

# WAT IS ER TE DOEN IN M.F.A. NOORDERLICHT OKT./NOV. 2024



Roerdompstraat 76  
6601 DL Wijchen

Beste bezoekers van Noorderlicht,

Wij willen u langs deze weg op de hoogte brengen/houden van bestaande en nieuwe activiteiten in Noorderlicht die voor u van belang kunnen zijn.

Voor een aantal activiteiten moet u zich aanmelden, let daar dus goed op!

Graag tot ziens bij 1 of meerdere van deze activiteiten.

## PEUTERGYM

**vrijdagochtend 1/11 óf 15/11 óf 29/11 van 9.00 tot 9.45 uur**

Voor alle peuters van 1½ tot 4 jaar die dol zijn op klimmen, klauteren en bewegen organiseert Noorderlicht **gratis** peutergymlessen.

Kom maar samen met je papa of mama kijken hoe leuk het is om samen met andere kinderen te spelen en bewegen, onder leiding van de medewerkers van Kids-2-Move.

In principe mag een kind aan **1 van de gratis** lessen deelnemen, graag een voorkeursdatum aangeven bij de aanmelding. Bij een gering aantal aanmeldingen kan het zijn dat kinderen 2 x aan een les mogen deelnemen. Hiervan ontvangt u tijdig bericht. Vergeet niet om uw kind(eren) in te schrijven via [activiteiten@wwn.nl](mailto:activiteiten@wwn.nl) met vermelding van naam en bereikbaar telefoonnummer.



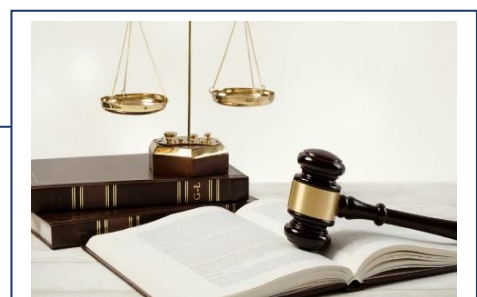
**KIDS2MOVE**  
K I N D E R F Y S I O T H E R A P I E

## RECHTSWINKEL WIJCHEN

**woensdagavond 19.00 – 20.15 uur**  
**ruimte 33 in Noorderlicht**

Stichting Rechtswinkel Wijchen wordt gerund door een team van enthousiaste vrijwilligers: allemaal (ver)gevorderde universitaire rechtenstudenten. Voor kosteloos juridisch advies is er iedere woensdagavond een inloopspreekuur. U bent van harte welkom tijdens ons spreekuur in het Noorderlicht, Roerdompstraat 76 ,te Wijchen. Parkeren voor het Noorderlicht is gratis.

Meer informatie:  
[Rechtswinkelwijchen.nl](http://Rechtswinkelwijchen.nl)



## WIJKVERENIGING WIJCHEN-NOORD IS OP ZOEK !! NAAR JOU ??

Wijkvereniging Wijchen-Noord is 1 van de partners in M.F.A. Noorderlicht.

Doel is het organiseren van activiteiten voor wijkbewoners, van jong tot oud en dat lukt aardig. Dagelijks is er een rijk aanbod, maar.... voor al deze activiteiten zijn wij afhankelijk van vrijwilligers en daar zou een uitbreiding zeer gewenst zijn.

Van vrijwilligers die achter de bar staan, mee willen helpen met (jeugd)activiteiten, een nieuwe activiteit willen (helpen) opstarten, PR willen overnemen (deze nieuwsbrief/boekje/flyers) tot bestuursleden, iedereen is welkom!

Belangstelling? Stuur een mailtje naar [contact@wvwn.nl](mailto:contact@wvwn.nl) en wij nemen contact met u op.



### WIJKONTBIJT

**donderdagochtend 17 oktober/21 november van 9.30 tot 11.00 uur**

Wegens grote belangstelling is er dit voorjaar een 2<sup>e</sup> ontbijtgroep van start gegaan bij de wijkvereniging. Gezellig met wijkgenoten van een ontbijtje genieten, dat is het doel van deze maandelijkse activiteit op de donderdagochtend.

Kosten bedragen € 3,- p.p. voor leden & € 3,50 p.p. voor niet-leden van de wijkvereniging.

Voor deze activiteit moet u zich wel even aanmelden via:  
Iris Verhoeven 06 - 19876847

### SPELAVOND

**maandagavond 7 oktober/4 november vanaf 19.30 uur**

Dol op bordspellen, maar niemand om mee te spelen?

Bezoek dan eens een spelavond bij de wijkvereniging en doe mee aan een aanwezig spel of neem een spel van thuis mee.

Deelname is gratis, alleen de consumpties zijn voor eigen rekening.

Voor meer informatie: Susan v.d Wielen-Föllings, [activiteiten@wvwn.nl](mailto:activiteiten@wvwn.nl)



En natuurlijk bent u ook van harte welkom op de andere maandelijkse activiteiten van de wijkvereniging zoals:

**SAMEN EEN BAKKIE DOEN** – met wijkbewoners genieten van een (gratis) kopje koffie of thee op woensdag 2 oktober & woensdag 6 november tussen 10.00 en 12.00 uur

**BINGO** – een middag bingoën met kans op geldprijzen op vrijdag 11 oktober of 8 november, zaal open vanaf 13.30 uur, aanvang 14.00 uur

LET OP: bingo 13 december wordt verschoven naar 6 december!!

**MEER ACTIVITEITEN:** [www.wijchennoord.nl](http://www.wijchennoord.nl)



### Sinds 1-09-2024 is Buurtzorg Team 2 gehuisvest in Noorderlicht

Buurtzorg is een thuiszorgorganisatie die met kleine teams, bestaande uit (wijk)verpleegkundigen en wijkziekenverzorgenden, zorg levert aan huis. Het gaat hierbij om verpleging en persoonlijke verzorging. Onze medewerkers kijken samen met u wat er aan zorg nodig is en zoeken samen met u en uw omgeving naar oplossingen.

#### Zorg nodig?

#### Aanmelden via Zorg in mijn Wijk

Ga naar de website : [zorginmijnwijk.nl](http://zorginmijnwijk.nl)

Een meldpunt voor aanvragen voor wijkverpleging vanuit ziekenhuizen, huisartsen, cliënten/mantelzorgers. **De aanvraag wordt digitaal gedaan** en komt in een mailbox.

Dagelijks loggen de wijkverpleegkundigen van de verschillende organisaties in om te kijken welke hulpvragen er binnen gekomen zijn. Is er een voorkeursaanbieder en die organisatie heeft capaciteit, dan gaat de hulpvraag naar die organisatie.

Organisaties wijkverpleging werken meer samen om de beschikbare capaciteit wijkverpleging goed te benutten.

Mocht U vragen hebben neem dan contact met ons op.

Vriendelijke groeten,

Buurtzorg Team 2

Roerdompstraat 76

6601 DL Wijchen

Tel.nr: 06 23319902

Email: [wijchen2@buurtzorgnederland.com](mailto:wijchen2@buurtzorgnederland.com)

## WEEK VAN DE GEZONDHEID IN DE GEMEENTE WIJCHEN

### Van 28 oktober tot en met 3 november

vieren we in de gemeente Wijchen de Week van de Gezondheid.

Een week waarin we elkaar ontmoeten en kennismaken met gezonde en actieve activiteiten in de gemeente Wijchen.

Oftewel een week waarin we gewoon heel veel leuke dingen doen. Iedereen in de gemeente is welkom.

Wat dacht u van smartlappen zingen, moestuinzaden uitwisselen of een tentoonstelling over rouw bekijken?

Of gaat u liever bewegen, koffie drinken en uw gezondheid meten?

Verschillende partijen organiseren activiteiten, er is verassend veel te doen!

Bekijk [www.wijchen.nl/weekvandegezondheid](http://www.wijchen.nl/weekvandegezondheid)

voor het complete aanbod van alle activiteiten en meer informatie over hoe u zich kunt aanmelden.



## **ACTIVITEITEN BIJ NOORDERLICHT IN DE WEEK VAN DE GEZONDHEID**

Onderstaande activiteiten worden door diverse partijen in Noorderlicht georganiseerd. Wel even aanmelden via de website: [www.wijchen.nl/weekvandegezondheid](http://www.wijchen.nl/weekvandegezondheid)

### **Minder stress, lekkerder in je vel?**

Maak kennis met de Gezondheid Carrousel. Een kennismakingsavond over de Gezondheid Carrousel. De Gezondheid Carrousel neemt mensen in acht verschillende bijeenkomsten mee in 7 verschillende (positieve) gezondheidsthema's. De thema's zijn: voeding, bewegen, omgaan met pijn, verslaving, stress, emoties, financiën. Op deze avond vertellen we meer over de inhoud van de carrousel en over wie zich kunnen aanmelden voor de aankomende gezondheids-carrousel. Dat is nog niet alles, ook geeft Marjolein Herweijer van Herverbinding deze avond een introductietraining waarin zij meer vertelt over stress verminderen met EFT en in balans zijn. Zij deelt handige tips die je direct kan toepassen. Daarnaast geeft Dio Miskotte een introductietraining over de werking van het zenuwstelsel en stress en de kracht van ademhaling hierbij.

Wanneer?

Maandagavond 28 oktober. 19.30 – 21.45 uur

Waar?

M.F.A. Noorderlicht, Roerdompstraat 76, 6601 DL Wijchen

### **Muzikale Bingo met Ieke Theatralala**

De Geheugenbieb Wijchen organiseert een Muzikale Bingo. Muziek heeft een positieve uitwerking op je brein. Het maakt bij jong en oud herinneringen los en zorgt voor een fijne ontspanning. Ieke Theatralala presenteert een muzikale bingo op ludieke wijze, en zal zorgen dat het brein gestimuleerd gaat worden.

Ieke zal met haar frivole verschijning zorgen voor de muzikale omlijsting. Tijdens de bingo wordt informatie gedeeld over de invloed van muziek op het brein. De geheugenbieb zorgt voor een hapje en een drankje. Er is plek voor 50 deelnemers. Wie weet win jij met een fit brein een fantastische prijs! En meezingen is natuurlijk toegestaan!

Wanneer?

Donderdag 31 oktober van 19.30 uur tot 21.30 uur

Waar?

M.F.A. Noorderlicht, Roerdompstraat 76, 6601 DL Wijchen

### **Sporten bij Blijf-Fit**

Senioren sportvereniging Blijf-Fit zet in de Week van de Gezondheid graag de deuren open voor de 50-plusser die één, twee of meer lessen willen volgen.

Gym Sport en Spel:

Naast sport en spel activiteiten zoals volleybal, dynamic tennis en badminton worden oefeningen gedaan om soepel en lenig te blijven.

Wanneer en Waar?

- Dinsdag 29 oktober 15.00-16.00 uur, woensdag 30 oktober 9.00-10.00 uur 't Achterom, Homborg 2535, 6601 XW.
- Dinsdag 29 oktober 19.00-20.00 uur (Herengroep), De Buizerd, Buizerdstraat 235, 6601 AT.
- Donderdag 31 oktober 19.30-20.30 uur Suikerberg Woezik, Suikerbergseweg 2, 6604 AE.
- Donderdag 31 oktober 20.00-21.00 (Damesgroep), Noorderlicht, Roerdompstraat 76, 6601 DL Wijchen.

