

IMPULS

DE KRACHT VAN ONTWIKKELING

Informatieboekje: informatie voor senioren algemeen

Impuls Informatie voor senioren

Impuls voor senioren

Impuls is de Oldenzaalse organisatie voor welzijn. Onze activiteiten richten zich op alle Oldenzalers, van jong tot oud. In deze brochure wordt kort beschreven wat Impuls voor senioren kan doen.

Hulp en ondersteuning thuis

Ouder worden gaat vaak ook gepaard met problemen. De lichamelijke gezondheid gaat achteruit, het geheugen wordt minder, de afhankelijkheid van anderen wordt groter en mensen in de directe omgeving komen te overlijden. Impuls biedt ondersteuning aan ouderen die door dit soort problemen in de knel dreigen te komen. Te denken valt aan:

- Een luisterend oor
- Hulp bij praktische zaken zoals:
 - Maaltijdvoorziening (tafeltje-dekje, vriesvers- en koelvers maaltijden en open eettafel projecten)
 - Personenalarmering
- Maatwerk, inzet van vrijwilligers bij o.a.:
 - Hulp bij uw administratie.
 - Hulp bij het invullen van formulieren.
 - Ondersteuning van de mantelzorger door bijvoorbeeld het overnemen van taken. De mantelzorger heeft dan even tijd voor zichzelf.
 - Gezelschap thuis voor ouderen die niet naar een activiteit buitenhuis kunnen.
 - Korte en praktische ondersteuning zoals tijdelijke hulp bij boodschappen.
 - Ondersteuning bij het vergroten van het sociaal netwerk, door de inzet van een vrijwilliger die samen met u op zoek gaat naar sociale contacten/activiteiten en samen met u de eerste stap zetten.

- Vervoersdienst Automaatje, vrijwilligers rijden u naar allerlei door u gewenste bestemmingen (binnen Oldenzaal en ook ver daar buiten).

Vrijwilligerswerk en vrije tijdsbesteding

Na het 65e levensjaar breekt er, over het algemeen, een tijd aan met meer vrije tijd. Impuls biedt mogelijkheden om deze tijd zinvol en prettig in te vullen. Uw inzet als vrijwilliger kan Impuls goed gebruiken. Maar ook de Vrijwilligerscentrale van Impuls kan u helpen bij het zoeken naar een fijne vrijwilligerstaak.

Daarnaast organiseert Impuls recreatieve en sportieve activiteiten voor ouderen op verschillende plaatsen in Oldenzaal.

Informatie en advies

Impuls organiseert **spreekuren en bijeenkomsten** waar u informatie en advies kunt krijgen over allerlei thema's zoals:

- Geheugenspreekuur
- Alzheimer Café
- Mantelzorgcafé
- Mantelzorgbijeenkomsten
- Spreekuur sociaal team
- Formulierservice

Ouderenadviseurs

Soms is het fijn om in een persoonlijk gesprek uw vragen en uw problemen met een deskundige te bespreken. Dit kunnen bijvoorbeeld vragen zijn als:

- Kan ik wel in mijn huis blijven wonen nu mijn gezondheid achteruit gaat?
- Welke mogelijkheden zijn er in Oldenzaal met betrekking tot woningen voor senioren?

- Hoe vraag ik de nodige hulp aan voor bijvoorbeeld huishoudelijke ondersteuning, bij het douchen, voor vervoer en hulpmiddelen?
- Hoe kan ik mijn gevoelens van eenzaamheid verminderen?

Wilt u hier over praten? Maak dan een afspraak met een ouderenadviseur van Impuls. Zij kunnen bij u thuis komen om, eventueel samen met bijvoorbeeld uw kinderen, vragen en problemen te bespreken. Zij helpen u ook bij het aanvragen van hulp of leggen indien nodig contact met andere organisaties of instanties. Neem gerust contact met ons op!

Informatie

Voor meer informatie kunt u bellen of mailen naar:

Impuls

Marktstraat 10

7571 ED Oldenzaal

Tel. 0541- 571414

Algemeen e-mailadres: info@impuls-oldenzaal.nl

Website: www.impuls-oldenzaal.nl

Ouderenadviseurs:

Ria Heijdens, r.heijdens@impuls-oldenzaal.nl, of telefoonnummer 0541-57 1414.

Karin Lubbers, k.lubbers@impuls-oldenzaal.nl of telefoonnummer 0541 57 1414 / 06 48499453.

U kunt ook iedere werkdag tussen 09.00 uur en 11.00 uur bellen met het sociaal team: tel. 0541 571414.



