

# nieuwsbrief

Nummer 29, september 2024  
Informatiebrief voor alle vrijwilligers van Impuls



## Beste vrijwilliger,

Hopelijk heb je een fijne zomervakantie gehad! Ik zie de kleuren van de bladeren al veranderen in mooie herfstkleuren. Herfst is een prachtig seizoen, met wandelingen in het bos en de geur van natte bladeren, het toont de schoonheid van de vergankelijkheid. Het wordt sneller donker en dan maken we het binnen gezellig: verwarming en kaarsjes aan en een kop warme thee.

In deze nieuwsbrief vind je weer interessante items om te lezen zoals informatie over de meldcode 'huiselijk geweld en kindermishandeling'. Wat kun je doen als een vermoeden van mishandeling hebt? Lees het protocol vooral eens door. Verder een korte terugblik op het gezellige vrijwilligersfeest in juni en we leggen uit wat de methode positieve gezondheid inhoudt. Bij Impuls worden op dit moment een groep medewerkers hierin geschoold.

Na de vakantie zijn, mede door jullie inzet, er weer vele activiteiten van start gedaan. Jullie zijn onze oren en ogen van de inwoner van Oldenzaal. Ideeën en vragen van Oldenzalers horen we dan ook graag! Ik wens jullie een gezellig en inspirerend seizoen!

Met vriendelijke groet,

Fenny Tolhuis  
Coördinator Vrijwilligers Impuls



## In deze nieuwsbrief:

- Week van ontmoeting
- Meldcode
- Vrijwilligersfeest terugblik
- Een interview met René Hogeslag
- Positieve gezondheid
- Cursussen en workshops
- Wist je dat... jeugdwerk

## Week van de Ontmoeting

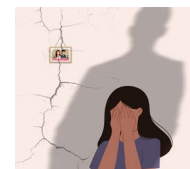
Van donderdag 26 september tot en met 2 oktober is het de Week van de Ontmoeting in Oldenzaal. Op verschillende plaatsen in Oldenzaal vind je de WBO Wonen Koffiekar. Sociaal werkers van Impuls, vrijwilligers en medewerkers van WBO Wonen zijn aanwezig om het gesprek aan te gaan over thema's als ontmoeten, eenzaamheid en het bespreekbaar maken van gevoelens van eenzaamheid. Er zijn koekjes om te delen en uiteraard kunnen Oldenzalers ook gewoon langskomen voor een praatje. Voor iedere bezoeker ligt er een boekenlegger klaar met tips om eenzaamheid onder de aandacht te brengen.



- 1 op de 7 Nederlanders voelt zich erg eenzaam. Iedereen kan ermee te maken krijgen. Maak het bespreekbaar:
- Wees een OEN: Open, Eerlijk, Nieuwsgierig
- Laat OMA thuis: Oplösungen, Meningingen, Adviezen
- LSD staat voor: Luisteren, Samenvatten, Doorvragen
- Gebruik Nivea: Niet Invullen, Voor Een Ander

Naast de koffiekar zijn er ook verschillende activiteiten waar Oldenzalers vrijblijvend aan mee kunnen doen. Denk aan Bewegen in de Palthetuin, Pub&Patat voor jongeren en op zaterdag 28 september een koffie inloop in samenwerking met Aveleijn. Op onze website lees je waar je de Koffiekar kunt vinden en wanneer je mee kunt doen met activiteiten.

## Meldcode



De meldcode 'Huiselijk geweld en kindermishandeling' helpt met het signaleren en handelen bij (vermoedens van) huiselijk geweld of kindermishandeling en bij psychisch of seksueel geweld en verwaarlozing.

Het protocol richt zich op alle medewerkers, stagiaires en vrijwilligers die werken met mensen van 0 tot en met 100. Met dit protocol onderschrijven we de noodzaak om in een zo vroeg mogelijk stadium te signaleren, registreren en tijdig actie te ondernemen bij vermoedens van huiselijk geweld en kindermishandeling.

In november ontvang je een meer informatie over de meldcode. Wil je het protocol eerder ontvangen, neem dan even contact op met Gineke Annink of met je contactpersoon.

## Colofon

Deze nieuwsbrief is een uitgave voor de vrijwilligers van Impuls. Heb je vragen, neem dan contact op met Impuls per mail: [vrijwilligers@impuls-oldenzaal.nl](mailto:vrijwilligers@impuls-oldenzaal.nl) of telefonisch: 0541 571414.

**impuls.**

[www.impuls-oldenzaal.nl](http://www.impuls-oldenzaal.nl)

**OLDENZALERS, KOM ERBIJ!**

De komende week kun je op verschillende plekken in Oldenzaal een kop koffie komen drinken bij de Koffiekar. Zomaer, omdat wij het belangrijk vinden dat Oldenzalers elkaar ontmoeten. En dat niet alleen: je krijgt ook een Twix, om met iemand te delen. Dus kom gerust lang!

Kom langs tijdens de Week van de Ontmoeting!

<b>Donderdag 26 september</b>	09:30-12:00 uur: Doe vrijblijvend een keer mee met de Actieve Ontmoeting bij Stakenboer. Bewegingen in de Palthetuin, doe gratis mee! Na afloop is er koffie met lekkers bij Willemien (Euro 2,-). 10:00-10:45 uur: Koffie met lekkers bij Huiskamer De Thij, Boerderij Stakenboer of bij Willemien. 10:00-12:00 uur: Een praatje bijten? Elke werkdag van 10-12 uur bij Willemien. 14:00-18:00 uur: De Koffiekar staat bij Winkelcentrum Zuid-Bergboezem.
<b>Vrijdag 27 september</b>	10:00-12:00 uur: Koffie met lekkers drinken bij Boerderij Stakenboer of bij Willemien. 10:00-12:00 uur: Een praatje bijten? Elke werkdag van 10-12 uur bij Willemien. 12:30-14:30 uur: Nieuwsgierig ontmoeten bij het Postkantoor, in het Buschtoek, Thema van deze middag: ontmoeten. 15:00-19:00 uur: De Koffiekar staat op de parkeerplaats bij Winkelcentrum In den Vijfhoek. 17:00-20:00 uur: Patat & Pub voor jongeren bij Druis015 aan de Wilhelmijnstraat 1, gratis even aanmelden.
<b>Zaterdag 28 september</b>	12:00-13:30 uur: Gratis gezellige inloop bij Willemien in samenwerking met Aveleijn (koffie/thee kost Euro 1,-).
<b>Maandag 30 september</b>	09:30-12:00 uur: Doe vrijblijvend een keer mee met de Actieve Ontmoeting bij Paal 12. 10:00-12:00 uur: Koffie met lekkers drinken bij Boerderij Stakenboer of bij Willemien. 10:00-12:00 uur: Een praatje bijten? Elke werkdag van 10-12 uur bij Willemien. 14:00-18:00 uur: De Koffiekar staat op de parkeerplaats bij Winkelcentrum De Thij.
<b>Dinsdag 1 oktober</b>	09:30-12:00 uur: Doe mee met de Actieve Ontmoeting bij Stakenboer: aankomstlunch met samen. 10:00-12:00 uur: Koffie met lekkers drinken bij Huiskamer De Thij, Boerderij Stakenboer of bij Willemien. 10:00-12:00 uur: Een praatje bijten? Elke werkdag van 10-12 uur bij Willemien. 14:00-18:00 uur: De Koffiekar staat bij Winkelcentrum De Essen (Boosterland).

**ADRESSEN**

Sociaal Cultureel Centrum Willemien Winkelcentrum 5 Oldenzaal	Huiskamer De Thij vt. Dingardenschuur 53 Oldenzaal	Boerderij Stakenboer Burg. Willemijnstraat 113 Oldenzaal	Paal 12 Winkelruimte 12 Oldenzaal
---	--	--	---

**Kunstroute**  
Nieuwsgierig ontmoeten met elkaar op 2 oktober herengedag. Er zijn ook een aantal andere activiteiten: Openbaar Openbaar Openbaar.

\* Bij de koffie inlopen kost een kopje koffie of thee Euro 1,- en het tweede kopje krijgt u van ons.  
Meer informatie: [www.impuls-oldenzaal.nl](http://www.impuls-oldenzaal.nl) of bel ons op werkdagen tussen 09:30-12:30 uur: 0541 571414

## Vrijwilligersfeest 7 juni



Een zonnetje, hapje en drankje en goed gezelschap: wat ons betreft was het vrijwilligersfeest op 7 juni jl. bij het J.W. Racerhuis een hele geslaagde middag!



## Even voorstellen

Impuls heeft mij gevraagd om mijzelf in deze nieuwe editie van de Vrijwilligersnieuwsbrief voor te stellen. Daar heb ik in al mijn enthousiasme met 'JA!' op geantwoord.

Welnu, mijn naam is René Hogeslag, ik ben woonachtig in Oldenzaal, ben 63 jaar en ik heb bijna een jaar geleden mijn werkzaamheden in dienstverband beëindigd. Na een actief arbeidsverleden van ruim 44 jaar vond ik het welletjes. Bijna m'n hele dienstbare periode heb ik in de ICT gewerkt. De laatste (bijna) 20 jaar voor een relatief klein ICT-bedrijf, waar ik met veel plezier leiding gegeven heb aan de Helpdesk en als Manager Projecten verantwoordelijk was voor meerdere ICT-projecten bij diverse woningcorporaties in Oost-Nederland. De samenwerking met mijn collega's heb ik altijd als zeer prettig ervaren.

Doordat mijn vrouw parttime in de ouderenzorg werkt en hele dagen alleen thuis zitten niet echt mijn ding is, ben ik op zoek gegaan naar vrijwilligerswerk dat bij mij past en waarbij ik het gevoel heb iets voor de maatschappij te kunnen betekenen. Dus heb ik mij eind januari aangemeld bij Impuls als chauffeur voor Tafeltje Dekje. Na een paar gesprekken met Leonie Groothuis, Hetty Kip en Fenny Tolhuis en twee keer meerijden met ervaren bezorgers, ben ik in maart voor het eerst ingepland. En wat vind ik dit leuk! Doordat je niet teveel adressen hebt, de maaltijden lekker lang warm blijven en door een uitstekende organisatie vanuit Apetito en Impuls, heb je soms de tijd om even een praatje met de cliënten te maken. Wat een leuke contacten krijg je hierdoor! Af en toe worden je werkzaamheden op verzoek van de cliënt iets uitgebreid, door de ene keer behulpzaam te zijn bij het invullen van de menukaart voor de volgende periode en de andere keer door de vuilcontainer even aan straat te zetten of een brief op de post te doen. En wat zijn de mensen dankbaar!

Een ander voordeel van het vrijwilligerswerk bij Impuls is dat je gratis mee kunt doen aan de diverse cursussen die via Impuls worden gegeven. Doordat ik fotografie als hobby heb, heb ik mij ingeschreven voor zowel de Basis cursus Fotografie als voor de cursus Fotografie voor gevorderden. Naast deze cursussen is er een groot aanbod in cursussen op sociaal-, technisch- en medisch gebied. Voor elk wat wils, dus! Mocht u geïnteresseerd zijn in vrijwilligerswerk voor Tafeltje Dekje en hierover meer informatie willen, aarzel dan niet en neem contact op met het secretariaat van Impuls of met mij (via het secretariaat).

René Hogeslag



## Positieve Gezondheid

Mensen zijn niet hun aandoening. Toch focussen we daar vaak wel op. Alle aandacht gaat uit naar hun klachten en gezondheidsproblemen, en hoe we die kunnen oplossen. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. Het accent ligt niet op ziekte, maar op mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt.

De sociaal werkers van Impuls worden gedurende dit jaar geschoold in het toepassen van de methode Positieve Gezondheid. Je voert hiermee een ander gesprek met inwoners: wat is belangrijk voor jou? En wat kun jij nog zelf? Beleef je nog plezier aan de dagelijkse dingen? Een interessante invalshoek waar we jou, als vrijwilliger, binnenkort meer over zullen vertellen!



## Cursussen en Workshops voor vrijwilligers

Er staan dit najaar weer veel interessante cursussen en workshops op het programma, speciaal voor onze vrijwilligers. Denk aan Kinder EHBO in de praktijk, Excel, Fotografie, Digivitaler en 'Hoe gebruik je ChatGPT'. U kunt hier meestal gratis aan meedoen. Kijk voor het volledige overzicht op [www.impuls-oldenzaal.nl](http://www.impuls-oldenzaal.nl).

## Wist je dat.....

We verschillende inlopen en activiteiten voor de jeugd organiseren?

### Meidengroepen

Onzekerheid, vinden ze me wel aardig, stress vanwege huiswerk: allemaal zaken die aan bod komen in de meidengroepen. We praten in kleine groepjes over wat de meiden bezighoudt en doen leuke activiteiten. Zo kunnen ze ervaringen delen en misschien zelfs nieuwe vriendinnen maken!

### Jongereninloop

Er gebeurt veel in het leven van een jongere. De overstap van basisschool naar middelbare school, nieuwe klasgenoten, groepsdruk en misschien komen ze in aanraking met alcohol en drugs. In de jongereninlopen bij Paal 12 bieden we een veilige plek waar jongeren kunnen chillen en zichzelf kunnen zijn. We doen activiteiten of nodigen iemand uit, bijvoorbeeld een wijkagent of iemand van Tactus verslavingszorg. Er is een jongereninloop voor 11-15 jaar en inloop voor 15 jaar en ouder.

### Actief na school

Kinderen die in groep 4 t/8 zitten, kunnen na schooltijd meedoen met leuke activiteiten zoals koken, sport, bewegen en leuke spellen. Lekker (buiten) spelen, anderen ontmoeten en sociale vaardigheden oefenen! Actief na school vindt plaats op verschillende basisscholen in Oldenzaal.

Ook jongeren die op het Twents Carmel College zitten kunnen meedoen aan Actief na School, op hun eigen locatie. Zij mogen zelf meedenken en ideeën aandragen. Wat vind jij leuk? En wat wil jij zelf doen? Samen gaan we aan de slag!

