



Onder Ons

het maandblaadje voor
mantelzorgers & senioren
in Oldenzaal

Het is inmiddels al februari en er ligt weer een nieuwe editie van Onder Ons voor u! Zoals u weet probeert Impuls er voor u te zijn met activiteiten, ondersteuning en informatie. Dat doen we ook voor kinderen en jongeren in Oldenzaal. Het leuke is dat volwassen en senioren hén kunnen inspireren, maar dat dat omgekeerd zeker ook kan! Bijvoorbeeld zoals Teun Toebes dat doet. En 'onze eigen' Oldenzaalse Young Leaders. U kunt er hier meer over lezen. Veel leesplezier!

Teun Toebes, student in een verpleeghuis

Kent u Teun Toebes al? Teun is 22 jaar en heeft er ruim een jaar geleden voor gekozen om in een verpleeghuis te gaan wonen. Zijn huisgenoten hebben dementie.

Teun is verpleegkundige en student. Over de ervaring die hij heeft opgedaan heeft hij een boek geschreven: VerpleegThuis. Hij pleit nu voor een andere benadering van mensen met dementie.

Nieuwsgierig geworden? Kijk eens op zijn website: www.teuntoebes.com



Young Leaders

Jongeren die leren presenteren, een projectplan maken, organiseren, samenwerken en waardevolle contacten opdoen: dat is de Young Leaders training in een notendop. Veel gemeentes bieden deze (gratis) training al aan. Oldenzaal ook!



De jongeren die meedoen zetten zich 10 weken in voor de organisatie van een sociale activiteit in de buurt. Het mes snijdt aan twee kanten: de jongeren leren vaardigheden waar ze de rest van hun leven iets aan hebben én de buurt heeft er ook iets aan! Zo is er al een smokkeltocht georganiseerd en is er een groep aan de slag gegaan met een culturele workshop middag samen met het Palthehuis. Onlangs is de derde groep gestart met de trainingen. En ook zij zijn al enthousiast van start gegaan!

Vakantieklas



Om kinderen tussen 4-12 jaar in de vakantieperiodes te helpen structuur te houden, bieden we, samen met o.a. de basisscholen, tijdens schoolvakanties een programma aan. Het programma is gericht op ondersteuning bij sociaal emotionele, fysieke en educatieve ontwikkeling. Zo'n 160 kinderen doen mee met het programma dat bestaat uit sport, spel, natuur, techniek, samenwerken en samen leren. En dit alles natuurlijk met heel veel lol!

IMPULS

Impuls
Marktstraat 10
7571 ED Oldenzaal
Telefoon: 0541 571414
E-mail: info@impuls-oldenzaal.nl
Internet: www.impuls-oldenzaal.nl

Wilt u deze nieuwsbrief wordt u aangeboden door Impuls welzijn Oldenzaal. Wilt u deze niet meer ontvangen? Geef dat dan door via mail naar info@impuls-oldenzaal.nl of telefonisch via nummer 0541 571414.

U vindt ons op de volgende locaties:



Michgoriushuis
Marktstraat 10
Centrum
Oldenzaal



Breedwijs
Helmichstraat 42
Zuid-Berghuizen
Oldenzaal



Boerderij Stakenboer
Burg. Wallerstraat 115
Zuid-Berghuizen
Oldenzaal

Wij zijn trotse
partner van
**ONS
HELPT
ONS.NL**

Actief na school op het Twents Carmel College

Onder het motto 'Actief na school' worden er wekelijks, na schooltijd, sport- en cultuuractiviteiten aangeboden. Jongeren mogen meebeslissen en helpen met de organisatie van een activiteit. Het doel is dat jongeren ontdekken waar zij plezier in hebben en waar hun talenten liggen. Zo ook bij de 14-jarige Lars, lees hier zijn verhaal.

'Lars komt sinds een tijdje bij 'Actief na school' op de dinsdagmiddag. Hij vindt het prettig om te kletsen met elkaar of met de jongerenwerkers van Impuls. Er is volop gelegenheid om wat te ondernemen: huiswerk maken in de kantine, sporten in de gymzaal, oefenen voor theater of meedoen met een workshop. Deze workshops worden bedacht en georganiseerd door en met de jongeren en kunnen door iedereen gegeven worden: ouders, leerlingen, docenten, trainers van sportverenigingen, danseres, kunstenaars, ICT mensen.

Lars vond school eerst maar niks. Hij haalde slechte cijfers en spijbelde vaak. Maar door 'Actief na school' kwam hij op dinsdag wel naar school. Bij het invullen van een korte vragenlijst gaf hij aan school nu leuker te vinden. Ook docenten begrepen beter hoe ze met Lars om konden gaan en dat er meer met hem te bereiken was.

Sinds kort is Lars lid van de plaatselijke kickboks school. Door de workshop van een kickbokstrainer was Lars zo enthousiast dat hij, en enkele andere jongeren, nu wekelijks naar de sportschool gaan!



't Nije Kuierdroad

't Nije Kuierdroad in Oldenzaal helpt senioren en mantelzorgers om digitaal vaardiger te worden in het gebruik van bijvoorbeeld een mobiele telefoon (smartphone) of tablet. U krijgt een tablet in bruikleen en vervolgens geven (jonge) vrijwilligers u uitleg over bijvoorbeeld beeldbellen, whatsapp, internet of het spelen van een spelletje. Gewoon bij u thuis. Zo leert u iets nieuws en kunt u eenvoudig contact houden met anderen!



Mugcake

Wel eens gehoord van een Mugcake? Dat is niks anders dan een cake die is klaargemaakt in een mok. Makkelijk, gezond en snel klaar. En vooral: lekker voor jong én oud. Pure verwennerij!

Wat hebt u nodig?

- 1 banaan
- 3 eetlepels havermout
- 1 ei
- 3 kleine worteltjes, geraspt
- 1 theelepel kaneel
- 1 theelepel honing of agavesiroop

Hoe maakt u de mugcake?

Simpel! Doe alle ingrediënten in een mok en meng het goed. Zet het daarna 2 tot 3 minuten in de magnetron of bak het in 15 tot 20 minuten gaar in de oven op 200 graden.

Koffie Club Oldenzaal

De Koffie Club Oldenzaal is in 2017 ontstaan als initiatief van een jonge vriendengroep. Zij wilden hun onderlinge gezelligheid inzetten voor een groter doel en het uitdragen aan mensen die deze gezelligheid ook goed kunnen gebruiken. Hun naam verklapt natuurlijk al wat ze doen: koffiedrinken!

Dit doen zij met ouderen die hier behoefte aan hebben en het gezellig vinden als zij langskomen. Naast deze koffiemomenten organiseren zij ook af en toe een activiteit voor een grotere groep ouderen. Helaas ligt momenteel alles stil, maar we hopen natuurlijk dat de Koffie Club gauw weer kan starten.

Alvast meer lezen over de Koffie Club Oldenzaal? Kijk op www.koffiecluboldenzaal.nl



**KOFFIE CLUB
OLDENZAAL**

SINDS 2017

OP DE AGENDA BIJ IMPULS

Actieve Ontmoeting	Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag
Biljart inloopochtend	Donderdag en vrijdagochtend
Koersbal	Woensdag en donderdag
Alzheimercafé	Donderdag 24 februari
Walking Football	Maandag- en woensdagochtend
Dance 55+	Donderdag- of vrijdagochtend
Yoga voor (werkende) mantelzorgers	Maandagavond of woensdagochtend
Formulierenservice	Donderdagmiddag en vrijdagochtend
Slagfit 55+	Woensdagavond

