



Onder Ons

voor
mantelzorgers & senioren
in Oldenzaal

voorjaar 2023

impuls.

Kijkt u ook al uit naar het voorjaar?

Officieel begint de lente pas op 20 maart, maar je merkt het al als je buiten bent: het voorjaar komt eraan. De aarde warmt langzaam op, de krokussen steken de kopjes boven de grond uit en de vogels laten van zich horen. Ook Impuls laat weer van zich horen! In deze nieuwsbrief leest u meer over ons werk, onze activiteiten en andere interessante weetjes.

Heeft u nog vragen of wilt u een keer meedoen met een activiteit? Bel of mail ons gerust!

Team mantelzorg & senioren van Impuls Oldenzaal

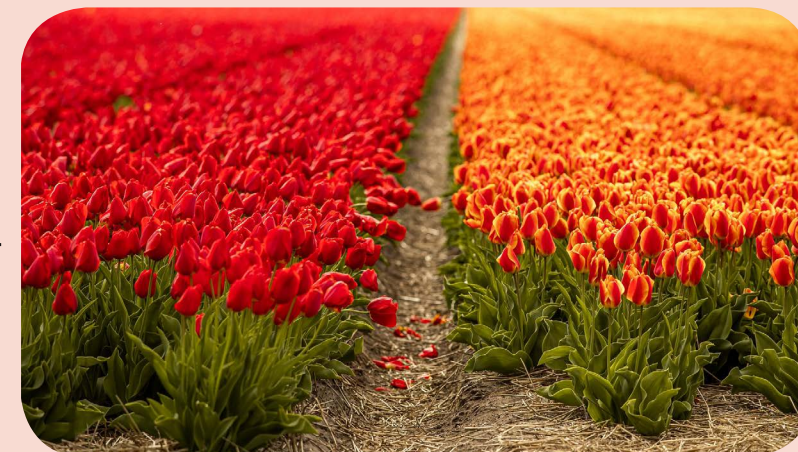
Geschiedenis van de Tulp

Wist u dat de oorsprong van de tulp in Azië (Iran, Afghanistan) ligt? Tulpen komen van nature ook voor in Noord-Afrika en Zuid-Europa. De bloembollen hebben koude nachten en een koude winter nodig om te groeien en dat in deze landen is het klimaat optimaal. De tulp bereikte rond 1500 het Ottomaanse Rijk (tegenwoordig Turkije) en daar kreeg de tulp de naam die wij nu kennen. Deze naam is afgeleid van de lokale naam voor een tulband, 'tulipa' in het latijn. De tulpen stond er hoog in aanzien.

Via Oostenrijk en België kwam de tulp in ons land. En in de Nederlandse Gouden Eeuw bereikten de prijzen van de tulpenbollen extreme hoogten. Al gauw was de bol meer waard dan een gemiddeld jaarsalaris! Je kreeg de tulpenbol dan ook niet zelf in handen, maar een stuk papier met daarop het bericht dat je de bezitter was van een tulpenbol. Deze periode, waarin de tulpenbol veel meer waard was dan de werkelijke prijs, heette 'tulpenmanie' en duurde van 1634 tot 1637. Toen maakte de regering hier een einde aan.

Tegenwoordig zijn de tulpen niet meer zo duur. Ze staan op nummer 1, bijna de helft van alle bollenvelden staan vol met tulpen. Nederland is een van de belangrijkste exportlanden van de tulp. En jaarlijkse komen vele toeristen naar Nederland om de tulpenvelden te bekijken.

Bron: www.canonvannederland.app



Gedicht: 'De grote voorjaars schoonmaak'

*Ik ben geen poetser moet je weten
Dat zit mij niet in het bloed
Een beetje afwas en wat dweilen
Dan vind ik het al wel goed*

*Soms sla ik met een doekje wat
Over kastjes en langs muren
Voor 't oog van 't volk doe ik dat
En voor familie, vriend en buren*

*Ik denk wel eens 't is mistig buiten
Maar dan ontdek ik vaak ook wel
't Is geen mist het zijn de ruiten
En die was ik dan ook snel, dat wel*

*Waar ik wel dagelijks op let
Is dat ik de WC-bril goed ontzmet
Mijn eigen bril die poets ik niet
Wie weet wat ik dan allemaal wel zie*



Bron: 1001gedichten.nl/gedichten/2319/perfecte_huisvrouw/

Twee nieuwe activiteiten voor mensen met (beginnende) dementie

Voor mensen met (beginnende) dementie zijn er twee leuke nieuwe activiteiten bij Sociaal Cultureel Centrum Willemien: een meezingkoor 'Vergeet me niet' én een dansochtend 'Dansen met herinneringen'.

- Lekker meezingen met nummers die iedereen kent? We zingen om de week op woensdagavond van 19.00-20.00 uur (om de week: 15 februari, 1 maart, 15 maart)
- Dansen op herkenbare muziek, onder begeleiding van een dansdocent: dat kan op donderdagochtend van 10.00-11.00 uur. Na afloop drinken we samen een kopje koffie. Aanmelden kan via info@impuls-oldenzaal.nl

Meer weten over dementie? Onlangs is de Dementheek geopend, een plek in de bibliotheek Oldenzaal waar u boeken, spellen en materialen kunt lenen. Deze spellen zijn geschikt om te spelen met mensen met dementie. Neem er gerust eens een kijkje. Vragen? Bel of mail Impuls!



impuls • Werkt aan uw **welzijn!**

Telefoon: 0541 571414
E-mail: info@impuls-oldenzaal.nl
Internet: www.impuls-oldenzaal.nl

Wilt u deze nieuwsbrief niet meer ontvangen?
Mail dan naar info@impuls-oldenzaal.nl of bel ons op 0541-571414.

Lid van
Sociaal Werk
Nederland



U vindt ons op de volgende locaties:



Willemien
Wilhelminastraat 5
7571 CE Oldenzaal



Boerderij Stakenboer
Burg. Wallerstraat 115
7574 ZM Oldenzaal

Jonge mantelzorgers

Alle kinderen verdienen het om onbezorgd op te groeien, ongeacht de situatie thuis. Daarom biedt JMZ-Go een plek voor jonge mantelzorgers waar zij kunnen ontspannen, anderen kunnen ontmoeten en ondersteuning kunnen krijgen.

JMZ-Go organiseert ook regelmatig leuke activiteiten voor kinderen zoals een filmavond, schilderen of cursussen. Bel ze gerust 085-7731720, of neem een kijkje op www.jmz-go.nl.



REBUS



c = l



- i



a = ie



- b



- vi

Creatief café voor senioren

Breien, schilderen, borduren of tekenen: in het Creatief café voor senioren kan het allemaal! Iedere eerste en derde maandag van de maand bent u van harte welkom van 09.30-12.00 uur in Sociaal Cultureel Centrum Willemien.

Neem uw eigen materiaal of werk mee en wij zorgen voor een gezellige plek met koffie, thee en iets lekkers. We geven geen les, maar helpen elkaar. Samen komen we vast een heel eind!

De kosten bedragen Euro 3,50 incl. koffie en thee.

Impuls organiseert het Creatief café samen met leeratelier Mal&Mod.

OP DE AGENDA BIJ IMPULS

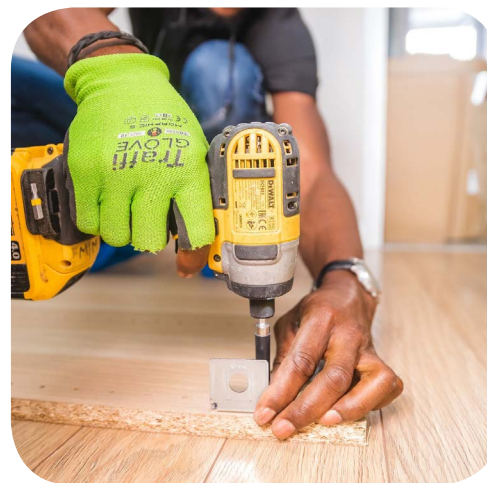
Gezond Natuur wandelen	Iedere vrijdag 10.00-11.00 uur
Actieve Ontmoeting	Maan-, dins-, woens- en donderdag
Biljart inloopochtend	Maan-, donder- en vrijdag 10.00 uur
Koersbal Walgaarden	Iedere woensdag 09.45 uur
Koersbal Stakenboer	Iedere donderdag 14.00 uur
Alzheimercafé	Donderdag 30 maart 19.00 uur
Deel je Zorgcafé	Iedere tweede maandag v.d. maand
Walking Football 55+	Maandag, woensdag, vrijdag
Stoelyoga 55+	Iedere dinsdag om 11.30 uur
Yoga voor (werkende) mantelzorgers	Maandag 20.00 uur
Formulierenservice	Donderdagmiddag Willemien en vrijdagochtend stadhuis
Koffie inloop Stakenboer	Iedere werkdag 10.00-12.00 uur
Spelletjesavond voor volwassenen	Iedere dinsdag 19.00-21.00 uur
Koor	Iedere maandagochtend
Kegelen voor mantelzorgers	Maandag 17 april 13.00-16.00 uur
Repaircafé	Iedere woensdag 13.30-16.00 uur

Kijk op www.impuls-oldenzaal voor meer activiteiten, de data en tijden of bel ons: 0541 571414!

Nieuw nummer Klussendienst

Hulp nodig bij een klus? Voor Oldenzalers die dat zelf niet meer kunnen, is er de Klussendienst. Zij helpen bij klusjes zoals beugels monteren, een lamp ophangen of kastje verplaatsen.

Bel ze gerust: 0541 216500 (tussen 08.30 en 12.30 uur) of stuur een mail naar klussen-dienst@werkwijzer-oldenzaal.nl.



Boekentip!

‘Fijn dat je er bent’, handboek voor de moderne mantelzorger.

Het boek geeft antwoord op veel vragen over mantelzorg. ‘Hoe bouw je een zorgnetwerk op’, ‘hoe voorkom je overbelasting’ en ‘wat wordt er van mij verwacht’. Ook kunt u in dit boek verhalen lezen van 13 andere mantelzorgers. Zij hebben allen een ander verhaal, maar als er iets duidelijk wordt is het wel: mantelzorg verandert je leven.

Het boek is geschreven door Tijn Elferink, schrijver, gezondheidsjournalist en columnist bij AD en Nu.nl. www.tijnelferink.nl.



Wandelen bij het ‘Deel je Zorg’ café

Voor iedereen die met zorg te maken heeft, is er het ‘Deel je Zorg’ café. Iedere tweede maandag van de maand wordt er samen geluncht en kunnen er ervaringen uitgewisseld worden.

Omdat er vraag was naar beweging en buiten zijn, kunt u nu ook meedoen met een korte wandeling. We lopen om 11.30 uur een uurtje in een rustig tempo door de mooie omgeving van Oldenzaal en komen dan om 12.30 uur terug bij Boerderij Stakenboer voor de lunch.

Loop gerust mee! Aanmelden is niet nodig. Alleen wandelen of lunchen mag natuurlijk ook, niets moet, alles mag!



Op de foto:

Wethouder Maaike Rödel bracht in januari een bezoekje aan het ‘Deel je Zorg’ café. Ze vertelde: ‘Als er iemand is die iets voor een ander betekent, is dat wel een mantelzorger. Het is zo onzichtbaar voor de buitenwereld hoe intensief mantelzorg is, zowel emotioneel als in tijd. Het is zo belangrijk om je verhaal te kunnen delen. Ik vind het fijn dat daar in dit café aandacht voor is.’

Kent u het Bijdragefonds van de Gemeente Oldenzaal al? Dit fonds is bedoeld voor mensen die een inkomen hebben op, of rond het minimum. Men kan een bijdrage aanvragen voor bijvoorbeeld lidmaatschap bij de bibliotheek, een sportvereniging of een krant. De voorwaarden vindt u op www.oldenzaal.nl/bijdragefonds.

Ouderenadviseurs en mantelzorgconsulenten

Impuls biedt ondersteuning aan Oldenzalers die bij het ouder worden tegen problemen aanlopen of lange tijd de zorg hebben voor iemand. Het team ‘Senioren & Mantelzorg’ staat dagelijks voor u klaar.

Sinds januari is dit team uitgebreid met Heleen Welhuis en Marc Wisseborn. Heleen heeft Social Work gestudeerd en werkt, naast haar baan bij Impuls, bij Gereia in de dagvoorziening. Marc heeft jarenlang zwemlessen gegeven en is de laatste jaren aan het werk als sociaal werker.

Wij zijn heel blij met deze twee nieuwe collega's en u gaat vast nog veel van ze zien of horen!

