



 **Impuls**



[www.impulskerkrade.nl](http://www.impulskerkrade.nl)

## Kerkrade-West

Activiteiten Kerngroep Gracht, Willem Sophia en Terwinselen

### Maandag

Tai Chi 1 (Sjtaaterhoes)	09.30 - 10.30 uur
Tai Chi 2 (Sjtaaterhoes)	11.00 - 12.00 uur
Tai Chi (Westhoes)	12.00 - 13.00 uur
Biljarten (Firenschat)	13.00 - 17.00 uur
Zumba Gold (Sjtaaterhoes)	18.30 - 19.30 uur

### Dinsdag

Gym (Westhoes)	09.00 - 10.00 uur
Yoga (Westhoes)	09.00 - 10.00 uur
Koersbal (Sjtaaterhoes)	10.00 - 12.00 uur
Gym (Westhoes)	10.15 - 11.15 uur
Body & Mind 1 (Sjtaaterhoes)	10.00 - 11.00 uur
Actief wandelen (Sjtaaterhoes)	11.15 - 12.15 uur
Tai Chi (Westhoes)	11.45 - 12.45 uur
Country Linedance (Westhoes)	13.00 - 14.00 uur
Biljarten (Firenschat)	13.00 - 17.00 uur
Bewegen op muziek (Westh.)	20.00 - 21.00 uur

### Woensdag

Sport & Spel 1 (Singelweg)	09.00 - 10.00 uur
Yoga (Westhoes)	09.00 - 10.00 uur
Sport & Spel 2 (Singelweg)	10.00 - 11.00 uur
Schilderen (Westhoes)	10.00 - 12.00 uur
Yoga (Westhoes)	10.15 - 11.15 uur
Sport & Spel 3 (Singelweg)	11.00 - 12.00 uur
Yoga 4 (Sjtaaterhoes)	10.30 - 11.30 uur
Biljarten (Firenschat)	13.00 - 17.00 uur
Tai Chi 3 (Sjtaaterhoes)	14.15 - 15.15 uur
Yoga 2 (Sjtaaterhoes)	16.45 - 17.45 uur
Yoga 3 (Sjtaaterhoes)	18.00 - 19.00 uur

### Donderdag

Yoga 1 (Sjtaaterhoes)	09.30 - 10.30 uur
Yoga (Westhoes)	09.00 - 10.00 uur
Boetseren 1 (Sjtaaterhoes)	10.00 - 13.00 uur
Swingdance (Westhoes)	10.15 - 11.15 uur
Gym (Westhoes)	11.30 - 12.30 uur
Schilderen 1 (Sjtaaterhoes)	13.30 - 15.00 uur
Biljarten (Firenschat)	13.00 - 17.00 uur
Hobby/handwerken (Westh.)	14.00 - 16.00 uur

### Vrijdag

Boetseren 2 (Sjtaaterhoes)	10.00 - 13.00 uur
Schilderen 2 (Sjtaaterhoes)	10.30 - 12.00 uur
Biljarten (Firenschat)	13.00 - 17.00 uur
Body & Mind 2 (Sjtaaterhoes)	13.00 - 14.00 uur

Sjtaaterhoes adres: Schaesbergerstraat 27  
Firenschat adres: Schaesbergerstraat 25

### Wijkpunt 't Westhoes

Impuls maakt onderdeel uit van wijkpunt 't Westhoes.

Adres: Anemonenstraat 16

6466 SZ Kerkrade

Telefoon 045 – 204 5390

E-mail [info@westhoes.nl](mailto:info@westhoes.nl)

Website [www.westhoes.nl](http://www.westhoes.nl)

### Openingstijden 't Westhoes:

Maandag t/m vrijdag 08.30 - 24.00 uur



## Activiteiten 't Westhoes

Er worden door het wijkteam en andere organisaties wekelijks of maandelijks speciale activiteiten georganiseerd:

### Maandag:

Klik en tik cursus 10.00 - 11.30 uur  
 Infobalie 10.00 - 14.00 uur  
 Kaarten 14.00 - 17.15 uur

### Dinsdag:

Infobalie 10.00 - 12.00uur

### Woensdag:

Iedereen kan wandelen 09.30 - 11.00 uur  
 Koffie-uurtje buurt 13.00 - 16.30 uur

### Donderdag:

Zin & Zo 10.00 - 12.00 uur  
 Infobalie 10.00 - 12.00uur  
 Kienen 12.45 - 17.00 uur  
 Kaarten 13.00 - 17.30 uur

### Vrijdag:

Taalcafé (zie socials) 10.00 - 12.00 uur  
 Kom op de soep 12.00 - 13.30 uur  
 Koffie-uurtje 13.00 - 16.30 uur

### Zaterdag:

Repaircafé (zie socials) 10.00 - 12.00 uur

## Informatiepunten in 't Westhoes

### Infobalie 't Westhoes

U kunt bij de infobalie terecht met persoonlijke (hulp)vragen, vragen over vrijwilligerswerk in de wijk, voorzieningen en activiteiten, kleine klusjes in en om uw huis en voor ondersteuning bij het invullen van formulieren en/of brieven.

Verder kunt u hier terecht voor informatie over financiële, persoonlijke of juridische kwesties. Wij helpen u graag op weg bij het oplossen van problemen rond uitkeringen, geldzaken, werk, wonen en belastingen. Ook op het gebied van werk, inkomen en psychosociale problematiek staan wij voor u klaar. Indien uw vragen extra tijd en kennis nodig hebben, hebben wij een verwijzende rol richting het wijkteam van Impuls, gemeente of andere partners.

U kunt zich zonder afspraak melden bij de infobalie.

**Lukt het niet om tijdens openingsuren langs te komen? Neem dan contact op met Impuls, tel. 045-545 63 51.**

[infobaliewest@impulskerkrade.nl](mailto:infobaliewest@impulskerkrade.nl)

## Jeugd- en jongerenwerk

Jeugd- en jongerenwerk verzorgt in iedere wijk in Kerkrade activiteiten. Kinderen tussen 4 en 12 jaar zijn welkom in Jongerencentrum 't Westhoes.

De activiteitenplanning wordt wekelijks gedeeld via de Facebookpagina van Jongerencentrum 't Westhoes.

Voor meer informatie, mail Janine Dassen

[jdassen@impulskerkrade.nl](mailto:jdassen@impulskerkrade.nl) of app via

telefoonnummer 06 – 68 10 44 79.

## Team Jeugd & Gezin

Voor al uw vragen over opvoeden en opgroeien.

De medewerkers van Team Jeugd en Gezin bieden ondersteuning/begeleiding bij al uw vragen rondom jeugdigen en opvoeding. Team Jeugd en Gezin verzorgt tevens diverse trainingen voor kinderen en werkt nauw samen met zorgpartners uit de regio. De teamleden zijn te vinden bij alle Kerkradse scholen en zijn ook aanwezig in uw eigen wijk. Neem gerust contact op via mail [teamjeugdengezin@impulskerkrade.nl](mailto:teamjeugdengezin@impulskerkrade.nl) of telefoonnummer 045 - 545 63 51.

**Voor meer informatie omtrent activiteiten, als u ideeën heeft m.b.t. de wijk West, of als u nog iets mist in ons aanbod dan kunt u contact opnemen met de Sociaal Werker van Wijkpunt 't Westhoes, Rob Hendriks, telefoonnummer 06 - 38 63 14 90 of mailen naar [rhendriks@impulskerkrade.nl](mailto:rhendriks@impulskerkrade.nl)**

**Via dit mailadres kunt u zich ook aanmelden voor de digitale nieuwsbrief Wijkpunt 't Westhoes.**