onze vrijwilligers met heerlijke gerechten die ze voor u hebben klaargemaakt! Aanmelden is verplicht en kan tot uiterlijk vrijdag 10 november. Kosten: € 12,00.

Donderdag 16 november

18.45-20.15 uur

Jonge mantelzorgers opgelet (leeftijd 13+)! Kom naar de Escape Room "Aandacht"

Locatie: Galvaniweg 10F in Nunspeet

In de kamer "Aandacht" moet je alles onderzoeken. Niets lijkt vanzelfsprekend. Wie ziet de link tussen de boeken en spellen? Heeft dat schilderij er nou wel iets mee te maken of toch niet?! Hier draait alles om duidelijk communiceren en doorzettingsvermogen. Push jezelf om anders te kijken en door te gaan. Overleg met de groep of je een hulplijn gebruikt. Maar blijf niet te lang nadenken want de minuten tikken snel weg. Hou jij van mysterie, spanning en uitdaging?

Geef je dan op bij Maria Beens.

E mantelzorg@hetvenster-nunspeet.nl of T 0341-257242.

Aanmelden is verplicht en kan tot vrijdag 10 november!

Leest u verder op de losse bijlage...

Vervolg november

Activiteitenkalender

Het Venster en Steunpunt Mantelzorg - oktober, november en december 2017

steunpunt
mantelzorg

HetVenster



Dinsdag 21 november

9.30-12.00 uur

Najaarswandeling voor mantelzorgers

Voor informatie, zie dinsdag 10 oktober.

Woensdag 22 november

14.30-16.15 uur

Zangmiddag

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Onder begeleiding van de heer A.C. Zoetewij op het orgel willen we deze middag liederen zingen. Lofliederen tot eer van God. U kunt zelf een psalm of gezang opgeven welke u graag zingt. Kosten: € 2,50.

Vrijdag 24 november

14.00-15.30 uur

Koffie-inloop

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Voor informatie, zie 27 oktober.

Woensdag 29 november

14.30-16.15 uur

Fotopresentatie door natuurfotograaf Bendiks Westerink

Locatie: dienstencentrum Het Venster

De heer Bendiks Westerink heeft een passie voor de natuur en natuurfotografie. Het landschap en de omgeving spelen een belangrijke rol in zijn leven en dit legt hij vast door het te fotograferen. Er is veel te zien, flora en fauna zijn boeiende onderdelen van de schepping. Laat u verrassen, hij neemt u mee naar onbekende plekjes waar u waarschijnlijk nooit bent geweest. Welkom! Kosten: € 2,50.

DECEMBER

Woensdag 6 december

14.30-16.15 uur

Spelletjesmiddag

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Het jaar is bijna voorbij en de wintermaanden zijn vaak donker. Komt u daarom vanmiddag naar Het Venster om spelletjes te doen: rummikub of sjoelen. Kosten: € 2,50.

Woensdag 13 december

14.30-16.15 uur

Kerststukjes maken

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Deze middag gaan we met elkaar kerststukjes maken. Er is een voorbeeld, maar u kunt ook gerust iets zelf bedenken. Neemt u in ieder geval een snoeischachtje of mesje mee en een platte schaal of bord. En als u het heeft, neemt u dan groen mee, o.a. klimop, buxus wat u kunt gebruiken in uw kerststukje. Heeft u het niet, geen enkel probleem. Natuurlijk wordt er gezorgd voor extra materialen die u kunt gebruiken. Aanmelden is verplicht en kan tot vrijdag 8 december. Kosten: € 7,50.



Donderdag 14 december

13.15-15.15 uur

Winterwandeling voor mantelzorgers

Voor informatie, zie dinsdag 10 oktober. Let op tijdstip.

Vrijdag 15 december

10.00-15.00 uur

Kerstbijeenkoms

Locatie: dienstencentrum Het Venster

Vanaf 10.00 uur is er inloop met koffie of thee. De kerstbijeenkoms begint om 10.30 uur. We luisteren naar een meditatie, een kerstverhaal, zingen kerstliederen en er worden gedichten voorgedragen. 's Middags staat er een muzikale bijdrage op het programma. Om 12.00 uur is er een lunch. U wordt van harte uitgenodigd om hierbij aanwezig te zijn! Aanmelden is verplicht en kan tot uiterlijk 13 december. Kosten: € 10,00.

Woensdag 20 december

14.30-16.15 uur

DVD Planet Earth Bergen

locatie: dienstencentrum Het Venster

Deze middag laten we ons meenemen naar de imposante bergwereld en kunt u genieten van een prachtige filmopname. Van harte welkom! Kosten: € 2,50.

Vrijdag 22 december

14.00-15.30 uur

Koffie-inloop

locatie: dienstencentrum Het Venster

Voor informatie, zie 27 oktober.

Dinsdag 26 december

16.00-20.00 uur

Welkom op Tweede Kerstdag

locatie: dienstencentrum Het Venster

Op tweede kerstdag bent u van harte welkom in Het Venster! Een gezellig samenzijn om een spelletje te doen of wat bij te kletsen. Ondertussen wordt er door medewerkers een uitgebreide broodmaaltijd voor u klaar gemaakt. We sluiten af met een kop koffie/thee. Uiteraard zal de kerstsfeer niet ontbreken. Aanmelden is verplicht en kan tot uiterlijk donderdag 21 december. Kosten: € 7,50. Wanneer vervoer echt een probleem is, laat het ons even weten.



Woensdag 27 december

14.30-16.15 uur

Oudejaarsbingo

locatie: dienstencentrum Het Venster

Bijna aan het einde van het jaar wordt er een bingo georganiseerd. Welkom! Kosten: € 3,00.

Vrijdag 29 december

10.00-13.00 uur

Boekenmarkt met oliebollenverkoop

locatie: dienstencentrum Het Venster

Houdt u van lezen of van gezelligheid? Dan bent u vandaag op het juiste adres. Traditiegetrouw wordt er weer een boekenmarkt georganiseerd. Er is een enorme keus aan boeken die te koop worden aangeboden. Tegelijkertijd worden er oliebollen gebakken. Als u oliebollen wilt kopen, is het belangrijk om deze van te voren te bestellen en het aantal door te geven. Er ligt een intekenlijst bij de receptie, opgeven tot uiterlijk vrijdag 22 december.

Deze dag vervalt de open maaltijd, daarvoor in de plaats kunt u soep met een broodje komen eten. Uiteraard is er koffie, thee en limonade verkrijgbaar. Wij hopen u deze dag te ontmoeten!



STRUCTURELE ACTIVITEITEN

Open-maaltijd

Elke werkdag, vanaf 10.30 uur, wordt er gezamenlijk koffie gedronken. Op dinsdag en donderdag worden er vanaf 11.15 uur psalmen en gezangen gezongen. Om 12.00 uur begint de maaltijd tot 13.00 uur. Om 11.50 uur aanwezig zijn. Opgave uiterlijk een werkdag van te voren voor 12.00 uur. Kosten: € 6,00 per keer.

Broodmaaltijd

Elke 1e vrijdag van de maand van 18.00 - 20.15 uur. U dient zich voor deze maaltijd minimaal een dag van tevoren op te geven. Kosten: € 5,00 per keer.

Koffie – inloop

Elke werkdag kunt u vanaf 10.00 – 11.00 uur elkaar ontmoeten in Het Venster. Onder het genot van een kopje koffie/thee kunt u wat bijpraten of een spelletje doen. Welkom!

Koffie-inloop voor mantelzorgers

Elke 4e vrijdagmiddag van de maand van 14.00 – 15.30 uur zijn mantelzorgers hartelijk welkom bij de koffie-inloop bij het Steunpunt. Mantelzorgers treffen elkaar rond koffie of thee en vinden bij elkaar herkenning en lotgenotencontact. Gesprek, ontmoeting en contact zijn de kernwoorden. “Helen door het te delen” krijgt op deze middagen heel concreet vorm.

Houtsnijden

Elke maandag van 14.00 - 16.00 uur. Er wordt voornamelijk fries houtsnijwerk gemaakt, o.a. onderzetters, dienbladen, enz. Kosten: € 12,00 per maand.

Kaarten maken

Elke 3e dinsdag van de maand van 14.00 - 16.00 uur. Door de leidinggevendenden wordt elke keer een nieuw idee uitgewerkt. Kosten: € 3,50 per keer.

Bloemschikken

Elke 4e dinsdag van de maand van 9.45 – 11.30 uur en van 13.45 – 15.30 uur. De bloemstukjes worden door een vrijwillige leidinggevende bedacht en zo leert u bepaalde technieken en het toepassen van materialen. Van te voren wordt u op de hoogte gebracht welke materialen u mee moet nemen. Kosten: € 8,50 per keer.

Houtgutsen

Elke dinsdag van 14.00 – 16.00 uur. Met een beitel of guts worden er tafereelen uit hout gemaakt. Kosten: € 12,00 per maand.

Meer bewegen

Elke woensdag van 9.15 – 10.00 uur en van 10.30 – 11.15 uur. In de 1e groep worden er vooral sta- en loopoefeningen gedaan, bij de 2e groep worden er oefeningen vanuit de stoel gegeven. Kosten: € 8,00 per maand.

Handwerken

Eens per 2 weken op donderdag van 13.45 – 15.45 uur. De kleding die wordt gemaakt is voor Stichting Charité, Wit Rusland. Kosten € 3,00 per maand.

Schilderen

Elke vrijdag van 9.30 – 11.30 uur. Er wordt vooral met olieverf geschilderd. De mensen zorgen voor eigen materialen zoals een schilderpaneel of schilderdoek, penselen en verf. Kosten: € 10,00 per maand.

Schaken/dammen

Elke vrijdag van 9.30 – 11.30 uur. Geconcentreerd het spel spelen. Wie wordt de winnaar? Kosten: € 5,50 per maand.

Weeksluiting

Elke zaterdagavond wordt er een weeksluiting gehouden. Deze bestaat uit gebed, een meditatie en samenzang. Na afloop is er koffie. De weeksluiting begint om 18.30 en is om ca. 20.00 uur afgelopen. Er wordt een collecte gehouden t.b.v. Het Venster.

Moment van Bezinning

Het Venster wil ruimte geven aan het onderlinge geloofsgesprek. Het delen van geloofsvragen met anderen is waardevol en bemoedigend. Deze momenten vinden plaats op de eerste donderdag van de maand van 14.30 – 15.45 uur, in de maanden oktober tot en met maart. Vooraf en na afloop is er gelegenheid om koffie/thee te drinken en na te praten over datgene wat er is besproken. Er wordt een collecte gehouden t.b.v. de gemaakte kosten. Data: donderdag 5 oktober, donderdag 2 november en donderdag 7 december.

Creatief Elspeet

Zorgcentrum Oranjehof – Staverdensedweg 34

Elke 2e dinsdag van de maand van 13.45 – 15.30 uur is er een creatieve middag. De leidinggevendenden verzinnen telkens weer leuke dingen om te maken. Creatief vindt plaats in de maanden september tot en met mei. Aanspreekpunt in Elspeet is Jolien van Asselt.

Informatie

Voor vragen of informatie over de activiteiten kunt u contact opnemen met Geusje van de Werfhorst of Maria Beens van Het Venster.

E-mail: g.vdwerfhorst@hetvenster-nunspeet.nl

Voor vragen of informatie over de activiteiten van Steunpunt Mantelzorg kunt u contact opnemen met Harmke Drost of Lenie Draaijer,

Elburgerweg 15, 8071 TA Nunspeet,

E-mail: mantelzorg@hetvenster-nunspeet.nl

Telefoonnummer Het Venster: 0341-257242

E-mail: info@hetvenster-nunspeet.nl

Wijzigingen voorbehouden.

Wilt u de activiteitenkalender thuis ontvangen, meldt u zich dan aan!

