

# Onder Ons

voor  
mantelzorgers & senioren  
in Oldenzaal

najaar 2023

impuls.

## Beste lezer,

De dagen worden korter en het weer wordt onstuimiger: de herfst is in aantocht. We zijn weer wat vaker binnen, halen puzzels, handwerkjes en boeken tevoorschijn. Wist u trouwens dat er vrijwel niets rijmt op het woord 'herfst'? Er is een aantal dichters dat een poging heeft gedaan om een gedicht te maken dat eindigt op -erfst:

De bureu waren grimmig, zijn ouders diep gegriefd.  
En onder zijn collega's was hij ook al niet geliefd.  
De oude juffrouw Zomer, baas voorjaar, meester Herfst.  
Ze riepen driewerf schande, juffrouw Zomer het driewerfst.

~ Drs. P. (Heinz Polzer) ~

of dit gedicht uit 1729:

Is iets te rymen op den Herrefst?  
Het meest gehakkeld is 't gekerrefst  
De regenboog is 't schoongeverrefst

~ Carolus Tuinman, 1729 ~



Bij Impuls hebben we dit najaar verschillende leuke activiteiten voor u. Een puzzelruilbeurs, er is een nieuwe huiskamer om anderen te ontmoeten en een Zilver Cultuurfestival 55+. U leest er meer over in deze nieuwsbrief. En heeft u nog vragen? Aarzel dan niet om contact met ons op te nemen. Fijne 'Herrefst'!

Team mantelzorg & senioren van Impuls Oldenzaal

**impuls.** Werkt aan uw **welzijn!**

Telefoon: 0541 571414  
E-mail: [info@impuls-oldenzaal.nl](mailto:info@impuls-oldenzaal.nl)  
Internet: [www.impuls-oldenzaal.nl](http://www.impuls-oldenzaal.nl)

Wilt u deze nieuwsbrief niet meer ontvangen?  
Mail dan naar [info@impuls-oldenzaal.nl](mailto: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

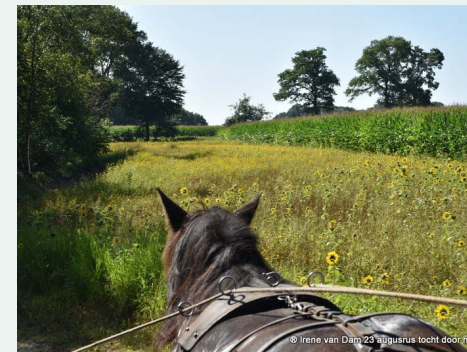


Boerderij Stakenboer  
Burg. Wallerstraat 115  
7574 ZM Oldenzaal

Even terugkijken.... door Marc Wisseborn

Op woensdag 23 augustus kwamen we met 18 enthousiaste mensen samen bij Hoeve Springendal voor een mooi ritje op de huifkar door de natuur van het Springendal! We begonnen de ochtend met een kop koffie of thee terwijl Henk de paarden voor de kar aan het spannen was.

Iedereen was vrolijk en had er echt zin in! De rit door de natuur rondom het Springendal was fantastisch en Henk vertelde onderweg allerlei leuke anekdotes. Na 2 uur kwamen we voldaan terug bij de Hoeve en konden daar genieten van een heerlijke kop soep en broodjes!



Foto's: Irene van Dam - augustus 2023

twents  
zilver &



## ZILVER CULTUURFESTIVAL 55+



Willemien  
Wilhelminastraat 5 Oldenzaal



Met o.a. optredens en workshops  
van The Gentle Singers, Zing je fit,  
Dansam, Zuleika verhalenverteller,  
De Blauwe Kom en nog veel meer!

Meer informatie?  
[info@twentszilver.nl](mailto:info@twentszilver.nl)  
of scan!



7 OKTOBER | 11:00 - 16:00

kalber  
kunstschool

oranje  
fonds

LA LEEVE KUNST  
FONDS

FONDS VOOR  
CULTUUR  
PARTICIPATIE

AUGUST  
FESTIVITEITEN  
VRIJWILLIGERS  
FONDS

impuls  
De kracht van welzijn

Oldenzaal

Nieuw: [vrijwilligerinoldenzaal.nl](http://vrijwilligerinoldenzaal.nl)

De website van de Vrijwilligerscentrale van Impuls is vernieuwd! U vindt er alle vrijwilligersvacatures in Oldenzaal en u kunt zelf eenvoudig reageren op een interessante vrijwilligersjob. Organisaties die vrijwilligers zoeken, kunnen zelf hun oproepen plaatsen.

Neem gerust eens een kijkje op  
[www.vrijwilligerinoldenzaal.nl](http://www.vrijwilligerinoldenzaal.nl).

Dat geldt voor mij!

Weet u voor welke regelingen en fondsen u in aanmerking komt?

Op [www.datgeldtvoormij.nl](http://www.datgeldtvoormij.nl)\* kunt u stap voor stap en anoniem bekijken waarvoor u in aanmerking komt. Zo kan er jaarlijks geld bespaard worden op bijvoorbeeld verzekeringen, energiecontracten en andere gemeentelijke voorzieningen. En komt u er niet helemaal uit, vraag dan gerust de 'meedenk-hulp' van Impuls aan.

\* voorheen de VoorzieningenWijzer Oldenzaal

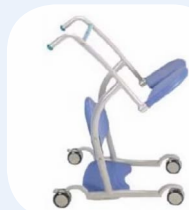
De VoorzieningenWijzer

DAT GELDT  
VOOR MIJ

## Vilans Hulpmiddelenwijzer

Heeft u hulp nodig bij dagelijkse activiteiten? Denk aan een vergrootglas bij het lezen, een opener voor een schroefdeksel, tillift, trippelstoel of steunwielen voor de fiets? Kijk dan eens op de hulpmiddelenwijzer van Vilans. Zij bieden hulpmiddelen bij veel situaties. Hulpmiddelenwijzer.nl heeft geen commercieel belang en levert eerlijke informatie over meer dan 600 hulpmiddelen. Ook weten zij alles over eventuele vergoedingen.

Meer informatie: [www.hulpmiddelenwijzer.nl](http://www.hulpmiddelenwijzer.nl).



## OP DE AGENDA BIJ IMPULS

|                                                                 |                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>Gezond Natuur wandelen</b>                                   | Iedere vrijdag 10.00-11.00 uur                                         |
| <b>Biljart inloopochtend</b>                                    | Maan-, donder- en vrijdag 10.00 uur                                    |
| <b>Alzheimercafé</b>                                            | Donderdag 30 november 19.45 uur                                        |
| <b>Deel je Zorgcafé</b>                                         | Iedere tweede maandag v.d. maand met wandeling vanaf 11.30 uur         |
| <b>Walking Football 55+</b>                                     | Maandag, woensdag, vrijdag 10.00 uur                                   |
| <b>Stoelyoga 55+</b>                                            | Iedere dinsdag om 11.30 uur                                            |
| <b>Yoga voor (werkende) mantelzorgers</b>                       | Iedere maandag 19.30 uur en op woensdag om 11.45 uur.                  |
| <b>Formulierenservice</b>                                       | Donderdag 13.30 uur Willemien en vrijdag 10.00 uur Stadhuis            |
| <b>Koffie inloop Stakenboer</b><br><b>Koffie inloop De Thij</b> | Iedere werkdag 10.00-12.00 uur<br>Dinsdag en donderdag 10.00-12.00 uur |
| <b>Spelletjesavond voor volwassenen</b>                         | Iedere dinsdag 19.00-21.00 uur                                         |
| <b>Koor</b>                                                     | Iedere maandagochtend                                                  |
| <b>Repaircafé</b>                                               | Iedere woensdag 13.30-16.00 uur                                        |
| <b>Cognitieve fitness</b>                                       | Gratis proefles op 8 november van 10.30-11.30 uur                      |
| <b>Dance voor volwassenen</b>                                   | Elke donderdag en vrijdag om 09.00 uur                                 |
| <b>Bingo Stakenboer</b>                                         | Iedere laatste woensdag van de maand om 19.00 uur                      |
| <b>Creatief café</b>                                            | Iedere eerste en derde maandag van de maand van 09.30-12.00 uur        |
| <b>Zilver Cultuurfestival 55+</b>                               | Zaterdag 7 oktober 11.00-16.00 uur                                     |

Kijk op [www.impuls-oldenzaal](http://www.impuls-oldenzaal) voor meer activiteiten, de data en tijden of bel ons: 0541 571414!

## Perencake met kaneel

Benodigdheden  
- 200 gram suiker  
- 240 gram boter of margarine  
- 280 gram zelfrijzend bakmeel  
- 1 zakje vanille suiker  
- 1 snuf zout  
- 4 grote eieren  
- 2 peren  
- beetje citroensap  
- halve theelepel kaneel  
- 50 gram pecannoten  
- 1 eetlepel maïzena of bloem.

Bron: leukerecepten.nl

Verwarm de oven voor op 175 graden. Vet een cakevorm goed in. Schil de peren en snijd ze in stukjes. Doe de stukjes met het citroensap in een kom, voeg maïzena toe en meng door elkaar. Hierdoor zakken de stukjes fruit niet naar de bodem van de cake tijdens het bakken.

Mix de suiker met de vanillesuiker en boter. Doe één voor één de eieren erdoor. Voeg zelfrijzend bakmeel toe en een snuf zout. Hak de pecannoten grof en meng ze met de peren en het kaneelpoeder door het beslag. Doe het beslag in de vorm en garneer met wat stukjes peer en nootjes.

Zet de cake 60 minuten in de oven.

## Nieuwe groep Senioren-Fit!

Vanaf 3 oktober start er een nieuwe groep 'Senioren-Fit' bij Willemien. Het tempo van deze lessen is aangepast en de oefeningen zijn voor iedereen goed te doen.

De les wordt gegeven van 10.45 uur tot 11.15 uur en na afloop drinken we een kopje koffie of thee. Belangstelling?

Bel of mail dan met Anky van Impuls via telefoonnummer 0541 571414 / mail: [info@impuls-oldenzaal.nl](mailto:info@impuls-oldenzaal.nl)

## Het 'Herendiner'

Jaarlijks organiseert De Ronde Tafel Oldenzaal een diner voor (alleenstaande) heren. Ook dit jaar is er weer een diner waarbij heren samen lekker eten, drinken en mooie verhalen vertellen.

Dit jaar staat het Herendiner gepland op woensdag 22 november bij De Molenkamp.

Heeft u belangstelling? Neem dan contact op met ouderenadviseur Karin Lubbers van Impuls. Maar wacht niet te lang, het aantal plaatsen is beperkt!

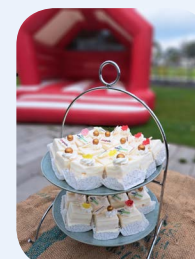
## Huiskamer De Thij

Op zaterdag 23 september jl is de Huiskamer De Thij officieel geopend. Onder belangstelling van vele inwoners van De Thij, de wethouders Rödel en Yildirim en andere belangstellenden is het lint doorgeknipt en is de ontmoetingsplek officieel in gebruik genomen.

De Huiskamer is bedoeld voor wijkbewoners die een plek zoeken om elkaar te ontmoeten, te kletsen en een kop koffie te drinken. Ook is er een boekenkast en spelletjeskast. De Huiskamer is een gastvrije locatie voor jong en oud.

Iedere dinsdag en donderdag is er een vrije inloop van 10.00-12.00 uur. Kom gerust eens langs aan de Willem Dingeldeinstraat 53!

De Huiskamer De Thij is een initiatief van Impuls en WBO Wonen.



## Het Twents is een hele korte, efficiënte taal. Leest u maar:

|                                                |               |
|------------------------------------------------|---------------|
| Dat behoort tot de mogelijkheden               | Zöl könn      |
| Wilt u dat eens herhalen?                      | Hè?           |
| Mag ik u vragen waarvoor u hier komt?          | Wa möj?       |
| Hetgeen u mij vertelt, verbaast mij zeer       | Krieg noe wat |
| Ligt dat binnen het kader van uw bevoegdheden? | Ma'j da wa?   |
| Dit ben ik geenszins van plan                  | Da doo'k ních |
| Ligt dit in de lijn der verwachtingen?         | Zöl't?        |

## Puzzelruilbeurs 4 november

Houdt u van puzzelen? Op zaterdag 4 november is er een legpuzzel ruilbeurs bij Willemien. Iedereen mag een complete puzzel van 1.000 stukjes inleveren en een andere puzzel uitzoeken. Het merk of de afbeelding is niet van belang, als het maar een nette, complete en niet al te oude puzzel is.

Tussen 10.00 uur en 10.45 uur kunnen er maximaal 5 legpuzzels ingeleverd worden. U krijgt voor iedere ingeleverde puzzel een tegoedbon. Tussen 11.00 uur en 12.00 uur kunt u voor iedere tegoedbon een andere legpuzzel uitzoeken.

Tijdens de puzzelruilbeurs is het mogelijk om een kopje koffie of thee met elkaar te drinken.

Puzzels die niet uitgekozen zijn kunt u weer meenemen, of achterlaten. Wij brengen ze dan naar de Beurs.

Wilt u een of meer legpuzzels inbrengen? Laat ons dat dan even weten via e-mail [info@impuls-oldenzaal.nl](mailto:info@impuls-oldenzaal.nl) of bel ons: 0541 571414 (vraag naar Marc).

