

# Nieuwsbrief



Juni 2011 jaargang 3 nummer 6

[www.mediaan-heerhugowaard.nl](http://www.mediaan-heerhugowaard.nl)

## Agenda:

### Elke maandag

Sjoelen

Kosten: € 5,00 incl. koffie en thee

Tijd: 13.30 tot 15:30 uur

Waar: Brasserie de Mediaan

**Een keer per maand Sjoelen voor een prijsje. Vrije inloop kom gezellig langs.**

### Elke dinsdag

Koffieochtend

Kosten: prijs van de Brasserie en

het 2e kopje gratis

Tijd: 09:30 tot 11:30 uur

Waar: Brasserie de Mediaan

**Vrije inloop kom gezellig langs.**

### Elke woensdag & vrijdag

Computerles

Kosten: € 2,- incl. koffie of thee

Tijd: 09:30 tot 11:30 uur

Waar: 1e verdieping Mediaan

**Vrije inloop kom gezellig langs.**

### TAS2

The place to be! Ben je tussen de 9 en 15 jaar en woon je in Heerhugowaard Zuid dan heb je een relaxte plek waar je na schooltijd langs kan komen.

Openingstijden zijn woensdag van 13:00 tot 18:00 uur donderdag en vrijdag van 14:30 tot 17:30 uur.

### 24 juni 2011

familie bingo

Tijd: 15:30 uur

Kosten: €0,20 per kaartje en 3 kaartjes voor €0,50.

Waar: Brasserie de Mediaan.

Vrije inloop kom gezellig langs

### 26 juni 2011

Spellenclub op zondag

Tijd: 13:00/ 17:00 uur

Kosten: € 1,- pp incl. koffie of thee

Waar: eerste verdieping Mediaan

### 29 juni 2011

Wat de pot schaft

chili con carne met rijst

Tijd: 18:00 uur

Kosten: € 6,50

Waar: Brasserie de Mediaan.

Inschrijven bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan.

**Bij inschrijving contant betalen.**

**Voor alle activiteiten geldt dat u zich kunt opgeven bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan 072-5763180.**

**De nieuwsbrief digitaal ontvangen? Meld u aan via [martine.raams@kern8.nl](mailto:martine.raams@kern8.nl)**

### Natuur slim

Omdat er zoveel interesse is, organiseert Steven Rijdsijk voor de zomervakantie nog een extra serie natuurexcursies.

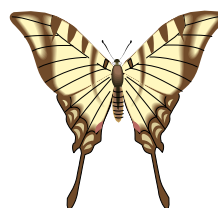
Mocht daar aan mee willen doen meld je aan via het onderstaand telefoonnummer.

Zonnige groet,

Steven Rijdsijk

072-5747825 (072-kristal)

[www.natuurslim.nl](http://www.natuurslim.nl)



### Vrije Tijds- en Rommelmarkt

Op zaterdag 2 juli 2011 is er weer een Vrije Tijds Markt in de Mediaan.

Op deze markt worden vele presentaties gegeven van activiteiten, cursussen en workshops door vrijwilligers en vakkrachten.

De markt begint om 12.00 uur en duurt tot 16.00 uur.

Tijdens de Vrije Tijds Markt is er buiten op het plein een rommelmarkt.

**Voor deelname kunt u contact opnemen met [martine.raams@kern8.nl](mailto:martine.raams@kern8.nl)**

### Kinder-Tiener vakantiespelen

Van 29 augustus tot 2 september zijn er weer de Kinder-Tiener vakantiespelen kosten voor een week vol plezier zijn €17,50 per kind.

U kunt uw kinderen inschrijven op woensdag 6 juli tussen 14:00 en 16:00 uur en 's avonds tussen 18:00 en 20:00 uur.

Dit kunt doen in het Tienercentrum op de eerste verdieping.

Vergeet niet mee te nemen een foto van uw kind verzekering gegevens telefoonnummers van zowel de huisarts als de tandarts.

Ook willen wij dat uw minimaal 1 dagdeel mee komt helpen dus 2 kinderen 2 dagdelen meer mag natuurlijk altijd.



**Wij zien uw graag 6 juli.**

Menno gaat de de Alpe d' Huez op fietsen!!

Lees zijn verhaal op bladzijde 3

## Telefoonnummers:

### Brandpunt 1

**Informatie- & adviespunt**  
072-5763180

**Kern8 Buurtwerk Zuid**  
072-5763186

**Tienerwerk TAS2**  
072-5763187

**Brasserie De Mediaan**  
072-5751050

### Brandpunt 2

**Esdégé-Reigersdaal**  
072-5762090

### Brandpunt 3

**Huisartsenpraktijk**  
072-5762520

**Psychologenpraktijk**  
0226-342039

**Diëtistenpraktijk**  
06-53482511

**Verloskundigen praktijk**  
072-5722905

### Brandpunt 4

**Mediq apotheek Mediaan**  
072-5074888

### Brandpunt 8

**De Wering**  
088-00755100

### Brandpunt 9

**De Pieter Raat Stichting**  
072-5767200

### Brandpunt 9A

**Stichting present**  
072-5346992

### Brandpunt 10

**Fitland Fysiotherapie & Fitness**  
072-5762525

### Brandpunt 11

**Tandheelkundig centrum**  
072-5715293

### Brandpunt 12

**Evean Thuiszorg**  
0900-9897

## Muziek op Schoot

Muziek op Schoot is bedoeld voor kinderen van 1-4 jaar, samen met een begeleidende volwassene.

Tijdens de lessen Muziek op Schoot staat het plezier beleven aan muziek voorop.

Er worden tal van muzikale activiteiten gedaan, passende in de belevingswereld van uw kind.

Dag : zaterdag

Tijd : groep 1 9.00 - 9.30 uur (leeftijd 1-2)

groep 2 9.45 - 10.30 uur (leeftijd 2-3)

groep 3 10.45 - 11.30 uur (leeftijd 3-4)

Na iedere les 15 minuten koffie/thee

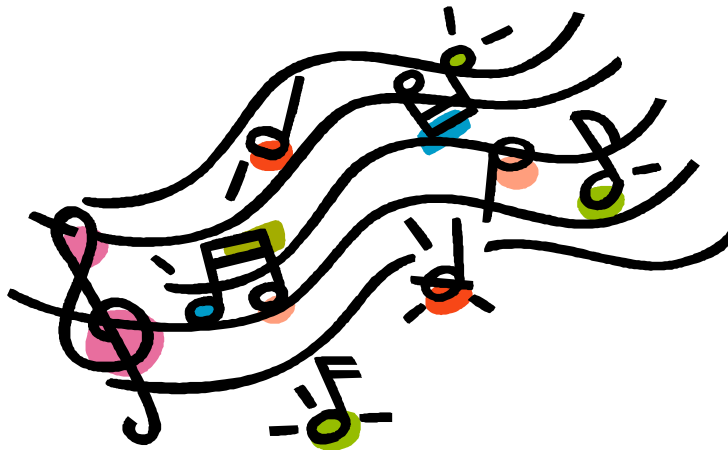
Kosten : € 55,00 (voor leeftijd 1-2, half uur les + kwartier koffie/thee)

€ 65,00 (voor leeftijd 2-4, drie kwartier les + kwartier koffie/thee)

Plaats : cursusruimten in de Mediaan

Data : vanaf oktober 2011 (cursus van 8 weken)

Inschrijven : bij docente Sharon Cijs, sharoncijs@quicknet.nl 06 230 419 99. Als er voldoende plaats is, kunnen kinderen ook later instromen.



### Wijkpanels Heerhugowaard Zuid

Wilt u weten wat het wijkpanel bij u in de buurt doet, neem dan contact op via de email of bekijk de websites!

#### Wijkpanel Butterhuizen

[www.butterhuizen.info](http://www.butterhuizen.info)  
[secretaris@butterhuizen.info](mailto:secretaris@butterhuizen.info)

#### Wijkpanel Zuidwijk – Huygenhoek

[www.wijkpanelzh.com](http://www.wijkpanelzh.com)  
[secretariaat@wijkpanelzh.com](mailto:secretariaat@wijkpanelzh.com)

#### Wijkpanel Stad van de Zon

[www.wijkpanelstadvandezon.nl](http://www.wijkpanelstadvandezon.nl)  
[info@stadvandezon.nl](mailto:info@stadvandezon.nl)

#### Wijkpanel Oostertocht - 't Kruis

[www.oostertocht-tkruis.nl](http://www.oostertocht-tkruis.nl)  
[info@oostertocht-tkruis.nl](mailto:info@oostertocht-tkruis.nl)

### Jeugdclub De Blauwe Toren

Één of 2 keer per maand op woensdagmiddag van 14:00 tot 15:30 uur worden er workshops voor kinderen in de leeftijd van 8 tot 12/13 jaar gedaan in de creatieve ruimte van de Mediaan.

Lijkt het je leuk om een keer mee te doen, kom gezellig naar ons toe om mee te doen.

In de workshop van juni is Marsepein taart maken & Picknick.

Datum: 15 ,22 en 29 juni

Tijd: 14.00 – 16.00 uur

Kosten: € 10,00

Leeftijd : 8 t/m 12 jaar

Inschrijving: via de mail of telefonisch

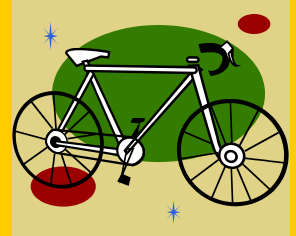
Voor vragen en inschrijvingen kun je altijd mailen of bellen met Carin van Emst 06-54683915

[sadekamist@zonnet.nl](mailto:sadekamist@zonnet.nl)

## **Menno gaat de de Alpe d' Huez op fietsen!!**

Vorige week bracht ik mijn kinderen naar school en stond nog even te kletsen in school. Opeens hoor ik een stemmetje achter mij met de vraag mevrouw wilt u mij sponsoren? Ik draai me om en kijk een jochie van hooguit 1 meter 60 en misschien net 12 jaar aan. Ik vroeg een beetje verveeld waar ik hem voor moest sponsoren en hij flapte er spontaan uit voor mijn opa. Ik heel verbaasd je opa?? Ja voor mijn opa en alle andere mensen die kanker hebben en er aan dood zijn gegaan of weer beter zijn geworden. Ik keek zijn moeder aan en dit is wat ze mij vertelde.

**“Vijf jaar geleden was mijn vader heel erg ziek, hij had kanker. Michiel mijn man ging met zijn werk naar de Alpe d' Huez. Daar heeft hij voor het laatst met mijn vader zijn contact gehad. Het leek of mijn vader hierop had gewacht.**



**Die nacht is mijn vader overleden.**

**Vorig jaar is Michiel met een team naar boven gegaan voor het kankerfonds. Michiel vertelde daar thuis over en dat er ook kinderen waren die mee hadden gedaan. Menno wilde altijd al fietsen. Liefst wielrennen. Tot nu toe is het nergens gelukt om te fietsen. Wel als we op vakantie gingen fietste hij veel en gemakkelijk. In Limburg vond hij het wel leuk om een bergje te beklimmen. Toen hij het verhaal hoorde van Michiel dat kinderen van rond de 11-12 jaar dat deden, wilde hij heel graag. Toen is het idee ontstaan om met z'n drieën op 6 juni te gaan. Menno met zijn vader op de fiets en ik ga hem hardlopend op.**

**We hebben een racefiets gekocht en zijn gaan trainen bij Fitland in de Stad van de Zon. Hele enthousiaste mensen die graag ons wilden trainen. Hij is twee keer naar Texel gefietst en in de meivakantie zijn we naar Frankrijk gereden om wat te trainen in de bergen. Dat ging heel goed. Het trainen 2-3 keer in de week is best pittig maar hij heeft geen moment gehad dat hij niet wilde. Als Menno zich ergens voor inzet dan wil hij het ook echt. Menno heeft dus ook wel moeite gedaan voor sponsorgeld op te halen, M en M's maar nee, krant nee. Tot nu toe heeft dat nog niet veel opgeleverd. Zijn broertjes hebben wel koekjes gebakken en zijn deze gaan verkopen in de wijk.**

**Menno gaat in ieder geval 1 keer naar boven en misschien 2 keer.”**

Ik werd er stil van en dacht hoe kan ik mijn steentje bij dragen buiten het geld wat ik hem geef en bedacht mij geen moment om dit in de nieuwsbrief te zetten. Deze kanjer(s) gaan een prestatie leveren waar wij alleen maar aan kunnen denken of denken nou mij niet gezien. Dus mensen help Menno die berg op want, we hebben allemaal wel iemand in onze omgeving een strijd zien leveren met deze vreselijke ziekte.

**Direct sponsoren kan op**

**<http://bit.ly/menno99>**

**Het geld gaat direct naar het kankerfonds.**

Menno, Monique en Michiel heeft veel succes 6 juni en vooral ook veel plezier.

Groetjes Astrid



## Zaterdagmiddagactiviteiten voor mensen met een beperking

Elke zaterdag kunnen mensen met een beperking deelnemen aan een activiteit in de Mediaan. Het programma wordt mede mogelijk gemaakt door een samenwerking tussen Esdégé Reigersdaal en de Stichtingen Philadelphia, Sportservice en Welzijnsbevordering Kern8.

De activiteiten worden begeleid door vrijwilligers en vakkrachten die niet zijn opgeleid tot het verlenen van zorg. Bij inschrijving moet daar door verzorgers rekening mee worden gehouden.

Bij alle activiteiten wordt er een heerlijk kopje koffie of thee gedronken.

Dag: zaterdag

Tijd: vanaf 13:30 uur

Plaats: hoofdingang Mediaan, Brandpunt 1, 1705 SL Heerhugowaard

Inschrijven: bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan, Brandpunt 1 te Heerhugowaard

072 57 63 180. Bij inschrijven volledige naam, adres, postcode, woonplaats en telefoonnummer vermelden!



## Wat is er te doen in juni

4 Soos + Sjoelen

11 Bloemschikken

18 Wolvilten, sieraden maken

25 Tekenen en Schilderen en Country Line Dance



### Kosten per les

Soos € 1,00

Bloemschikken € 10,00

Tekenen en Schilderen € 5,00

Country Line Dance € 3,00

Wolvilten, sieraden maken € 12,25

Zitdansen op muziek € 2,50

BBQ € 10,00

Jeu de Boules € 1,00

## Sjoelen

Elke maandag is er sjoelen voor volwassenen in de Mediaan. Lijkt u het leuk om hier aan deel te nemen? Dan kunt u zich inschrijven of kom gewoon een keer langs om te kijken.

De sjoelclub komt wekelijks bij elkaar m.u.v. de schoolvakanties.

De kosten voor deelname is € 5,00 per maand.

Een keer per maand "sjoelen voor een prijsje".

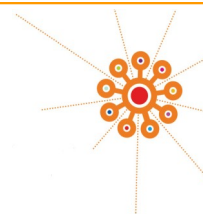
Dag : maandag

Tijd : 13.30-15.30 uur

Plaats : Brasserie De Mediaan

Kosten : € 5,00 per maand incl. koffie en thee

Inschrijven : bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan, Brandpunt 1 Heerhugowaard



Volgende maand

TAS2

De Blauwe Toren

Even voorstellen