

Nieuwsbrief



Oktober 2011 jaargang 3 nummer 10

www.mediaan-heerhugowaard.nl

Agenda:

Elke maandag

Sjoelen

Tijd: 13.00 tot 15:00 uur

Waar: Brasserie de Mediaan

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.

9 en 22 oktober 2011

Spellclub op zondag

Tijd: 13:00-17:00 uur

Kosten: € 1,- pp incl. koffie of thee

Waar: eerste verdieping Mediaan

18 oktober 2011

Speciale Herfstlunch

Tijd: 12.00-14.00 uur

Kosten: € 8,00 pp excl. consumptie

Waar: Brasserie de Mediaan
Inschrijven bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan

Bij inschrijving contant betalen.

26 oktober

Wat de pot schaft

Tijd: 18:00 uur

Kosten: € 6,50

Waar: Brasserie de Mediaan.

Inschrijven bij het Informatie- & Adviespunt Mediaan.

Bij inschrijving contant betalen.

De nieuwsbrief digitaal ontvangen? Meld u aan via martine.raams@kern8.nl

Welkom

De zomer vakantie ligt al weer een paar weken achter ons en het gewone leven is weer op gang gekomen. De mediaan heeft zijn deuren weer wijd open gezet voor jong en oud. U kunt diverse cursussen of workshops volgen. Of gezellig even langs komen op de koffieochtend een schijfje sjoelen of computerles volgen. Voor iedereen is wel iets te doen mocht u vragen of suggesties hebben kunt u contact opnemen met de dames en heren van het Informatie- & Adviespunt Mediaan, zij staan u graag te woord.

Wijktafel

Op vrijdag 14 oktober is de eerste wijktafel in de Mediaan. Alle bewoners die vragen hebben over vriendschap, eenzaamheid, wegwijs, bij u in de buurt zijn van harte welkom.

Iedereen is van harte welkom van 9.30-11.30 uur.

Zie pagina 6

TAS2 is ook weer open Louise en haar team hebben weer leuke activiteiten

Kinder- en Tienervakantiespelen 2011

In de laatste week van de zomervakantie hebben 80 kinderen deelgenomen aan de kinder- en tienervakantiespelen in de Mediaan bij Buurtwerk Zuid en TAS2. Mede dankzij de hulp van veel vrijwillige buurtbewoners, stagiaires en ouderhulp was het een geweldige week!



Telefoonnummers:

Brandpunt 1

Informatie- & adviespunt
072-5763180

Kern8 Buurtwerk Zuid
072-5763186

Tienerverk 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

Huygenpas

De Huygenpas is een initiatief van de gemeente Heerhugowaard in samenwerking met diverse organisaties in Heerhugowaard.

De Huygenpas is gratis voor inwoners van Heerhugowaard, ongeacht de leeftijd.

U kunt de Huygenpas aanvragen als u in Heerhugowaard woont en een inkomen heeft van maximaal 120% van de bijstandsnorm. Dit is inclusief vakantie toeslag.

Daarnaast mag u niet teveel eigen vermogen hebben.

Informatie over de hoogte van de normen kunt u opvragen door contact op te nemen met de gemeente telefoonnummer 14 072 of per e-mail: Huygenpas@heerhugowaard.nl

U heeft ook recht op de Huygenpas wanneer u kwijtschelding van gemeentebelastingen ontvangt.

LET OP: Wanneer u studiefinanciering ontvangt, heeft u GEEN recht op de Huygenpas.

Hoe werkt de Huygenpas?

De pas en gids worden u, automatisch of na aanvraag, op naam toegestuurd.

Op vertoon van de Huygenpas en tegen inlevering van de kortingscheques krijgt u:

80 % korting op de jaarcontributie van een sportaanbieder naar keuze, tot een

- Een sportkleding-cheque ter waarde van € 50,-
- 80% korting op de maandelijkse ouderbijdrage van de peuterspeelzalen.
- 80 % korting op een volledig bibliotheek-abonnement (max. 8 materialen).
- 80 % korting op drie concerten / evenementen naar keuze bij de Waerdse Tempel.
- Per kalenderjaar 2 gratis JT bioscoopbonnen.
- Eenmalig 80% korting op een toegangkaart voor een theatervoorstelling bij Cool.
- Eenmalig 80% korting op het kunsteducatie-aanbod van Cool.
- Eenmalig 80% korting op het aanbod van amateurkunstverenigingen.
- 4x € 5,- korting op het activiteiten- en cursusaanbod van Kern
- 1x per maand een gratis Noordhollands dagblad.
- 1x per kalenderjaar één gratis NIBUD agenda.

50% korting op het reguliere tarief van Galm+.

U kunt de Huygenpas aanvragen bij de receptie van de Gemeente Heerhugowaard, via telefoonnummer: 14 072

(op werkdagen tussen 10.00 uur en 17.00 uur en vrijdag tot 20.00 uur) of

via de mail: Huygenpas@heerhugowaard.nl

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
secretaris@butterhuizen.info

Wijkpanel Zuidwijk – Huygenhoek

www.wijkpanelzh.com
secretariaat@wijkpanelzh.com

Wijkpanel Stad van de Zon

www.wijkpanelstadvandezon.nl
info@stadvandezon.nl

Wijkpanel Oostertocht - 't Kruis

www.oostertocht-tkruis.nl
info@oostertocht-tkruis.nl

Jeugdclub De Blauwe Toren

Één of twee 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, neem dan snel contact op met Carin van Emst.

Workshop van oktober dieren weven met stof en wol.

Datum: 16, 23 en 30 november

Tijd: 14:00 – 15:30 uur

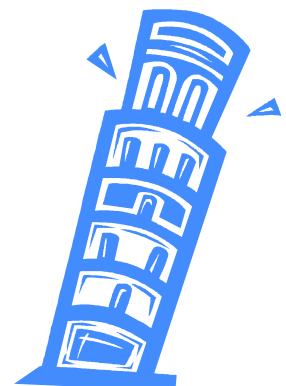
Kosten: € 8,00

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



creatief met kunst-inloop

Elke donderdag van 15.30 tot 16.30 uur

Elke week zijn kinderen vanaf 9 jaar welkom in de creatieve ruimte van de Mediaan.

Onder leiding van enthousiaste vrijwilligers kan je kennis maken met kunst en hierdoor leer je omgaan met verschillende technieken, gereedschappen en leer je samen te werken met andere kinderen.

Je kan het volgende maken: speksteenbeeld, sieraden, textielwerkstuk, papierbeelden of schilderijen, klei vorm, kaarten enz.

Een paar keer doen we iets bijzonders:

27 oktober : Herfstmobile
10 November : Pompoenlampion
1 December : Surprise maken
22 december : Ster maken

Kosten per keer €0,50.

Mediaan, Brandpunt 1, Heerhugowaard

Voor vragen: 072-5763185 of
Martine.raams@kern8.nl

Computer inloop bij de Mediaan

Op woensdag en vrijdag ochtend kunt bij de Mediaan op computerles.

De ochtenden zijn bedoeld voor mensen die meer met een computer willen doen of al handig zijn met b.v. internet maar, toch iets meer willen weten over bepaalde dingen.

Ook kunt als u vragen heeft over uw mobiele telefoon van sms tot mobiel internet.

Willem en een groep vrijwilliger staan u met raad en daad bij.

De inloop ochtenden beginnen om 9:30 uur en eindigen om 11:30 uur.

De kosten zijn € 2,- per persoon per keer inclusief een kopje koffie of thee.



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 oktober

1 oktober soos

8 oktober zitdansen op muziek

15 oktober bloemschikken

22 oktober country line dansen

29 oktober tekenen en schilderen

Kosten per les

Soos € 1,00

Tekenen en Schilderen € 5,00

Wolvilten, sieraden maken € 12,25

BBQ € 10,00

Buikdansen € 6,00

Muziekspel € 1,00

Bloemschikken € 10,00

Country Line Dance € 3,00

Zitdansen op muziek € 2,50

Jeu de Boules € 1,00

Vrij Staan en Bewegen € 6,00

Wandelroute € 5,00

Hoe gaat het met u?

Bent u benieuwd naar de andere bewoners van de 'Stad van de Zon'?

En vindt u het gezellig om gezamenlijk een kopje koffie of thee te drinken?

Op dinsdagochtend kunt u verschillende mensen ontmoeten vanaf 9.30 uur. Na de koffie kunt u nog een spelletje doen zoals rummicub, kaarten of scrabble. Een mooie manier om uw kennissenkring uit te breiden, betrokken te raken in de wijk of misschien wel vriendschap te sluiten met een medemens.

Uiteraard is er een gastvrouw om u welkom te heten.

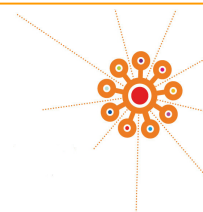
Voor de kosten hoeft u het niet te laten, u betaalt slechts voor één kopje koffie of thee (met een zelfgebakken koekje), maar u mag een gratis tweede kopje bestellen.

Voor meer informatie:

Mediaan, Brandpunt 1, Heerhugowaard

Voor vragen: 072-5763180 of

Martine.raams@kern8.nl



Volgende maand

TAS2

De Blauwe Toren

Even voorstellen

DANSSTUDIO DAGMAR

all styles one soul!

Dansstudio Dagmar start danslessen in de Mediaan

Dansstudio Dagmar start 6 oktober 2011 (t/m juni) met diverse danslessen in de Mediaan.

Kleuterdans 4-5 jaar

De kinderen krijgen de mogelijkheid om zich te uiten in dans op een manier die aansluit bij zijn/haar belevingswereld en ontwikkelingsniveau. Bij deze leeftijd spreekt dans in zijn totaliteit aan en stimuleert de totale ontwikkeling. De les wordt gegeven op een speelse manier, waarin dansplezier voorop staat. Er wordt gewerkt aan lichaamsbesef, ruimtebesef en samenwerking met elkaar. Bij Kleuterdans is de les gebaseerd op de natuurlijke bewegingsmogelijkheid van het kind. De lessen worden altijd gegeven op basis van een thema en/of bepaalde muziek. Onze kinderlessen zijn als een reis waarin kinderen spelenderwijs ervaring opdoen in dans en beweging. Bij de jongste kinderen wordt dit aan de hand van een beeldend thema gedaan waardoor het bij hun eigen belevingswereld aansluit. De kinderen kunnen hun fantasie helemaal kwijt. Het zal niet de eerste keer zijn dat 'verlegen' rupsjes zich ontpoppen als mooie, gezellige vlindertjes.

Kinderdans 6-7 jaar

De kinderen krijgen de beginselen van het klassieke ballet, jazz dance, showdance en streetdance aangereikt. Er wordt aandacht besteed aan de creativiteit en houding van het kind. De kinderen worden spelenderwijs met dans in contact gebracht dit gebeurt d.m.v. muziekjes, dansjes en korte oefeningen. Onze Kinderdans lessen zijn als een reis waarin kinderen spelenderwijs ervaring opdoen in dans en beweging. In eerste instantie zijn de lessen bedoeld om het plezier in dans te stimuleren en te ontwikkelen. Door middel van muzikale oefeningen, bewustwording van lichaam en structuren in de ruimte en door samenwerking met elkaar leren de kinderen hun eerste danspasjes. Er worden creatieve bewegingsspelletjes gedaan. De kinderen kunnen hun fantasie helemaal kwijt.

Streetdance en Hiphop zijn de meest populaire dansvormen van deze tijd. In iedere les leer je stap voor stap nieuwe elementen die tot een complete danscombinatie worden uitgebouwd. Het gaat van eenvoudig tot ingewikkeld. Hip Hop en Streetdance zie je veel in videoclipps. De muziek bestaat uit Rap, R&B, House en Funk. De muziek en de trendy bewegingen vormen een stoere vorm van bewegen. De lessen bestaan uit kracht en stretchoefeningen, maar vooral veel danscombinaties. Dynamisch, los, strak, maar altijd intensief. De les wordt gegeven vanaf 8 jaar.

Nieuwsgierig naar het cursusaanbod van Dansstudio Dagmar?

Geef je snel op voor een gratis proefles op donderdag 6 oktober.

Voor meer informatie: www.dansstudiodagmar.nl of bel (06) 20220538.

Lesrooster in de Mediaan Heerhugowaard

Donderdag

15.45-16.30 Kleuterdans 4-5 jaar (€ 18,60 p.mnd)

16.30-17.30 Kinderdans 6-7 jaar (€ 24,= p.mnd)

17.30-18.30 Streetdance/ Hiphop 8-11 jaar (€ 24,=)



De Wijktafel

09.30 - 11.30u

wegwijs

eenzaam

vriendschap

dit kan ik

alleen

in de buurt

samen

dit wil ik

vragen

hoe?

ontmoeten

doen

waar?

werk

Vrijdag

9 september en 11 november

Wijk centrum de Horst

&

14 oktober en 9 december

Brasserie De Mediaan

Adres: Wijkcentrum De Horst
Van Eedenplein 5
1702 GW Heerhugowaard

Adres: De Mediaan
Brandpunt 1
1705 SK Heerhugowaard

Informatie wijktafel
☎ 06 - 34772448 ☎ 06 - 44563792
Emailadres: wijktafel@kern8.nl

Kern8

STICHTING WELZIJSBEVORDERING

De Wijktafel, een samenwerking tussen wijkbewoners, maatschappelijke organisaties
en zorginstellingen in Heerhugowaard.