



impuls

Nieuwsbrief Winter 2020

Allereerst wensen wij een ieder een geweldig nieuw jaar toe. Een jaar waarin er hopelijk op den duur weer meer mogelijk is, waarin we elkaar weer face to face mogen ontmoeten. Een jaar waarin onze trainingen weer plaats mogen vinden. Een jaar waarin de sozen weer open mogen en jongeren elkaar weer op straat mogen omhelzen. Een jaar waarin we ons niet meer zo eenzaam hoeven te voelen als het afgelopen jaar. Iedereen vraagt zich dan ook af; Hoe lang gaat dit nog duren? Hoe vaak zal de lockdown nog verlengd gaan worden en trekken we het allemaal nog?

Als jongerenwerkers en jeugdmaatschappelijk werkers proberen we dan ook om de jongeren in beeld te houden. Om gezinnen in beeld te krijgen waar zorgen zijn. Daar waar het nodig is zijn er altijd mogelijkheden. In uitzonderlijke gevallen kunnen we dan ook gesprekken plaats laten vinden op kantoor en kunnen we met inachtneming van de regels activiteiten blijven organiseren voor de kinderen, jeugd en ouders. Verderop in de nieuwsbrief vind je daar meer over.

Blijf gezond en praat erover als je je zorgen maakt of je eenzaam voelt in deze tijd!

Wij zijn er voor jullie,

Willem, Maryska, Mareille, Leonie & Marleen

Agenda

1 t/m 5 februari

15.00 uur.

Online activiteiten voor basisschool kinderen

* Zie nieuwsbrief

Zaterdag 6 februari

Hele dag

Familiespeurtocht Gieten

* Zie nieuwsbrief

Vrijdag 19 februari

20.00 uur.

Online activiteit voor de leeftijd 12 t/m 18 jaar.

Houdt onze Social Media kanalen in de gaten!

Even voorstellen



Hallo,

Ik ben Marleen Tuma en ik ben de nieuwe stagiaire van Impuls Welzijn. Het zou kunnen dat u denkt, hé een bekend gezicht! Ik woon namelijk in het mooie Annerveenschekanaal en naast dat ik vrijwilliger ben bij Jeugdwerk AVK, maak ik ook deel uit van de Inclusieraad van de gemeente Aa en Hunze.

Ik zit inmiddels in het laatste leerjaar van de opleiding Sociaal Cultureel Werk en zal een jaar lang stage lopen bij Impuls. Binnen Impuls zal ik vooral mijn steentje bijdragen in het Jongerenwerk, maar het kan zeker zijn dat u mij ook op andere plekken tegenkomt.

Wie weet treffen wij elkaar nog eens!

Activiteitenweek basisschoolkinderen

Maandag 1 februari

Happy Stones workshop online

Lijkt het jou leuk om net als inmiddels vele anderen stenen te verven om die vervolgens ergens in het dorp neer te leggen? Meld je dan aan voor deze workshop. Er zijn inmiddels al in veel dorpen stenen gevonden die een lach op iemand zijn gezicht bezorgen. Wil jij daaraan bijdragen en vind je het leuk om online andere kinderen te ontmoeten?

Geef je op > l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Dinsdag 2 februari

Online Bingo

Een bingo blijft leuk, voor zowel jong als oud. Samen met *JP Activiteiten* te Assen bieden wij kinderen van groep 4 t/m 8 een online bingo aan. Er zijn leuke prijzen te winnen, maar nog leuker is de gezelligheid natuurlijk die je met je vrienden online zult beleven. Geef je op voor deze leuke activiteit > l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Woensdag 3 februari

Sportactiviteit door de sportcombi's Aa en Hunze online

Wat we gaan doen? Dat is nog een verrassing! Maar zorg voor ruimte in je huis, want we gaan bewegen!

Meld je aan > l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Donderdag 4 februari

Voorleesverhaal online

Ook voor de jongste basisschoolkinderen hebben wij een leuke activiteit. Op donderdag gaan wij een leuk, spannend, verhaal vertellen voor de kinderen uit groep 1 t/m 3. Geef je zoon of dochter op door een mail te sturen naar l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Vrijdag 5 februari

Online lego challenge

De laatste dag van de week hebben wij een ontzettend gaaf lego challenge georganiseerd. Hou jij ervan om leuke dingen te bouwen en denk je in een uur tijd een prachtig lego kunstwerk neer te kunnen zetten? Onze vakkundige jury zal jullie bouwprojecten beoordelen. Uiteraard is er ook nu weer een mooie prijs beschikbaar voor de meest origineelste bouwwerk.

Geef je op > l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Alle activiteiten vinden online plaats om 15.00 uur

Zodra wij de aanmelding hebben ontvangen krijgen jullie van ons een brief met daarin verdere gegevens rondom de activiteit.

Familiespeurtocht



Zaterdag 6 februari

Om de activiteitenweek op een leuke positieve manier af te sluiten, hebben wij een activiteit georganiseerd voor de hele familie. Voor iedereen is het goed om er in deze tijd met elkaar op uit te gaan. Hoe leuk is het om er als gezin op uit te trekken, leuke vragen te beantwoorden, opdrachten uit te voeren en daar niets voor hoeven doen, behalve er samen op uit te trekken. Je krijgt er meteen een frisse neus van!

Geef je op voor deze leuke activiteit.

Laat ons weten hoe laat je de speurtocht wilt lopen en je ontvangt de rest van de informatie in je mailbox.

Opgeven? > l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Hulp voor ouders/verzorgers



Vooraf het afgelopen jaar is een moeilijk jaar geweest voor ouders en kinderen, de structuur valt weg en alles is niet meer zo vanzelfsprekend als het altijd was. Sinds 9 maanden overheerst corona ons dagelijks leven, de scholen en winkels zijn gesloten waardoor de kinderen elke dag thuis zijn en alle routine wegvalt. Zelfs in gezinnen die over het algemeen harmonieus met elkaar samenleven, raakt de dagelijkse routine ontregeld.

Wie ik ben en wat ik doe

Mijn naam is Roos van den Heuvel en ik werk als gezinscoach bij Impuls. Ik ben er voor ouders om samen te kijken naar mogelijkheden om de gezinssituatie met minder

spanning te kunnen laten verlopen. Heb je vragen, zou je graag wat tips en adviezen ontvangen over de opvoedsituatie of heb je gewoon behoefte aan een luisterend oor? Dan kun je bij mij terecht.

Durf om hulp te vragen

Als ouder ben je misschien geneigd om geen contact op te nemen omdat je weet dat alle ouders kampen met, vaak dezelfde, problemen. Maar mijn wens is dat alle ouders gehoord en gezien worden, en dat is juist in deze tijd zo belangrijk en noodzakelijk! Dus laat je daardoor niet weerhouden, maar vraag hulp.

Een goede dag-structuur gaat je helpen

Alle is dan goed om een structuur te hebben in deze nieuwe omstandigheden, ook zodat alle gezinsleden de ruimte hebben om even iets voor zichzelf te kunnen doen. Dat lijkt essentieel om even echt tot rust te kunnen komen, maar niet altijd even makkelijk te realiseren als kinderen steeds binnen moeten zitten en zich gaan vervelen.

Een paar tips:

- Houdt de structuur mbt school op de tijden die daarvoor staan.
- Ontbijt en lunch op vaste tijden, zodat je even kunt kletsen met je kind en je zijn of haar stemming ook even kunt peilen.
- Maak een wandeling door de buurt, of ga naar het bos (als die mogelijkheid er is)
- Houd de bedtijden aan zoals u dat gewoon ook zou doen.
- Zorg als ouder zelf ook voor een moment om op te laden

Maar vooral: schakel hulp in als het thuis niet prettig verloopt, gewoon een gesprek kan al helpen om dingen weer op andere manier te kunnen benaderen.

Contact

Ik heb twee wachlijsten en er zijn mogelijkheden om persoonlijk af te spreken of kantoor of thuis. (altijd in overleg en de bijbehorende RIVM-regels). Maar (beeld)bellen behoort ook tot de mogelijkheden. Misschien spreken we elkaar gauw!

Roos van den Heuvel - Gezinscoach

T. 06-30286495

@ r.vandenheuvel@impulsaanhuizen.nl

Hulp voor kinderen



Ook veel kinderen hebben moeite met de gevolgen van de maatregelen en lockdown. Alles gaat anders, ze missen klasgenoten en hebben moeite zich te concentreren en te motiveren voor huiswerk. Ze kunnen daardoor minder goed in hun vel zitten, minder zelfvertrouwen hebben en vaker verdrietig of boos zijn. Maar wist je dat als je kind even vastloopt er ook hulp voor hem of haar mogelijk is?

Wie we zijn en wat we doen

Wij zijn Leonie ten Velde en Mareille IJntema en wij werken als jeugdmaatschappelijk werkers bij Impuls welzijn. Met onze zebra-koffer vol met leuke attributen gaan we in gesprek met kinderen om ze te helpen omgaan met lastige situaties. Hierbij kun je

denken kinderen die vaak conflicten hebben met andere kinderen, die moeite hebben met de scheiding van hun ouders, die niet goed weten hoe ze moeten omgaan met hun boosheid of die negatief over zichzelf denken. We geven kinderen en ouders handvaten over hoe ze hier mee om kunnen gaan om zo het koppie weer koel te krijgen.

Voor wat niet kan is een oplossing

Door de lockdown gaan onze gesprekken met kinderen op school en thuis helaas niet door. Ook wij moeten ons zoveel mogelijk houden aan de maatregelen om de verspreiding van het virus tegen te gaan en gaan alleen in uitzonderlijke situaties op huisbezoek. Maar met een beetje creativiteit zijn er toch mogelijkheden om contact te hebben en kinderen te helpen die niet zo goed in hun vel zitten. Even hun verhaal kwijt willen en tegen iets moeilijks aankijken om wat handvatten kunnen gebruiken.

Kwint naast (video) bellen is het ook mogelijk en wat rondte te wandelen, een mooie stoepkrijt tekening te maken of een andere buitenactiviteit te doen waarbij we goed afstand kunnen houden. Zo kunnen we toch op een fijne manier tot steun en hulp zijn.

Aarzel niet, we helpen je graag

Heb je een vraag of wil je graag meer weten? Neem dan gerust contact met ons op, we denken graag met je mee.

Leonie ten Velde – Jeugdmaatschappelijk werker

T. 06 196827 12

@ l.tenvelde@impulsaanhuizen.nl

Mareille IJntema – Jeugdmaatschappelijk werker

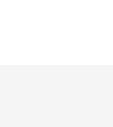
T. 06 239649 98

@ m.ijntema@impulsaanhuizen.nl

Voor meer informatie kunt u ook kijken op www.impulsaanhuizen.nl

Vragen of opmerkingen?

We staan je graag te woord! Vragen over ons aanbod of ideeën voor nieuwe activiteiten? Bel ons gerust op! Ook als er behoefte is aan flyers en folders, dan horen we dat graag.



impuls

Schoolstraat 1
9461 AA Gieten
T 0592 245924

E-mail: info@impulsaanhuizen.nl
Site: <http://impulsaanhuizen.nl>

