



oktober 2024

VOOR  
DOOR  
MET

# ELK AAR

Artikelen over het WELZIJN in Achtkarspelen, voor en door inwoners van Achtkarspelen



## Voel je Goed! in Achtkarspelen.

Voel je goed! is voor volwassenen die in makkelijke taal willen werken aan een gezondere leefstijl. Lekker in je vel, **Voel je Goed!**

Er zijn 2 groepen. Je geeft je op voor 1 groep.

**Groep 1:** start op dinsdag 5 november van 9.30 - 11.30 uur in de Lantearne in Surhuisterveen

**Groep 2:** start op woensdag 6 november van 9.30 - 11.30 uur in It Koartling in Buitenpost

Er zijn 20 lessen. Er is elke week een les van 2 uur. **Meedoen is gratis!**

**Wil jij ook werken aan een gezonder leven?**

Geef je dan op voor maandag 28 oktober bij Elly Pilat:

elly.pilat@kearn.nl of 06 - 213 22 922

Je kunt ook langskomen bij de balie van de **Bibliotheek in Buitenpost of Surhuisterveen.**

## Taalvrijwilligers gezocht voor Digit-Taalhuis Buitenpost!

Als vrijwilliger help je mensen die minder taalvaardig zijn of mensen die Nederlands als tweede taal leren (NT2) om de taalvaardigheden beter onder de knie te krijgen. Taalvrijwilligers gaan individueel of met een groepje aan de slag. **Het Digi-Taalhuis is iedere dinsdag van 9.30 - 11.30 uur in de Bibliotheek in Buitenpost.**

**Een taalvrijwilliger:**

- heeft goede sociale vaardigheden
- heeft een goede beheersing van de Nederlandse taal
- heeft een coachende houding
- is betrokken bij de doelgroep
- is flexibel en geduldig
- heeft ongeveer 4 uur per week tijd

**De Bibliotheek biedt:**

- vrijwilligersovereenkomst
- scholing en training
- regelmatige begeleiding door de taalcoördinator
- gemotiveerde collega's en deelnemers
- een gratis bibliotheekabonnement



**Meer weten?** Bel 088 - 16 56 123 (Bibliotheek) of 06 - 213 22 922 (Elly Pilat, KEaRN)

## OPENINGSTIJDEN 'T STATIONNETJE



Surhuisterveen

MA 09.00 - 17.30

DI 09.00 - 17.30 UUR

Buitenpost

WO 15.00 - 19.00 UUR

DO 13.30 - 17.30 UUR



Ruben

06 - 836 715 48



Michelle

06 - 112 338 15

## ONTBIJTSESSIE VOOR WERKGEVERS GELDZORGEN OP DE WERKVLOER



**DONDERDAG 7 NOVEMBER 2024**

8.00 - 10.00 UUR

INLOOP VANAF 7.45 UUR

NOPPERS BETON

DAMSINGEL 15 TE SUMAR

### PROGRAMMA

- 07:45 INLOOP MET ONTBIJT
- 08:00 OPENING DOOR WETHOUDER DE PEE
- 08:10 CIJFERS EN FEITEN OVER GELDZORGEN OP DE WERKVLOER
- 08:30 KOFFIE
- 08:45 ERVARINGSDESKUNDIGE AAN HET WOORD
- 09:15 ZO HELP JIJ JOUW WERKNEMERS
- 09:45 AFSLUITING DOOR WETHOUDER BRUINING
- 10:00 EINDE

### AANMELDEN

KAN TOT 1 NOVEMBER via het scannen van de QR-code



Weet jij wat jouw werknemers op hun **bordje** hebben?

## Welkom bij het Alzheimer Café

Datum: dinsdag 15 oktober 2024

Locatie: De Dikke Draai, Gedempte Vaart 24 in Surhuisterveen

Aanvang: 19:30 (inloop vanaf 19:00), sluiting om uiterlijk 21:00

De toegang is gratis, evenals koffie en thee. Een gift in de collectebus wordt op prijs gesteld. Onderwerp: 'Met elkaar in gesprek'.

Alzheimer Café Achtkarspelen: het trefpunt voor mensen met dementie, hun partners en familie. Andere belangstellenden zijn ook van harte welkom!



## Fit & Fun: aan de slag met positieve gezondheid!

**Fit & Fun:** een programma van 8 bijeenkomsten waarin we met kinderen van 8 t/m 12 jaar aan de slag gaan met thema's die te maken hebben met **Positieve Gezondheid**.

Deze thema's zijn bijvoorbeeld lekker in je vel zitten, weerbaarheidstraining en mediawijsheid. **Meedoen is GRATIS!!**

Start: **dinsdag 5 november 2024**

Tijd: 15.00 - 16.30 uur

Locatie: Het Clubhuis, De Birkten 1 in Harkema

De laatste bijeenkomst is op **dinsdag 14 januari 2025**.

**Meer weten over of je aanmelden?**

Neem dan contact op met Erwin Douma van KEaRN

☎ 06 - 155 230 96

✉ erwin.douma@kearn.nl



## Zo kun je ons bereiken:



0511 - 46 5200



kearnwelzijn&k



www.kearn.nl



kearnwelzijn



teamachtkarspelen@kearn.nl