UITGELICHT vrij toegankelijk aanbod Wijchen

t/m oktober 2026

Nieuw in 2026! Long Covid Ontmoetingsgroep

Naar aanleiding van een individuele wens van een inwoner die graag lotgenoten met long covid wilde leren kennen en ervaringen wilde delen, is MeerVoormekaar (samen met deze inwoner) gaan uitzoeken of deze behoefte bij andere inwoners ook aanwezig is.

Sinds september is er een eerste (kleine) Long Covid Ontmoetingsgroep gestart. Onder leiding van een ervaringsdeskundige vrijwilliger die al ervaring had met het begeleiden van groepen. De vrijwilliger wordt ondersteund door MeerVoormekaar.

De groepen komen een drietal keer bij elkaar met de gespreksleider en gaan dan zelf verder op een manier die hen past. MeerVoormekaar blijft deelnemers ondersteunen met praktische zaken, hulp bij individuele vragen (administratie en formulieren, mantelzorg, vrijwilligerswerk etc.) en zorgt voor kruisbestuiving tussen de verschillende groepen. Er is inmiddels een wachtlijst. De volgende groep start in januari 2027.

Join Us

Join Us is bedoeld voor jonge inwoners die een wens hebben om sociale contacten op te bouwen. Het betreft in de gemeente Wijchen voornamelijk werkende of studerende jongvolwassenen (18+).

Inmiddels ontmoeten acht deelnemers elkaar zowel online als offline. De live ontmoetingen vinden tweewekelijks plaats in jongerencentrum ’t Hiernaast onder begeleiding van jongerenwerkers van MeerVoormekaar. Deze jongerenwerkers hebben een training gevolgd om de methode Join Us (landelijke organisatie) te kunnen toepassen.

Uit deze tweewekelijkse ontmoetingen zijn ook sportieve activiteiten ontstaan o.l.v. een jongerenwerker. Daarnaast ontplooien deelnemers activiteiten op eigen initiatief om elkaar te treffen. Jongerenwerkers verbinden deze groep bijvoorbeeld met de jongvolwassen autismegroep en er staat ook een activiteit genaamd ‘Speedfriending’ gepland in november.

Samenwerking met Sociaal Team

Medewerkers van MeerVoormekaar hebben regelmatig contact met het Sociaal Team. Een voorbeeld: via een medewerker van Sociaal Team (volwassenen) kwam MeerVoormekaar in contact met een nieuwe inwoner uit de gemeente. Door een ingrijpende gebeurtenis is zijn situatie op heel veel fronten veranderd.

Het Sociaal Team pakte de nodige professionele ondersteuning op. Daarnaast had deze inwoner de wens om zelf ook weer actief te worden. Deze laatste vraag werd doorverwezen naar MeerVoormekaar.

Inmiddels zijn er gesprekken geweest en gaat de inwoner aan de slag als vrijwilliger op een plek die aansluit bij zijn interesses. Door de tijd die de medewerker van MeerVoormekaar nam voor deze inwoner kwamen ook zijn kinderen in beeld. Zij gaan nu als jonge mantelzorgers deelnemen aan de eerstvolgende Jonge Mantelzorgers-activiteit (deze vindt maandelijks plaats). Vanuit één enkele hulpvraag is ondersteuning voor meerdere gezinsleden gerealiseerd. Een mooi voorbeeld van de kracht van samenwerking.

Breinbieb

In 2026 zijn vanuit de Breinbieb opnieuw veel inwoners bereikt met activiteiten rondom breingezondheid. De lezing over leefstijl en gezonde gewoontes werd goed bezocht en de ademworkshop trok zoveel belangstelling dat er een extra bijeenkomst is gepland. Ook de workshopreeks ''Brein van een Kampioen'' zit met 12 deelnemers volledig vol. De Breinbieb sluit het jaar af met een lezing over de overgang en de invloed hiervan op het brein.

De Breinbieb is een samenwerking tussen MeerVoormekaar, Bibliotheek Wijchen, ZZG Zorggroep en GGD Gelderland Zuid. Samen bereiken we een groeiende groep inwoners die actief aan de slag wil met een gezond brein.