

Aan de bewoner(s) van dit adres



wijkontmoetingscentrum



PROGRAMMA VAN WOC DE BINNENHOF APRIL, MEI, JUNI 2025

Bewaar dit exemplaar 3 maanden!





Beste buurtbewoners

Met veel plezier presenteer ik dit activiteitenprogramma, waarin we een scala aan activiteiten voor iedereen hebben samengesteld. Of je nu op zoek bent naar creativiteit, gezellige voorjaarsmarkt, mentale uitdagingen, gezellige ontmoetingen of inspirerende gesprekken, er is voor ieder wat wils. Je bent van harte welkom in ons wijkontmoetingscentrum!

Het wijkontmoetingscentrum is er voor jong en oud, óók voor buurtgenoten die voor het eerst de drempel overstappen. De kracht ligt in de diversiteit en toch de verbondenheid van de wijk. Door samen te komen, ervaringen te delen en nieuwe vriendschappen te sluiten bouwen we aan een warme en levendige gemeenschap waar iedereen zich thuis voelt. Dit programma is een uitnodiging om die verbinding te ontdekken, jouw talenten te ontplooiën en deel te nemen aan de vele activiteiten die we met hart en ziel met veel buurtbewoners, clubs en organisaties organiseren. Dóór en vóór de buurt.

We hopen je enthousiast te maken met dit programma en vooral: dat je meedoet. Want juist door samen actief te zijn, maken we de wijk levendig en warm. Samen kunnen we meer dan ieder van ons apart. Ik kijk ernaar uit om jullie te ontmoeten, ideeën uit te wisselen en samen mooie momenten te creëren.

Tot ziens in het wijkontmoetingscentrum!

Hartelijke groet ook namens alle vrijwilligers,

Jenet Brons-Bonestroo
Coördinator WOC Nunspeet

Contactgegevens

WOC de Binnenhof

Colijnstraat 78 8072 AW Nunspeet

Telefoonnummer : 088-0565559

(bereikbaar op werkdagen van 10.00 tot 16.00 uur)

E-mail : binnenhof@wocnunspeet.nl

Meer informatie op : www.wocnunspeet.nl

Bekijk ook onze facebook pagina en volg ons

www.facebook.com/wocdebinnenhof

Colofon 02 - 2025

Dit activiteitenprogramma is een uitgave van WOC Nunspeet en verschijnt 4x per jaar.

Dit boekje is samengesteld door WOC Nunspeet, in samenwerking met buurtbewoners en diverse organisaties.

Teksten : Lineke Westerhof en
Jenet Brons- Bonestroo
Design : Deniz en Nilufer Meseli
Foto's : Lineke Westerhof en
Jenet Brons-Bonestroo

Website : Jenet Brons-Bonestroo

Drukkerij en verspreiding:

All-Inn Verspreidingen Twello

Volgende verschijningsdatum omstreeks
24 juni 2025

Inloopmomenten

WOC de Binnenhof is uitgezonderd zaterdag elke dag open. U kunt onder het genot van een bakje koffie of thee een praatje maken, krant of tijdschrift lezen of biljarten. Voor kinderen is er voldoende speelgoed en tekenmateriaal. Er is ook een boekenkast waaruit u boeken kunt lenen of ruilen.



De open inloopmomenten zijn op:

Maandag t/m vrijdag : 09:30- 16:00 uur

Zondag : 14:00-16:30 uur

Tijdens en naast deze openingstijden zijn er ook diverse activiteiten. In dit programmaboekje kunt u hierover lezen.

WIJ HOPEN JULLIE TE ONTMOETEN!

Consumptielijst:

Koffie/thee/koffie met melk/café de lait/	: €1,-
Cappuccino, latte macchiato, sapje,	: €1,50
Diverse alcoholhoudende drankjes	: €2,-

Het WOC schenkt 2 alcoholhoudende drankjes per persoon per activiteit.

Is vervoer een probleem?



Bel de SWN voor het AMVO vervoer
0341 25 20 20.

De AMVO is bedoeld voor ouderen en mensen met een beperking. Rolstoelvervoer behoort tot de mogelijkheden. De AMVO richt zich op vervoer van meerdere personen tegelijk. De chauffeurs zijn gemotiveerde vrijwilligers.



Wist u dat u elke dag gebruik kunt maken van een warme maaltijd om 12:00 uur? Bel ons gerust op welke dagen er nog plek is aan de tafel en we zien u graag verschijnen.

Ga toch fietsen!



Even er op uit in de frisse buitenlucht. Samen trappen is gezelliger dan in je eentje. Onze duofiets staat voor jullie klaar voor gezellige en mooie fietstochten ín en rondom Nunspeet. Neem contact op en reserveer de fiets. U krijgt dan alle informatie die u nodig hebt.

AAN HET WOORD

Deniz & Nilufer Meseli



In de Veluwe Heuvel zijn diverse vrijwilligers actief. In deze rubriek vertellen Deniz en Nilufer wat zij voor WOC Nunspeet betekenen.

Wie zijn Deniz en Nilüfer?

Wij zijn getrouwd en hebben een zoon. We wonen in Nunspeet en runnen hier ons reclamebureau, **Nitro Grafisch**. Naast design, drukwerk en reclamevideo's, zijn we voornamelijk actief in social media management.

Als Nitro Grafisch tillen we merken naar het niveau dat ze verdienen op sociale media! We beheren de social media-accounts van bedrijven met wekelijkse creatieve advertenties, pakkende video's en opvallende visuals. Maar we doen meer dan alleen posten: we creëren content die de juiste doelgroep raakt, interactie stimuleert en echte resultaten oplevert.

Wij zijn allebei afgestudeerd aan de Faculteit Communicatie van de Universiteit van Ankara, waar we uitgebreide opleidingen hebben gevolgd in Reclame, Public Relations, Film en Televisie. Met meer dan 20 jaar ervaring in televisieproductie, reclamebureaus en magazines, hebben we gewerkt als regisseur, art director, grafisch ontwerper en ondernemer. Dankzij onze expertise in visuele communicatie weten we niet alleen artistieke, maar ook

commercieel succesvolle projecten te realiseren.

Hoe zijn jullie betrokken geraakt bij het WOC?

In 2018 werden we betrokken bij het WOC. De gemeente Nunspeet heeft ons in contact gebracht met het WOC.

Kunnen jullie uitleggen wat jullie voor het WOC doen?

Het WOC organiseert veel en diverse activiteiten. Wij ondersteunen deze activiteiten door het ontwerpen van flyers. Daarnaast verzorgen we de vormgeving van het programmaboekje, dat elk kwartaal wordt uitgegeven.

Zouden jullie iets willen zeggen tegen de inwoners van Nunspeet of over het WOC?

Nunspeet is een buitengewoon dorp. Met zijn bossen, water en serene sfeer voelt het als een stukje paradijs. Wij moeten allemaal de waarde van dit prachtige dorp erkennen. We hebben het voorrecht om hier te wonen en moeten ernaar streven om Nunspeet te beschermen en nog mooier te maken. Laten we samen bijdragen aan het behoud en de verdere ontwikkeling van dit bijzondere dorp!

Deniz en Nilüfer, bedankt voor jullie verhaal!

Structurele activiteiten:

Naast de openingstijden vinden er ook activiteiten plaats die wekelijks of maandelijks terugkomen. Ons structurele programma vindt u in onderstaande tabel.

Houd u onze website en de facebookpagina in de gaten voor activiteiten die niet in het boekje staan, maar op een later moment gepland worden?

Dag	Activiteit	Tijd	Extra informatie
Maandag	Vrouwen kletsochtend	09:00-10:30 uur	Deze gezellige vrouwenkletsgroep is het initiatief van Stichting Present. Hartelijk welkom om aan te sluiten. Dit koffiemoment is ook geschikt voor vrouwen die de taal willen leren.
Maandag	Schilderen met Ineke	14:00-15:30 uur	Wil je je creativiteit de vrije loop laten gaan en genieten van een ontspannen schilderervaring? Sluit je aan bij de schildersles van Ineke. Zij begeleidt je bij het ontwikkelen van schildersvaardigheden, of je nu beginner bent of al enige ervaring hebt: de informele gezellige sfeer zorgt ervoor dat iedereen zich op zijn gemak voelt. Sluit aan en geef kleur aan de maandagmiddag. €5,- per sessie inclusief materiaal of €3,- exclusief materiaal, 1 consumptie inbegrepen.
Dinsdag	Creatieve damesclub	10:00-12:00 uur	Leuke bloemstukken, creatieve tassen of andere creatieve uitspattingen is wat deze groep speciaal maakt. Kom gerust eens kijken als u denkt hier uw creativiteit kwijt te kunnen.
Dinsdag	Mannenclub	13:30-16:00 uur	Mannen onder elkaar klussen aan projecten. Welkom om mee te klussen!
Dinsdag	Spelletjesgroep	13:30-16:00 uur	Deze gezellige groep doen verschillende spelletjes. Sjoelen, rummicub etc. Schuif gerust eens aan voor ontspanning en gezelligheid.
Dinsdag	Open oefenavond Keltische Keilers	19:30-21:00 uur	De Keltische Keilers oefenen hun repertoire waar een ander ondertussen geniet van de koffie. Elke week zijn ze er weer, en de koffie wordt weer trouw geserveerd. Tot ziens!
Woensdag	Geheugenfitness	10:00-11:00 uur	De gratis geheugenfitness is een initiatief van steunpunt Mantelzorg Nunspeet, SWN, Interakt contour en Zorggroep Noordwest Veluwe. Tijdens dit uur activeert u het geheugen d.m.v. het ophalen van herinneringen, en diverse geheugenoefeningen. Het is bedoeld voor mensen die merken dat hun geheugen niet meer zo goed werkt als voorheen. Hiervoor kunnen allerlei redenen zijn. Aanmelden is niet nodig. U kunt geheel vrijblijvend kennismaken met de geheugenfitness.

Woensdag oneven week	KinderBijbel- Club	13:30-16:00 uur	Vind je het fijn om naar verhalen te luisteren, te zingen en te knutselen en om samen met andere kinderen gezellig bij elkaar te zijn? Kom dan samen met je vrienden naar onze club! We vinden het heel gezellig wanneer jij ook komt. Opgeven is niet nodig en er zijn geen kosten aan verbonden.
Woensdag even week	Stoelpilates	14:00-14:45 uur	Met stoelpilates werken we aan ademhaling, juiste houding, spierversterkende oefeningen en stretchen. Alle oefeningen doen we vanuit de stoel i.v.m. valgevaar dus geschikt voor alle leeftijden. U kunt 1x kosteloos meedoen. Als u interesse hebt kunt u een 10 rittenkaart kopen voor €15,-
Woensdag oneven week	Handwerkgroep	19:00-21:00 uur	Tijdens handwerken delen buurtbewoners dezelfde passie: handwerken. Dit kan op diverse manieren: borduren, kantklossen, haken, breien. Je bent van harte welkom! (In de voorjaarsvakantie is de groep afwezig)
Donderdag	Koffie +	10:00-12:00 uur	Een gezellig en aangekleed koffiemoment voor iedereen! Dit is een initiatief van diverse inwoners van Nunspeet die het fijn vinden u en jouw te ontmoeten. De plus staat voor een extratje bij de koffie, gezelligheid en ontspanning. We hopen u en jouw te ontmoeten!
Donderdag oneven week	Inloop Mee	10:00-12:00 uur	MEE biedt hulp voor iedereen met vragen. Zie verdere uitleg op blz. 17 de Binnenhof in dit programmaboekje.
Donderdag	Mannenclub	13:30-16:00 uur	Mannen onder elkaar klussen aan projecten. Welkom om mee te klussen!
Donderdag	Spelletjesgroep	13:30-16:00 uur	Deze gezellige groep doen verschillende spelletjes. Sjoelen, rummicub etc. Schuif gerust eens aan voor ontspanning en gezelligheid.
Donderdag even week	TienerClub Jona	19:00-21:00 uur	Vind je het fijn om naar verhalen te luisteren en samen te lezen? Vind je het leuk om gezellig samen te zijn met leeftijdsgenoten (10-14 jaar) en om samen iets te ondernemen? Kom dan samen met je vrienden naar onze club! We vinden het heel gezellig wanneer jij ook komt. Opgeven is niet nodig en er zijn geen kosten aan verbonden.
Vrijdag	Stoelpilates	10:00-10:45 / 11:00-11:45 uur	Met stoelpilates werken we aan ademhaling, juiste houding, spierversterkende oefeningen en stretchen. Alle oefeningen doen we vanuit de stoel i.v.m. valgevaar dus geschikt voor alle leeftijden. U kunt 1x kosteloos meedoen. Als u interesse hebt kunt u een 10 rittenkaart kopen voor €15,-

Vrijdag 1x p. mnd.	Bewegen voor ouderen met fysio	10:00-10:30 uur	Bewegen zorgt voor soepele spieren. Elke maand wordt er in De Binnenhof onder begeleiding van Patrick van der Meijden een les verzorgd. Welkom mee te doen! Bel gerust even op welke datum hij komt.
Vrijdag	Zoete inval	14:00-16:00 uur	U kunt een drankje bestellen waarbij een hapje geserveerd wordt. U ben van harte welkom.
Vrijdag	Dungeons and Dragons	19:00-22:00 uur	D&D is een bordspel wat gespeeld wordt in een fantasierijke wereld. Nieuwsgierig? Kom dan gerust eens langs. Kijk eens op onze Facebook https://www.facebook.com/bordspelclubnunspeet/ of neem contact op met bordspellenclubnunspeet@gmail.com
Zaterdag (laatst zaterdag v.d. maand)	Pannenkoeken eten	11:30-13:30 uur	De traditie van het oudhollandse pannenkoekenbakken mag zich in steeds meer belangstelling verheugen! Zowel de naturel- als de kaas- en zeker de spekpannekoeken staan hoog op de wensenlijst en worden ter plaatse gebakken! Vanwege de grote belangstelling en de low-budgetprijs vragen wij u zich 2 dagen van te voren op te geven bij de balie van het WOC of telefonisch: wij zorgen dan voor een gezellige gedekte tafel!
Zondag	Gezellig samen zijn	14:00-16:30 uur	Kom er gezellig bij voor een hapje, drankje en een praatje.

Variërende activiteiten:

Om u te voorzien van een gevarieerd programma en naar wens van inwoners van Nunspeet die dit aan ons gemeld hebben zijn de volgende activiteiten ontstaan. U vindt ze in onderstaande tabel. We zien u/jouw graag!

Houd u onze website en de facebookpagina in de gaten voor activiteiten die niet in het boekje staan, maar op een later moment gepland worden?

Datum	Activiteit	Tijd	Extra informatie
Woensdag 2 april	Bingoavond	19:00-21:00 uur	Tijdens een gezellige bingo maakt u kans op prijzen die passen bij pasen en het voorjaar. We spelen voor €7,- 5 rondjes met extra lotingen. Welkom!
Vrijdag 4 april	Pannenkoekenfeest?	12:00 uur	4 april is het Nationale pannenkoekendag! Wie doet mee om dit op een leuke manier te vieren in het WOC? We horen het graag!
Vrijdag 4 april	Kinderkledingmarkt	19:00-21:00 uur	Op 4 april wordt het WOC omgetoverd tot een heus tweedehands kinderkledingfestijn! Kom heerlijk mooie kinderkleding shoppen voor kleine prijsjes! Voor meer informatie check de flyer! Op Facebook en instagram staat nog meer informatie! We zien je graag op 4 april!
Maandag 7 april	Opptreden van De Ladies	19:30-21:00 uur	Hartelijk welkom om te luisteren naar De Ladies, een vrolijk dames koor.
Woensdag 9 april	paasbuffet	18:00-21:00 uur	Er staat een gevarieerd buffet klaar met warme gerechten en koude hapjes en salades. Met een heerlijk nagerecht sluiten we de maaltijd af. Betalen bij opgave bij de balie van het WOC, uiterlijk vrijdag 28 maart. Kosten €13,50 p.p.

Zaterdag 12 april	Voorjaarsmarkt	10:00-16:00 uur	Een gezellige voorjaarsmarkt waarbij u diverse artikelen kunt kopen. Er is ook gelegenheid om deel te nemen aan de workshop paastakken decoreren. Hebt u paastakken ons die we hiervoor kunnen gebruiken? We houden ons aanbevolen. Houd onze facebookpagina en website in de gaten voor meer informatie voor de markt. Tot dan!
Woensdag 16 april	Informatieavond Criminaliteit	19:00-21:00 uur	De Regiobank vertelt u graag meer over de vormen van bankfraude en waar u op moet letten zodat u snel in de gaten hebt dat u met een fraudeur te maken heeft. De politie vult aan met praktijkverhalen en vertelt u op welke manier de politie optreedt tegen fraude aan de deur. Kent u iemand die gebaat is bij deze informatieavond, wilt u ze erop attenderen? Kijk voor meer informatie op blz. 15 de Binnenhof.
Maandag 21 april	Paasbrunch	11:00-14:00 uur	We serveren een gevarieerde paasbrunch op tweede paasdag. Welkom! Opgeven kan via de balie en u kunt betalen bij opgave. €7,-
Woensdag 23 april	Start van cursus Excel	19:30 uur	Welkom bij de cursus Excel! Zie voor meer informatie blz16 de Binnenhof.
Woensdag 23 april	Quizavond	19:00-21:00 uur	Tijdens de kennisquiz worden in verschillende categorieën uw kennis getest. Leuk om samen te doen of aan te sluiten bij een groepje.
Zaterdag 26 april	Koningsdag	10:00-13:30 uur	Koningsdag starten we met koffie en een oranjetompuce. We maken er een gezellige ochtend van en sluiten af met de welbekende pannenkoeken op de laatste zaterdag van de maand. Meldt u aan.
Zaterdag 3 mei	In rust samen komen	10:00-11:30 uur	De deelnemers van deze groep herkennen bij elkaar de lage energie door diverse beperkingen. Ze komen maandelijks bij elkaar om in een rustige omgeving tóch fijne sociale contact op te doen. En doen dan ook activiteiten binnen hun energieniveau. Herken jij je in de volgende beperkingen: ME/CVS, de ziekte van Lyme, fybromyalgie, Long-covid. Neem dan contact op met de coördinator. Wie weet ontmoeten we ook jou.

Maandag 5 mei	Bevrijdingsdag	17:00-20:30 uur	Tijdens een gezellig buffet vieren we de 80 jarige bevrijding van Nunspeet. Aansluitend zal zanggroep De Keilers een optreden verzorgen om met muziek en zang de bevrijding vieren. Kijk voor meer informatie op blz. 15 de Binnenhof
Woensdag 7 mei	3 gangendiner	17:30 uur	We serveren u een heerlijk 3 gangendiner waarbij het thema maandelijks afkomstig is uit een land. We koken voor maximaal 30 personen, kosten zijn €8,50 .p.p. Opgeven en betalen kan tot zaterdag 3 mei.
Zaterdag 10 mei	Cupcakes versieren voor moederdag	14:00-15:30 uur	Kom jij ook 4 cupcakes versieren voor moederdag? Leuk dat je erbij bent! Laat het weten vóór 6 mei. Je maakt 4 prachtige cupcakes en een doos voor €4,-. Leeftijd vanaf 8 jaar. Zien we je dan?
Woensdag 14 mei	Bingo	14:00-15:30 uur	Bingo ontbreekt niet aan ons gevarieerd programma. Maak kans op mooie, leuke en nuttige prijzen. We spelen voor €7,- 5 rondjes met extra lotingen. Welkom!
Dinsdag 20 mei	Schildersworkshop met Astrid en Marijke	19:00-21:30 uur	Op bewerkt schuttinghout kun je een prachtig schilderij maken. Geef je op bij Astrid of Marijke, want met 5 personen gaat de schildersworkshop door. €25,- .p.p. Zie blz 12 Veluwe Heuvel.
Woensdag 21 mei	Quizavond	19:00-21:00 uur	Tijdens de kennisquiz worden in verschillende categorieën uw kennis getest. Leuk om samen te doen of aan te sluiten bij een groepje.
Zaterdag 24 mei	In rust samen komen	10:00-12:30 uur	De deelnemers van deze groep herkennen bij elkaar de lage energie door diverse beperkingen. Toch komen ze maandelijks bij elkaar om in een rustige omgeving tóch fijne sociale contact op te doen. En doen dan ook activiteiten binnen hun energieniveau. Herken jij je in de volgende beperkingen: ME/CVS, de ziekte van Lyme, fibromyalgie, Long-covid. Neem dan contact op met de coördinator. Wie weet ontmoeten we ook jou.
Woensdag 28 mei	Het Eper Wegpiraten Koor	19:00-21:00 uur	Luister mee naar het gevarieerde repertoire van dit gezellige koor onder het genot van een lekker drankje.
Donderdag 29 mei	Hemelvaartsdag		WOC is op Hemelvaartsdag gesloten

Woensdag 4 juni	3 gangendiner	17:30 uur	We serveren u een heerlijk 3 gangendiner waarbij het thema maandelijks afkomstig is uit een land. We koken voor maximaal 30 personen, kosten zijn €8,50 .p.p. Opgeven en betalen kan tot zaterdag 3 mei.
Zondag 8 juni	High tea	14:00-16:30 uur	Op eerste pinksterdag kunt u deelnemen aan de high tea. Om u te voorzien van al het lekkers en verschillende soorten thee of koffie is het fijn als u ons laat weten dat u komt. Opgeven en direct betalen kan bij de balie, kosten €5,50.
Zaterdag 21 juni	In rust samen komen	10:00-11:30 uur	De deelnemers van deze groep herkennen bij elkaar de lage energie door diverse beperkingen. Toch komen ze maandelijks bij elkaar om in een rustige omgeving tóch fijne sociale contact op te doen. En doen dan ook activiteiten binnen hun energieniveau. Herken jij je in de volgende beperkingen: ME/CVS, de ziekte van Lyme, fybromyalgie, Long-covid. Neem dan contact op met de coördinator. Wie weet ontmoeten we ook jou.
Woensdag 25 juni	Bingoavond	19:00-21:00 uur	Bingo ontbreekt niet aan ons gevarieerd programma. Maak kans op mooie, leuke en nuttige prijzen. We spelen voor €7,- 5 rondjes met extra lotingen. Welkom!

Opgeven voor activiteiten in het WOC kan als volgt:

- Bij de balie in het WOC;
- Via ons E-mailadres;
- Bellen naar het WOC.

Kijk per activiteit voor welke datum wij u opgave graag ontvangen. Soms is opgeven bij de balie verplicht i.v.m. kosten die aan de activiteit zijn verbonden.

Kidspagina

Spelen

**Heb jij onze speelgoedkist al ontdekt?
Meerdere buurkinderen hebben speelgoed gebracht.
Kom je ook eens spelen?**



**Kom je ook cupcakes versieren in de
Binnenhof op zaterdag 10 mei? We maken ze
heel mooi, speciaal voor moederdag. Kijk in
de activiteitenkalender van WOC de Binnenhof.**



Woordzoeker



Ben jij een echte speurneus? Zoek alle woorden uit de lijst op in het letterveld en streep ze door. Welke letters houd je over? Zet ze achter elkaar en je weet de oplossing.

baken
bries
dartel
detail
drang
drank

dromer
gebouw
geeuwen
geleiden
gezet
helaas

iets
kersvers
klasse
kooi
kopen
koper

kunst
lijster
matras
oprapen
sate
spinrag

stelt
stemmen
vitrage
wasbak

k	n	a	r	d	s	d	r	o	m	e	r	w	s		
n	w	n	e	p	a	r	p	o	r	i	k	a	a		
e	d	t	v	i	t	r	a	g	e	o	n	s	r		
d	a	r	k	s	e	s	a	e	p	n	s	b	t		
i	r	e	a	t	a	r	n	e	o	e	r	a	a		
t	l	e	t	s	s	n	n	a	n	u	k	m	e	k	m
e	b	l	e	i	j	e	i	g	l	l	w	k	m	v	
z	r	e	l	k	p					e	t	e	s		
e	i	g	a	s	j					n	h	t	r		
g	e	b	o	u	w					e	e	s	e		
e	s	s	a	l	k					i	o	o	k		



Oplossing:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Lever je puzzel in bij het WOC vóór 24 mei. Op maandag 26 mei maken we via facebook de winnaar bekend. Beloning: Stripboek 1 van Dutch tuber

Naam:.....

Telefoonnummer:.....

Voedselkast in WOC de Binnenhof



Elke maand kunt u als inwoner van Nunspeet een product van de maand inleveren voor de stichting Voedselhulp Nunspeet, in het kastje buiten, of in de krat binnen. Op deze manier kunt u bijdragen aan de boodschappen die wij als Stichting Voedselhulp Nunspeet, weer uitdelen aan mensen die niet rond kunnen komen. Elke week komen er ruim 40 gezinnen bij ons boodschappen doen, en natuurlijk is er ruimte voor meer mensen die we graag willen helpen. Zo kunnen we met elkaar bijdragen aan een volle boodschappentas voor hen die het nodig hebben. Houd u de lijst in de gaten van

welke producten welke maand nodig zijn?

Producten voor april: tomatensaus in pak of pot
Producten voor mei: pannenkoekmix/
schenkstroop/poedersuiker

Producten voor juni: koekjes/biscuit/Sultana.
Dus komt u zelf maar moeilijk rond, of kent u iemand die daar moeite mee heeft, aarzel dan niet om met ons contact op te nemen, via info@voedselhulpnunspeet.nl of 06-42274735, bereikbaar op werkdagen tussen 9-10 uur. Belt u buiten deze tijden, dan wordt u teruggebeld.

Ruimte gebruiken?

Als ons activiteitenprogramma gevuld is blijft er nog ruimte over om het WOC beschikbaar te stellen voor andere groepen, clubs, bijeenkomsten, vergaderingen etc. De huurprijs is afhankelijk van de groep. We maken namelijk een onderscheid tussen

commerciële doeleinden of samenkomsten met een maatschappelijk karakter. De reserveringen worden vastgelegd in een huurovereenkomst. In afstemming met de coördinator kunt u een reservering maken voor de voor u geschikte locatie.

Medipoint uitleenpunt bij WOC De Binnenhof

Bij het uitleenpunt kan je terecht voor het lenen en retour brengen van kleine hulpmiddelen. Het gaat om hulpmiddelen die makkelijk in de kofferbak van de auto passen. Hierbij kan je denken aan een douchestoel, een rugsteun of bedverhogers.

De hulpmiddelen* worden vergoed door de zorgverzekeraar vanuit de basisverzekering zonder dat er kosten zijn vanuit het eigen risico. Je kan maximaal 26 weken een hulpmiddel lenen. Hierna is de mogelijkheid om het hulpmiddel aan te vragen via de gemeente** via de WMO of dient u het hulpmiddel zelf aan te schaffen.



*Uitzondering zijn de loophulpmiddelen (krukken, rollator of looprek). Deze worden niet vergoed door de zorgverzekeraar en kunnen gehuurd worden.

**De gemeente bepaald welke hulpmiddelen er worden vergoed vanuit de WMO

Vernieuwd openingstijden:

Maandag	: gesloten
Dinsdag	: 10.00 -16.00 uur
Woensdag	: 10.00 -12.00 uur
Donderdag	: 10.00 -16.00 uur
Vrijdag	: 10.00 -16.00 uur

Uitgelicht



80 jaar bevrijd!

Tijdens een gezellig buffet vieren wij de 80 jarige bevrijding van Nunspeet. Aansluitend zal zanggroep De Keilers een optreden verzorgen om met zang en muziek de bevrijding te vieren. Wilt u mee eten? Geef u op vóór 28 april via binnenhof@wocnunspeet.nl. (Er geldt een maximum aantal) U bent uiteraard ook welkom om vanaf 19:00 uur te luisteren naar het optreden. Welkom!

Informatieavond Veilig online bankieren

Wijkontmoetingscentrum De Binnenhof organiseert in samenwerking met de politie en Leemans Adviseur zelfstandig adviseur van Regiobank een workshop veilig online bankieren. Tijdens deze workshop vertellen wij u graag meer over de vormen van bankfraude en waar u op moet letten zodat u snel in de gaten heeft dat u met een fraudeur te maken heeft. De politie vult aan met praktijkverhalen en vertelt u op welke manier de politie optreedt tegen fraude aan de deur.

U bent van harte welkom.

Waar : WOC de Binnenhof

Wanneer : Woensdag 16 april 2025

Tijd : 19:00-21:00 uur

Workshop: Schilderen op bewerkt schutting hout

Wij zijn Marijke en Astrid. Wij geven 1x per maand workshops bij WOC de Binnenhof en WOC Veluwe Heuvel. Wat houdt de workshop in: Schilderen op bewerkt schutting hout. De workshop gaat door wanneer er minimaal 5 deelnemers zijn, die zich vooraf opgeven. Het werkstuk wordt vooraf voorbereid door Marijke en Astrid. Kosten zijn €25,- p.p.

Houd onze socials goed in de gaten voor de data én je kunt direct zien wat er geschilderd kan worden. Opgeven kan altijd rechtstreeks

bij: Astrid : 06-28758842 of

bij Marijke : 06-28088161.

Facebookpagina : AstridsAtelierDownunder

Instagram : AstridsAtelierdownunder

e-mail : astrid.bonhof@gmail.com

Nieuw in WOC De Binnenhof

"Gelukkig ouder worden".

Op een positieve manier kijken naar het ouder worden is een kunst. "Gelukkig ouder worden" wordt gestimuleerd, als je tevreden bent met het tot nu toe geleefde leven, ondanks ziekte, verliezen en dergelijke. Met een groep nadenken over "Gelukkig ouder worden" is een mooie manier om te delen wat er in uw leven speelde en hoe we elkaar kunnen ondersteunen op een positieve manier. De groep wordt begeleid door een medewerker van Centrum voor levensvragen, die met de deelnemers aan de hand van een thema het onderwerp bespreekbaar maakt. Elke maand bent u welkom bij beide wijkontmoetingscentra om aan te sluiten bij de groepsgesprekken. Hopelijk maken we kennis met u. Welkom!

Kijk voor meer informatie over wat Centrum voor levensvragen jou/u kunt betekenen op www.centrumvoorlevensvragen.nl

Workshop Veilig Online bankieren

Herken de trucs van een internetcrimineel

RegioBank

POLITIE

LEEMANS ADVISEURS
Zelfstandig adviseur van Regiobank



Koffie +

Tijdens een gezellig buffet vieren wij de 80 jarige bevrijding van Nunspeet. Aansluitend zal zanggroep De Keilers een optreden verzorgen om met zang en muziek de bevrijding te vieren. Wilt u mee eten? Geef u op vóór 28 april via binnenhof@wocnunspeet.nl. (Er geldt een maximum aantal) U bent uiteraard ook welkom om vanaf 19:00 uur te luisteren naar het optreden. Welkom!

Cursus Excel

Ken jij Excel niet, of weet je (nog) niet wat je hiermee kunt, maar ben je wel benieuwd? Kom dan gerust langs. In het WOC start op woensdag 23 april wekelijks een Excel cursus. Op een gemoeidelijke wijze worden eenvoudige en diepgaande onderwerpen aangeboden, van een simpele berekening naar programmeren met VBA. Naar verwachting vult de cursus 16 weken. Elke woensdagavond van 19:00-21:00 uur welkom in de Binnenhof!

Papa en/of mamacafé

Lijkt het jou leuk om samen te komen

met anderen ouders voor ontspanning en gezelligheid mét de kindjes? Om informatie uit te wisselen met gelijkgestemden? Hartelijk welkom in het WOC. Wij helpen jullie graag op weg om voor een gezellig en stabiel groepje van buurtbewoners die zelfstandig in het WOC samen kunnen komen. Neem gerust contact op als het je leuk lijkt hier het voortouw in te nemen. Tot horens!

Gezond en goed met elkaar

Doe mee aan de gratis cursus 'Gezond en goed met elkaar' in WOC De Binnenhof!

In een groep van maximaal 10 deelnemers ga je samen aan de slag met je gezondheid. Onderwerpen zoals voeding, stress, doelen stellen, hulp vragen en dankbaarheid komen aan bod. Je doet verschillende oefeningen en deelt ervaringen met elkaar.

De cursus wordt gegeven door Ellen Drost, leefstijlcoach in Nunspeet. De cursus begint met een kennismakingsgesprek met de coach. Verder bestaat de cursus uit 8 groepsbijeenkomsten, en 2 persoonlijke gesprekken met de coach. De cursus is op dinsdagochtend van 9.00 tot 10.30. Vanaf 1 april tot 17 juni.

Meld je aan bij Iris Koelmans, via email: i.koelmans@vu.nl of bellen/whatsapp: 06-42198491. Voor meer in formatie, kijk op onze website: www.cursusmetelkaar.com.

Datum	Soort bijeenkomst
1 april - tussen 9.00-17.00	Kennismakingsgesprek met coach
8 april - 9.00-10.30	Bijeenkomst 1
15 april - 9.00-10.30	Bijeenkomst 2
22 april - 9.00-10.30	Bijeenkomst 3
29 april	Geen bijeenkomst!
6 mei - 9.00-10.30	Bijeenkomst 4
13 mei - 9.00-10.30	Bijeenkomst 5
20 mei - tussen 9.00-17.00	Persoonlijk gesprek met coach
27 mei - 9.00-10.30	Bijeenkomst 6
3 juni - 9.00-10.30	Bijeenkomst 7
10 juni - 9.00-10.30	Bijeenkomst 8
17 juni tussen 9.00-17.00	Persoonlijk gesprek met coach

Belangrijke informatie

Burendag 2025



Zaterdag 27 september vieren we burendag. Helpt u mee met de organisatie? Meldt u aan om samen met het WOC een gezellige dag te creëren.

Onafhankelijke cliëntondersteuning in de gemeente Nunspeet

Heb je een vraag op het gebied van zorg, onderwijs, welzijn, wonen, werk of inkomen?



SAMEN

Wil je graag dat iemand met je meegaat naar een gesprek, met de gemeente, een wijkteam of bijvoorbeeld het UWV? Dat iemand je helpt bij het doen van een aanvraag? Samen met jou bekijkt welke mogelijkheden er voor je zijn wanneer je het niet eens bent met de aanpak of het besluit van een instantie? Of gewoon iemand die alles eens samen met je op een rijtje zet, en vanuit jouw belang bekijkt welke mogelijkheden er zijn in jouw situatie? Voor deze vragen kan iedereen terecht bij MEE Samen. Gratis, zonder verwijzing en onafhankelijk.

Je kunt contact opnemen via **088 633 0633** of via e-mail **info@meesamen.nl**.

De cliëntondersteuners van MEE weten veel.

Over ouderen, mensen met psychische klachten, chronische ziekten en niet-aangeboren hersenletsel en autisme. Maar ook over mensen die leven met beperkingen. (Licht) verstandelijke, zintuiglijke of lichamelijke beperkingen. MEE Samen is er voor iedereen

Valpreventie

Bent u ook bang om te vallen?

U wilt natuurlijk zo lang mogelijk zelfstandig blijven. Zo wilt u blijven genieten van de dingen die voor u belangrijk zijn. Door een val kan dit plotseling veranderen, zelfs als u nog gezond en sterk bent.

Gelukkig kunt u zelf veel doen om een val te voorkomen!

Laat een val risicotest afnemen. Hierin wordt bepaald of u verhoogt valrisico heeft en volgt er een doorverwijzing.

Vaak valt u door verminderde spierkracht of evenwicht problemen. Hiervoor biedt de WOC De Veluwe Heuvel en De Binnenhof gepaste activiteiten, zoals: Fysio gym, Stoel Pilatus, jeu de Boules, fietsen op de duo-fiets, wandelgroep en Koersbal.

Wilt u meer informatie of kennis komen maken.

U bent van harte welkom.

Neem dan contact op met Anniek Verkouw

anniek.mahler@znwv.nl

06-83192366



Zelfstandig en prettig wonen met de juiste ondersteuning

Wilt u zo lang mogelijk zelfstandig en met plezier in uw eigen huis blijven wonen? Zorggroep Noordwest-Veluwe biedt diverse vormen van ondersteuning die bijdragen aan uw zelfredzaamheid en welzijn. U kunt bij ons voor het volgende terecht:

- **Dagbegeleiding: plezier, ontspanning & samenzijn**

Op een gezellige manier de dag doorbrengen en onder de mensen blijven, daar kan dagbegeleiding bij ondersteunen. U kunt hiervoor terecht in De Binnenhof of de Veluwe Heuvel. Kom gerust een keer vrijblijvend kijken! Heeft u hulp of assistentie nodig neem dan contact op met dagbestedingscoach Anniek Verkouw, telefoonnummer: 06-83192366.

- **Thuiszorg: met hulp prettig thuis blijven wonen**

Thuiszorg met aandacht. Voor langere tijd als dat nodig is, maar ook als u tijdelijke zorg aan huis nodig hebt, bijvoorbeeld na een operatie. Verzorgenden en verpleegkundigen van de Zorggroep staan voor u klaar.

Stichting Zorggroep
Noordwest-Veluwe



- **Volledig pakket thuis (VPT)**

Met het volledig pakket thuis (VPT) kunt u ook als u intensieve zorg en ondersteuning thuis blijven wonen. De zorg is vergelijkbaar met de zorg in een woonzorglocatie.

- **Beeldzorg**

Met behulp van beeldcontact kunt u uw zelfredzaamheid vergroten. We ondersteunen u waar nodig, zonder dat daarbij een zorgverlener bij u thuis hoeft te komen.

- **Persoonsalarmering**

Als de nood aan de man komt, is het een geruststellend idee dat u kunt terugvallen op hulp en ondersteuning. Ook daarvoor kunt u bij ons terecht.

Meer informatie over een van deze onderwerpen?

Kijk op www.znvw.nl/thuis of bel (tijdens kantooruren) met het servicebureau van Zorggroep Noordwest-Veluwe: **088-0563000**.

Interakt Contour

Interakt Contour is er voor mensen die problemen ervaren als gevolg van hersenletsel, na bijvoorbeeld een beroerte, ongeluk of hersentumor. Hersenletsel verandert hun leven en dat van hun naasten; terug naar werk of school lukt vaak niet en thuis is alles anders.

Toch is er altijd iets mogelijk. Dáár richt Interakt Contour zich op, met gespecialiseerde zorg en ondersteuning. Cliënten en hun naasten boeken resultaten op het gebied van leven, wonen en werken. Interakt Contour biedt daarvoor behandeling, begeleiding, dagbesteding en 24-uurs zorg in Oost en Midden Nederland.

InteraktContour

VERDER MET HERSENLETSEL

Dagbesteding en individuele begeleiding

Colijnstraat 82-84

8072 AW Nunspeet

06-10143488

Nunspeet@interaktcontour.nl



Vrijwilligerspagina

Dóór en vóór de buurt

WOC Nunspeet heeft 2 locaties waar buurtbewoners samen kunnen komen. Hieruit ontstaan soms initiatieven waardoor er een activiteitenprogramma ontstaat. De buurman die schilderles geeft, de buurvrouw verzorgt hapjes en drankjes bij de borrel op vrijdagmiddag enzovoort. De buurtbewoners die zich inzetten voor het WOC worden ingeschreven als vrijwilliger. Zij krijgen verantwoordelijkheden en doen diverse taken om met elkaar het WOC vorm te geven.

Welkom voor kennismaking!

Kijk voor al onze informatie over wat wij te bieden hebben op onze website

www.wocnunspeet.nl/vrijwilligers

Meewerken in het WOC?

Wat zoekt De Binnenhof:

- Vrijwillige gastheer/gastvrouw, voor variërende activiteiten.

inzet in overleg n.a.v. het activiteitenprogramma.

- Vrijwillige gastheer/gastvrouw, voor dinsdagavond tijdens onze vaste inloopavond tijdens het oefenmoment van de Keltische Keilers.

inzet in overleg n.a.v. het activiteitenprogramma.

- Vrijwillige gastheer/gastvrouw op dinsdag van 09:30-13:30 uur of van 13:00-16:30 uur en op vrijdagochtend van 09:30-13:30 uur. Beide vacatures zijn voor specifieke ondersteuning van de dagbegeleiding ouderen.

- PR, communicatie en administratief werk: een vrijwilliger die het leuk vindt mee te denken in het profileringsplan, zich wil inzetten om het WOC meer in beeld te brengen in Nunspeet.






CREATIEVE

VoorjaarsMarkt


Zaterdag 12 april 2025

10.00 uur tot 16.00 uur

Wijkontmoetingscentrum De Binnenhof in Nunspeet



Koffie en thee met
wat lekkers



Kramen met betaalbare,
zelfgemaakte creaties

Gratis workshop paastakdecoratie
Met o.a verse bloemen. Vol is Vol

Bloemen gesponsord door:
Bloemenspecialzaak
Fluitekruid Nunspeet


wijkontmoetingscentrum

Flyer is mogelijk
gemaakt door:
VA-Petra



Va-Petra
Virtual Assistant



DE BINNENHOF



wijkontmoetingscentrum