

Stichting Pulse in 2019

JAARVERSLAG

Verhalen uit IJsselstein, Lopik e.o.



Om door een ringetje te halen!



Wij geven om het milieu.
Daarom is het goed om te recyclen.
Dit jaarverslag is gedrukt op gerecycled FSC papier
en zal ook weer worden hergebruikt.

De klikring van dit jaarverslag kun je op vele leuke
en handige manieren hergebruiken!

Bijvoorbeeld als verzamelring voor:

- handdoeken, theedoeken
- washandjes
- pasjes
- sleutels
- gereedschappen
- menukaarten
- sierraden, kettingen en ringen

Laat jouw creativiteit maar gaan!
Leuke tips en ideeën kun je altijd posten op:
www.facebook.com/stichtingpulse

Inhoud

5 Voorwoord

7 Cijfers, hoogtepunten en Kerngetallen

8 Missie en Visie

9 Jaaroverzicht

11 Kennismaken met Yvette Huige

13 Jongerenwerk in Lopik al in de kinderschoenen een succes

14 Veilig opgroeien: daar zorgen we voor!

16 Week van de Opvoeding groeit

17 MaS-leerlingen: de vrijwilligers van de toekomst!

18 De Puzzelgroep: waar alles op de juiste plek valt

Jeugd en jongerenwerk

19 Zenderstein: de ontmoetingsplek die het juiste gevoel losmaakt

20 Een voor allen, allen voor het oplossen van eenzaamheid

21 Open het gesprek over psychische kwetsbaarheid

Sociale activering

22 Dromen, ideeën en verbeterpunten voor de wijk

Sociaal werk in de wijk

23 Petje af voor Hans van de Vooren: al bijna 40 jaar vrijwilliger

24 Toch gefikst! Een nieuwe ruimte voor het Repair Café

Vrijwilligers

25 Handig, zo'n AutoMaatje!

26 Veilig vervoer voor ouderen is belangrijk: dat sluit als een bus

Welzijn ouderen

27 Samen strijden tegen armoede:
dankzij vrijwilligers verzetten we (gouden) bergen

Financiën op orde

29 Gespreksstarters en complimentenkaartjes

2019: vernieuwing, verbinding & voldoening

Als nieuwe directeur-bestuurder heb ik al meteen de eer om het voorwoord voor een jaarverslag te schrijven. Het jaarverslag van een organisatie waar meer dan 500 vrijwilligers werken – tien keer meer dan het aantal professionals. Van een jaar waarin er veel moois is gebeurd. Wederom een jaar waarin een groot deel van IJsselstein en Lopik op de been was om vrijwillig bergen te verzetten.

In dit jaarverslag zie je hoe we verbinding zochten en vonden, met alle doelgroepen. Hoe we inwoners helpen, door ze in contact te brengen met de juiste mensen. Welke projecten zijn opgezet en hoe vrijwilligers zelfs onverwacht langskomen om ruimtes mooi te maken voor een ontmoetingsplek voor ouderen. We kunnen wel zeggen dat Stichting Pulse in 2019 het juiste gevoel bij mensen heeft losgemaakt. En dat gevoel delen we nu graag met jullie. Het gevoel van vernieuwing, verbinding en voldoening.

Samen komen we verder – dat bleek ook uit de samenwerkingen van afgelopen jaar. Van scholen die de handen ineen slaan voor een vreedzame buurt tot een vuurwerkvoorlichting met Bureau Halt, van AutoMaatjes tot kinderen die PleinPortier zijn. Wie je ook bent: we nemen elkaar onder onze hoede. Door informatiebijeenkomsten te organiseren over nieuwe wetten, met Psysalon aandacht te geven aan het stijgende aantal mensen die geestelijke gezondheidszorg nodig hebben en in de tijd waarin alles duurer en complexer wordt mensen helpen de financiën op orde te krijgen. Met een klein steuntje in de rug maken we het verschil al; helpen we mensen op het gebied van zelfredzaamheid.

Natuurlijk blik ik ook graag even vooruit. Op een jaar waarin we nog meer contact leggen. Meer verbinding maken. Met medewerkers, met externe relaties, met vrijwilligers en met bewoners. In een volgend jaarverslag zien we hoe dat gelukt is. Tot die tijd wil ik je vooral aanmoedigen om zelf nog meer – misschien wel in onverwachte hoek – verbinding te vinden. Bijvoorbeeld door eens een onbekende aan te spreken met een van onze inspiratiekaarten. Want dat opent deuren én harten. •



Yvette Huige

Directeur/Bestuurder
Stichting Pulse



Pulse nu in het kloppende stadshart: Huis van IJsselstein

In de zomer namen het Sociaal Team en vluchtelingenwerk al hun intrede en nu is ook het stafkantoor van Pulse gevestigd in het Huis van IJsselstein. Meerdere sociaal dienstverlenende organisaties nu onder één dak – voor IJsselsteiners betekent dat betere vindbaarheid en meer gemak.

Cijfers en hoogtepunten Stichting Pulse 2019

383 mensen zijn door Financien op Orde geholpen met hun administratie.

**Meer dan 1200 mensen namen deel aan wekelijks
20 verschillende activiteiten in de Oase.**

9 kinderen hebben extra aandacht gekregen in de Puzzelgroep.

100 mensen hebben zich aangemeld voor hulp bij een zinvolle daginvulling.

150 ritten zijn er gereden met AutoMaatje in Lopik.

710 kinderen hebben deelgenomen aan buurtsportcoach activiteiten.

87 bewoners zijn geholpen met buurtbemiddeling.

272 volwassenen en 62 kinderen hebben taalondersteuning gehad.

1420 mantelzorgers en 116 jonge mantelzorgers bereikt.

733 bewoners namen deel aan wijkgericht werken.

2218 leerlingen hebben zich ingezet tijdens maatschappelijke stages (MaS).

*519 vrijwilligers die zich
hebben ingezet voor een ander.*

Kerngetallen 2019

Herkomst middelen

Gemeente IJsselstein [73,3%]

Gemeente Nieuwegein [2,6%]

Gemeente Lopik [9,6%]

Gemeente Vianen [0,6%]

Overige opbrengsten [13,9%]

Totaal 100,0%

Besteding middelen

Personeel [71,9%]

Activiteiten [11,5%]

Huisvesting [9,5%]

Algemene kosten [7,2%]

Totaal 100,0%

Mensen

Aantal FTE 33,7 fte

Aantal vrijwilligers 519



Visie

Wonen in een wijk waar u
zich thuis en veilig voelt.
Gekend en gezien worden.
Meedoen en je bijdrage leveren.
Zelfredzaamheid en prettig
in je eigen huis wonen.
Daar zet Stichting Pulse zich
voor in. We organiseren
dit samen met burgers: we zoeken
ideeën en vragen, stimuleren
en faciliteren initiatief,
mobiliseren en coördineren
vrijwillige inzet. Met een
groepje professionals en een
hele grote groep vrijwilligers
bereiken we heel veel.

Missie

Pulse is daarmee dé
welzijnsonderneming van en voor
inwoners van IJsselstein en Lopik.
Onze missie is om de kwaliteit van
wonen en leven voor inwoners te
vergroten: thuis en in de buurt.
Waarbij we werken aan passende
deelname en bijdrage aan de
maatschappij door iedereen.

Pulse in 2019

JANUARI

Pulse
bestaat
10 jaar!

Pulse 10 jaar!
pulse



Eerste ritje met
ANWB AutoMaatje
Lopik

FEBRUARI

Uitvoering
wijkagenda's
door wijkbewoners

MAART

Inwijding
Gouden Koets
voor ouderen



APRIL

Vreedzame Kinderwijkraad,
Burgemeester P. van Domburg
opent plein



MEI

Bijeenkomst
Sociaal Domein



Inwijding nieuwe
Pulse pendelbus

Vitaal IJsselstein
olympiade



JUNI

Opstart werkgroep
Psysalon met Pulse,
Lister, ervaringsdeskun-
digen en vrijwilligers



psysalon

Obstakelrun
Kloosterspeeltuin

Pulse in 2019

JULI

Start 4e
Zomerfestijn



Feestelijke opening
Vreedzaam Speelplein
Kameraplein

AUGUSTUS

Opening locatie
Zenderstein:
ontmoetingsplek
voor iedereen

SEPTEMBER

Start
Week van de
Ontmoeting

Netwerkbijeenkomst
voor jongvolwassenen
'SamenMeer'

VRIJWILLIGERSFEEST
PULSE 10 JAAR

Verhuizing
stafkantoor naar
Huis van IJsselstein

OKTOBER

Halloween route
Zenderpark

1e Pysalon met thema
'Een goed leven met
psychosegevoeligheid'

VRIJWILLIGERSMARKT
IN BIBLIOTHEEK

Bijeenkomst
samen strijden
tegen armoede

Week van de Opvoeding
IJsselstein en Lopik

NOVEMBER

Opening nieuwe
ruimte Repair Café



2e Pysalon met thema
'Wet verplichte GGZ'

DAG VAN DE
MANTELZORGER

DECEMBER

FC Utrecht
kerstdiner
voor ouderen

Vernieuwde website
Vrijwilligerscentrale
online

VOORWERKVOORLICHTING
SCHOLEN MET
BUREAU HALT

Yvette Huige
start als
directeur-bestuurder

Kennismaken met Yvette Huige nieuwe directeur-bestuurder van Stichting Pulse

Op 1 december 2019 trad Yvette Huige in dienst als directeur-bestuurder van Stichting Pulse. Wie is deze vrouw? Wat drijft haar? Hoe maakt zij met Pulse de wereld nog mooier? Ze vertelde het allemaal met liefde.

Met de ambitie om een eindverantwoordelijke functie te vervullen, nog meer ervaring op te doen en een achtergrond in de zorg, is de keus voor Pulse een logische. Tel daar de interesse in cultuur bij op en dan weet je precies waarom Yvette de juiste vrouw op de juiste plek is. "Het is een eer om voor Pulse te werken. Een organisatie waar meer dan 500 vrijwilligers werken – tien keer meer dan het aantal professionals. Dat is echt knap. Zeker als je bedenkt dat de vrijwilligers, naar ons weten, naar tevredenheid werken. We zijn niet zo groot als Rotterdam of Utrecht, dus een flink gedeelte van onze gemeente is op de been om vrijwilligerswerk te doen. En daar zijn we supertrots op."

Eén van de belangrijkste vragen is natuurlijk wat welzijn voor Yvette betekent. "Welzijn is voor mij fysiek gezond zijn, geestelijk lekker in je vel zitten, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Als dat allemaal in balans is, dan is er sprake van welzijn. Gaat er iets mis, dan kan welzijns-



**"Samen een moeilijke klus klaren,
daar word ik heel gelukkig van"**

Yvette Huige

werk iets bieden. Kijken we naar welzijn, dan is het mooi te zien dat Pulse goede relaties heeft met Lopik en IJsselstein. En onderzoeken laten zien dat medewerkers van Pulse tevreden zijn over hun werk. Dat is een groot goed."

Lees meer op de achterzijde

Yvette is een echte teamspeler en samenwerken motiveert haar – geeft kracht en energie. "Ik geniet er enorm van als 'we' dingen voor elkaar krijgen. Samen een moeilijke klus klaren, daar word ik heel gelukkig van." Een goed voorbeeld van samenwerken? "Bij mijn vorige baan was het moeilijk om 13 organisaties op één lijn te krijgen en te houden als het gaat over bijvoorbeeld ICT-vraagstukken. Iedereen wil wat anders en zit in een andere fase. Samenwerken is hard werken. Het gaat niet vanzelf. En als het lukt, dan is dat een feestje waard. Dat is ook zo bij Pulse en gemeenten. Het is in elkaar investeren, moeilijke momenten en mooie momenten met elkaar delen en het lijntje vasthouden."

Precies dat is waar Yvette zo naar uitkijkt in haar nieuwe rol. "Contact leggen.

Verbinding maken. Met medewerkers, met externe relaties, met vrijwilligers en met bewoners." Er liggen een hoop kansen voor Pulse, zeker met de komst van de nieuwe wetten rondom inburgering en beschermd wonen. Ook het toenemende aantal ouderen en mensen vanuit de GGZ. "Ik wil het verschil maken. Zichtbaar, voelbaar en waar het kan meetbaar."

Het verschil maken kan al door een klein steuntje in de rug te geven. Begonnen als sociaaltherapeut in een tbs-kliniek weet Yvette dat als geen ander. Mensen kunnen veel aan. Als je veel hebt meegemaakt en je krijgt een tweede kans, dan kan je ver komen. "Daar ben ik heilig van overtuigd. Ik geloof oprecht niet in slechte mensen, wel in mensen die soms verkeerde keuzes maken." •

12 02 Kennismaking interview

Naam: *Yvette Huige*

Liefde: *getrouwd*

Kinderen: *twee zoons*

Woont in: *Bergschenhoek*



Interesses: *lezen, reizen, cultuur*

Gestudeerd: *bestuurskunde*

Vorig werk: *tbs-kliniek,*

*VG & VVT-sector,
psychiatrie*

Jongerenwerk in Lopik al in de kinderschoenen een succes

In 2019 is het jongerenwerk in Lopik geboren. Jongerenwerkers Didi, Chris en Tielke onderhouden contact met Lopikse jeugd: weten wat er speelt, welke behoeften er zijn en sluiten daarbij aan. Heb je vragen of wil je iets organiseren? Klop dan bij ze aan. Het eerste jaar is voorbij – en zo was het volgens de drie.

Didi, Chris en Tielke waren druk. "Eerst kennismaken met de doelgroep en partners. We organiseerden activiteiten om met de jongeren in contact te komen. Nu is er elke vrijdag zaalvoetbal", vertelt Didi. Zowel off- als online was duidelijk dat ook het JIP in Lopik is gestart. Tielke: "Via Instagram hielp ik veel jongeren met hun vragen! En we spraken op straat jongeren aan."

Successen? Meerdere. Chris: "Een volle zaalvoetbalzaal en een bijeenkomst met partner-organisaties. Ons verhaal is duidelijk; iedereen kon goed uitleggen wat jongerenwerk is." Didi vult aan: "De doelgroep herkent ons op straat. We maken een praatje en bouwen een band op." Het team is goed bezig om toekomstige problemen te voorkomen.

Het leukste moment van 2019 is lastig kiezen. Chris noemt het goede doel zijn van de kerstmarkt van een Schoonhovense school. "Al het geld dat zij ophalen, mogen wij aan het jongerenwerk besteden!" Didi vindt de interesse in hun werk fantastisch. "Veel mensen kwamen naar de evaluatie en daar bleek dat er veel interesse is. Er ontstaan mooie samenwerkingen. En als ik bij het voetbalveld sta, leer ik zelfs opa's en oma's kennen van de jeugd die ik spreek." Tielke kiest de vuurwerkvoorlichting in samenwerking met Bureau Halt en Lopikse wijkagent. "Zij hebben alle info en wij gaan daarna in gesprek met de jongeren op straat. Zo creëren we meer betrokkenheid." •



Lopik

JIP vind je op facebook.com/jipijsselstein.

Veilig opgroeien: daar zorgen we voor!

Elk kind verdient het om prettig en veilig op te groeien. Vaak lukt dat zelf of met hulp van familie, vrienden en kennissen. Lukt het niet, dan vangt Jeugdpreventie deze signalen op om vervolgens de juiste hulp te bieden. Het jeugdteam beschikt over pedagogische en sociaal-maatschappelijke expertise en heeft (basis)kennis van psychiatrie en kinderen met een beperking.

In 2019 was ons thema Vreedzaam IJsselstein: 'Hoe dragen wij preventief bij aan het gezond en veilig opgroeien van jeugd in IJsselstein, zodat alle kinderen weer veilig en positief buitenspelen?'



Een aantal voorbeelden:

1. Vreedzaam Kameraplein

We organiseerden een pleinfest, een workshop en 3 bijeenkomsten met ouders om te praten over het plein-klimaat. Daarnaast spraken mediators Jent Bijlsma en Janny Dierx met bewoners om de problemen die zij ervaren te analyseren. Zo zorgden we ervoor dat wijkpartners de noodzaak zien om werkwijze en aanbod op elkaar af te stemmen. We weten hoe we goed omgaan met conflicten in openbare ruimtes. Daar gaan we in 2020 mee verder — op naar een sterker verbeterd pedagogisch klimaat en een nog betere samenwerking met wijkpartners.

2. Netwerk Vreedzame Scholen

Om het idee van vreedzaamheid in de buurt te versterken, werken Agnesschool, De Brug en WIJ samen. Met mooi resultaat: geregeld overleg tussen leerkrachten, 15 tot wijkmediator opgeleide leerlingen en de eerste Fairplay-cup uitgereikt!

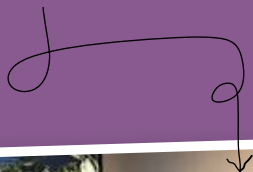


OPPERSTE CONCENTRATIE BIJ DE
LEERLINGEN TIJDENS DE
OPLEIDING TOT WIJKMEDIATOR

3. Kinderparticipatie

Een buurt is pas écht vreedzaam als kinderen hun steentje bijdragen aan diezelfde buurt. Daarom zijn er PleinPortiers: kinderen die zich elke week inzetten om hun plein leuker, gezelliger en leefbaarder te maken.

Op het Kameraplein werken de PleinPortiers aan een veilige speelplaats door vreedzame omgangsregels te kennen en kinderen te leren om positief met elkaar om te gaan. Ze leggen het anti-pestprotocol uit en bedachten een gezamenlijke pleinactiviteit in juli. •



Superbelangrijke helden van
de buurt: de PleinPortiers!

Week van de Opvoeding groeit

Kinderen opvoeden is belangrijk en leuk en minstens net zo lastig. Daarom organiseerde Jeugdpreventie IJsselstein ook dit jaar, van 7 - 11 oktober, de Week van de Opvoeding.

Samen met de GGD, bibliotheek, Wenteltrap en Cals College is er een boeiend programma opgesteld voor IJsselsteinse ouders en verzorgers: 3 gratis, interactieve avonden voor ouders van kinderen van 0 tot 16 jaar.

Thema's waren voor 12+:

'ben jij de strijd met je puber ook zat?',
voor 0 - 10: 'gedrag anders bekeken'
en voor 6 - 12: 'Wifi-generatie'.

"Iedereen nam iets nuttigs mee naar huis"

Stella van Jeugdpreventie: "De samenwerking met andere organisaties bleek goud waard, allemaal met onze eigen netwerken. We hebben hulpvragen opgehaald, samengevoegd en zijn concreet aan het werk gegaan. Na afloop van het programma evalueerden we met de bezoekers. Ouders vonden het interessant en hadden veel aha-momentjes. Goed om te merken dat het draagvlak zo groot is geworden. Elke organisatie had zijn eigen verantwoordelijkheid en nam die ook." •

Op de hoogte blijven?

Wil je het als eerste weten als Jeugdpreventie iets organiseert? Via hun Facebookpagina ben je altijd op de hoogte:

[facebook.com/jeugdpreventieijsselstein](https://www.facebook.com/jeugdpreventieijsselstein)

"Ouders vonden het interessant en hadden veel aha-momentjes"



MaS-leerlingen: de vrijwilligers van de toekomst!



Dankzij het samenwerken van Pulse en VrijwilligersHuis Nieuwegein zijn er een hoop leerlingen in het klein aan het oefenen voor vrijwilligerswerk. Hopelijk gaan zij later in hun leven ook aan de slag als vrijwilliger.

Hoe? Met het VrijwilligersHuis bieden we maatschappelijke stages (MaS) aan. Leerlingen leveren een onbetaalde bijdrage aan de samenleving en ontdekken hoe belangrijk hun inzet is. Het werk maakt ze wijzer én ze verbeteren hun burgerschapsvaardigheden door in contact te komen met nieuwe groepen uit de maatschappij. •

"Pulse is een stichting met verschillende diensten en betrokken medewerkers en ik ben blij dat ik er deel van uitmaak. Dankzij jongerenwerkers, sociaal werkers en de vrijwilligerscentrale delen we kennis en kunde met elkaar en helpen we waar nodig. Samen bezoeken we organisaties om MaS-leerlingen aan een stage te helpen."

- Karin, MaS-makelaar

De Puzzelgroep: waar alles op de juiste plek valt

De eerste jaren zijn belangrijk voor de ontwikkeling van een kind: spelen met andere kinderen, bewegen en de taal leren. Dit gaat niet altijd vanzelf en dan is extra hulp fijn. Maken ouders zich zorgen over de ontwikkeling van hun kind, dan kloppen zij aan bij de Puzzelgroep van Pulse.

Extra, passende aandacht voor je kind

De Puzzelgroep is een kleine peutergroep met extra aandacht voor het kind. Het kind krijgt, op basis van een plan dat samen met de ouders is gemaakt, de hulp die het nodig heeft. Zelfs met ondersteuning thuis.

Als ouders mag je verwachten:

- maximaal 8 peuters met 2 vaste leidsters
- kinderen tussen 2,5 - 5 jaar
- opvoedingsondersteuning
- ruimte voor je wensen
- dankzij subsidie van gemeente IJsselstein een kleine bijdrage



“Voor ouders is de Puzzelgroep een plek waar hun kind welkom is en waar ze hun kind zien groeien. Met ouderbegeleiding, een gedragswetenschapper, tijd en aandacht vinden we manieren om aan te sluiten bij het kindje.”



*Mieke Jonkman,
pedagogisch beleidsmedewerker
en Puzzelgroep-verantwoordelijke*



Zenderstein: de ontmoetingsplek die het juiste gevoel losmaakt

Woningbouwvereniging Provides vroeg Stichting Pulse om invulling van een leeg pand. Daar wisten we wel raad mee: een ontmoetingsplek voor bewoners in Zenderpark. Christijan Jansen van Jorksveld, Greet Gijsen en Anouk Robben van team Wijkgericht Werken hebben de ontmoetingsplek leven ingeblazen.

Bijna iedere middag zijn er activiteiten: klaverjassen, zingen, koersbal en spelletjes-middagen. Iedere vrijdagmiddag is het ontmoetingsmiddag en elke eerste woensdag van de maand is het koffie-ochtend. Zenderstein draait dankzij een vaste groep vrijwilligers. Zonder hen was het niet gelukt. Mede dankzij hen wordt Zenderstein in 2020 een nog groter succes en voor nog veel meer mensen een aantrekkelijke plek!



“Het feit dat ik niemand heb gevraagd om te helpen en er toch 3 vrijwilligers binnenlopen om de ruimte gezellig te maken - dan weet ik dat Zenderstein het juiste gevoel losmaakt.”



*Christijan Jansen van Jorksveld,
team Wijkgericht Werken*

Wat: Zenderstein, ontmoetingsplek voor bewoners
Waar: Waalsingel 13 - 15
Wanneer: bijna iedere middag van 14.00 tot 16.00 uur



Een voor allen, allen voor het oplossen van eenzaamheid

Eenzaamheid houdt ons allemaal bezig en maar liefst 40% Nederlanders heeft er last van. Daarom organiseerde Pulse met IJsselsteinse partners de **Week van de Ontmoeting**. Een week met activiteiten waar ontmoeting, gezelligheid en verbinding centraal staan, te beginnen met een gratis informatie-bijeenkomst.

Daar kreeg je antwoord op vragen als wat eenzaamheid veroorzaakt en in stand houdt, hoe je eenzaamheid herkent, hoe je het bespreekbaar maakt en wat mogelijke hulptrajecten zijn. Daarnaast was er een dialoogdiner, kon je bloemboeketten maken en taarten bakken op Burendag, een workshop mandala tekenen volgen en prijzen winnen bij de bingo. •



SAMEN (LEUKE) DINGEN DOEN ZOALS TAARTEN BAKKEN IS LEUK EN HELPT OM EENZAAMHEID TEGEN TE GAAN.
SAMEN GENIETEN VAN HET EINDRESULTAAT IS MISSCHIEN WEL NOG LEUKER...

Open het gesprek over psychische kwetsbaarheid

In 2019 namen Lister en Pulse het initiatief om 'Pysalon' te starten: een ontmoetingsplek voor iedereen. Mensen met een psychische kwetsbaarheid, hun partners, familieleden, vrienden, professionals en andere belangstellenden. Inmiddels bestaat de werkgroep uit ervaringsdeskundigen, vrijwilligers en een afgevaardigde van Kursusprojekt IJsselstein. Tijdens Pysalon is er ruimte om open te spreken over verschillende thema's.



De eerste bijeenkomst stond in het teken van een goed leven met psychosegevoeligheid, verduidelijkt met de film 'Ik zou ook Miranda kunnen zijn'.

Een documentaire over Miranda, die ondanks haar psychosegevoeligheid en bipolaire stoornis (manisch-depressiviteit) een fijn leven heeft opgebouwd. Miranda werkt bij Lister als ervaringsdeskundige.

Miranda vertelt: "Het was vooral erg ontroerend om 'mijn' film te laten zien in de Sterrenwacht. Een aantal deelnemers van ons 'Ontwikkelpunt' waren erbij – een plek waar we samenkomen voor koffie of thee en een praatje maken met mensen die kwetsbaar zijn. Mijn verhaal is vaak deels hun verhaal en zorgt voor (h)erkenning. De mantelzorgers die me intens bedankten ontroerden me enorm. De film geeft hoop en daar doe ik het voor!"

Uitgangspunt is het organiseren van vier thema's per jaar, waarbij we inspelen op actualiteit, mensen begeleiden en informeren voordat er iets verandert. Naast leven met psychosegevoeligheid, was dit jaar de Wet verplichte GGZ (WvGGZ) een thema. Deze wet ging per 1 januari 2020 in en regelt de rechten van mensen die te maken hebben met verplichte zorg in de GGZ. Een belangrijke verandering is dat het nu mogelijk is verplichte zorg buiten een GGZ-instelling op te leggen. Bert Staven- uiter, directeur van Ypsilon, gaf informatie en sprak met cliënten, familieleden en anderen over de betekenis van deze wet. •

Dromen, ideeën en verbeterpunten voor de wijk

Pulse ondersteunde afgelopen jaren bewoners bij het maken en uitvoeren van hun plannen voor de wijk. Er bleken meer ideeën te zijn en daar wil Pulse natuurlijk álles van weten. Daarom startten we eind 2018 met het wijkagenda-traject: een wijkgericht onderzoek onder IJsselsteiners. Per wijk ontdekken we wat er goed gaat, minder goed, wat de wensen zijn en wat bewoners zelf willen doen.



“Met deze vernieuwde werkvorm nodig je wijkbewoners uit om zelf initiatieven te nemen en daardoor betrokken te zijn bij de wijk. Op deze wijze geef je wijkbewoners ruimte om hun eigen creativiteit, ideeën en dromen te realiseren! Ik ben trots op het proces van de wijkagenda.”



José van Vliet,
coördinator Wijkgericht werken



Een deel van de wensen die in 2019 werkelijkheid werden:

- hekjes voor klike's geplaatst
- een schoonmaakactie in Achterveld en Groenvliet
- speelveld Rietzangerlaan gerealiseerd
- openbaar groen onderhouden

Petje af voor Hans van de Vooren: al bijna 40 jaar vrijwilliger

In 2019 bestond Pulse 10 jaar. In het kader daarvan interviewden we Hans van de Vooren: een vrijwilliger die zich al 40(!) jaar belangeloos inzet. Hoe is dat nou, al zolang vrijwilligerswerk doen?

Hans zit niet graag stil. Hij zwemt, heeft een wijnclub, bezoekt concerten en is na 42 jaar werken bij RIVM gepensioneerd. Toch doet hij al bijna 40 jaar vrijwilligerswerk. Begonnen bij de scouting en later bij een soos met verstandelijk gehandicapten, wat onder Pulse valt.



HANS VAN DE VOOREN,
AL BIJNA 40 JAAR
EEN TOP-VRIJWILLIGER!

"We organiseren avonden voor 50 verstandelijk beperkten. Om half 8 beginnen met koffie en daarna handarbeid, koken, knutselen en spelletjes. Inmiddels zijn we met tien vrijwilligers — afgelopen maanden kwamen er twee enthousiaste jongeren bij. Heel blij mee, zij moeten het stokje overnemen. Vier van de vrijwilligers zijn al boven de 65, dan gaan de jaren tellen."

Vrijwilligerswerk is Hans met de paplepel ingegoten. "Mijn vader was erg actief als vrijwilliger. Je moet je steentje bijdragen aan de maatschappij, vond hij. Ik ben een mensenmens en ik vind het leuk om met groepen mensen bezig te zijn. Dan is een groep met verstandelijk gehandicapten een mooie uitlaatklep."

Hét moment dat Hans bijgebleven is? "Toen Marion directeur werd, kregen vrijwilligers meer binding met Pulse. Een mooie constructie door een programma te bieden met workshops, borrels en andere activiteiten, verspreid over het jaar. Vroeger had je pech als je niet kon, nu heb je opties. Pulse vindt de vrijwilligers heel belangrijk, ze kijken met zorg naar ze. Dat vind ik een mooie ontwikkeling."

Hans wil anderen graag meegeven dat het een verrijking is om vrijwilliger te zijn. "Je betekent iets voor mensen. Je vindt altijd wel een moment om een bijdrage te leveren en het is heel belangrijk voor de medemens. Mij kost het één avond in de week én wat een verrijking en enthousiasme levert het op." •

Toch gefikst!

Een nieuwe ruimte voor het Repair Café

Het einde voor het Repair Café naderde doordat hun ruimte gesloopt werd. Op 19 november haalde iedereen opgelucht adem: de nieuwe ruimte werd feestelijk geopend! De vrijwilligers zitten weer helemaal klaar voor het repareren van je lamp, broek of wat er dan ook maar stuk is. Want weggooien is zonde. Repareren maakt het voor iedereen een stuk leuker en ook voor het milieu! •



VRIJWILLIGSTERS MARGA (LINKS) EN COBLE (RECHTS).

Handig, zo'n AutoMaatje!

Bijna een jaar geleden startte AutoMaatje in Lopik – een project dat Pulse coördineert. Vraag je je af wat ANWB AutoMaatje is? In het kort: een vervoerservice, gebouwd op vrijwilligers die met hun eigen auto minder mobiele plaatsgenoten van A naar B brengen.

Het gaat niet alleen om de minder leuke bezoeken aan ziekenhuizen, doktoren of therapeuten, maar ook om de leuke dingen. Wil je op bezoek bij familie of vrienden, lekker naar de kapper of gezellig winkelen? Zolang je in de regio blijft, is alles mogelijk.

Je betaalt een onkostenvergoeding van € 0,30 per kilometer aan de vrijwilliger. Inmiddels reden 20 vrijwillige chauffeurs ongeveer 150 ritjes. Niet slecht voor het eerste jaar! Toch merken we, jammer genoeg, dat veel mensen AutoMaatje nog niet kennen. Op het gebied van (naams)bekendheid geven we daarom komend jaar extra gas. •

Meer informatie of meedoen?

Bel naar 0348-792004 of mail naar

automaatje@stichting-pulse.nl



HELPEN MET MOBILITEIT: DAT DOET EEN AUTOMAATJE.



Veilig vervoer voor ouderen is belangrijk: dat sluit als een bus

Sinds maandag 6 mei heeft Pulse het veilige vervoer van ouderen nóg beter op de rit. Op deze dag hebben we onze nieuwste toevoeging ingewijd: een nieuwe pendelbus. Trots op en dankbaar voor onze sponsors die dit mogelijk maken én op de vrijwillige chauffeurs die de bus besturen. •



Samen strijden tegen armoede: dankzij vrijwilligers verzetten we (gouden) bergen

Op 17 oktober, Wereldarmoededag, stond Pulse tijdens de bijeenkomst 'Samen strijden tegen armoede' extra stil bij de steeds zichtbaardere armoede in IJsselstein en Lopik. Het team Financiën op Orde organiseerde de bijeenkomst en gaf aan dat hulpvragen van cliënten die niet goed Nederlands spreken, een laag IQ hebben en/of met psychische klachten kampen moeilijker worden. Steeds meer mensen komen wekelijks op het spreekuur.

IJsselsteiner Roel vertelt hoe het was om schulden te hebben en hoe belangrijk hulp is: "Het verraste me hoe snel je in de problemen komt en hoe lang het duurt voordat ze zijn opgelost. Denk je dat het geregeld is, dan komt er weer een brief waar je stress van krijgt. Waar ik tegenaan liep? Dat er veel regelingen mogelijk zijn, maar dat instanties die niet actief aanbieden. En als je stress hebt, lukt het niet om alles uit te zoeken."

Het team overbodig maken door nog beter samen te werken

Brigit den Hartog, sociaal raadvrouw bij Pulse, vat samen wat Financiën op Orde doet: "Wij coachen en helpen.

Het uiteindelijke doel is meer zelfredzaamheid en voorkomen dat mensen afhankelijk worden van onze ondersteuning." Tijdens de bijeenkomst bleek dat de partijen goed samenwerken, maar dat het beter kan. Bijvoorbeeld door scholen en huisartsen erbij te betrekken en duidelijke informatie te geven over regelingen en voorzieningen.

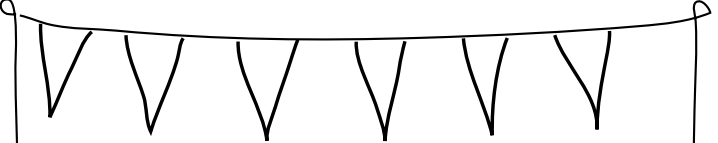
Administreren kan je leren

In 2019 ondersteunde Financiën op Orde 383 inwoners uit IJsselstein en Lopik. Dankzij de 37(!) vrijwilligers verzet het team bergen. •

Heb jij als inwoner van de gemeente IJsselstein of Lopik ook hulp nodig met je administratie? Financiën op Orde is onderdeel van Stichting Pulse en helpt graag. Kom naar een gratis spreekuur of kijk op:

stichting-pulse.nl/financien-op-orde





STICHTING PULSE
BESTOND IN 2019 10 JAAR.
MEDE DANKZIJ
ONZE VRIJWILLIGERS.

DAAR ZIJN WE TROTS OP.
VRIJWILLIGERS:
DANK JE WEL!

Gespreksstarters en complimentenkaartjes

Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten. Om je op weg te helpen, krijg je van ons een set met inspiratiekaarten.

WAT VIND JIJ HET LEUKST
AAN WAAR JE WOONT?

WIE IS DE LEUKSTE PERSOON
DIE JE AFGELOPEN JAAR
HEBT LEREN KENNEN?

KEN JIJ EEN EENZAME OUDERE?

KEN JE ALLE BEWONERS
VAN JE STRAAT?

HEB JE WELEENS IETS
GEORGANISEERD IN JE BUURT OF
WAT ZOU JE GRAAG WILLEN DOEN?

WAT MAAKT JOUW HUIS JE THUIS?

WANNEER DEED JE HET LAATST
IETS VOOR DE EERSTE KEER
EN WAT WAS DAT?

WAAR BEN JE GRAAG MEE BEZIG?



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



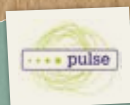
Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.

WAAR WIL JE MEER TIJD
AAN BESTEDEN?

HOE ZIET JOUW IDEALE DAG ERUIT?

WELKE DROOM ZIE JE
GRAAG UITKOMEN?

WAT WIL JE GRAAG,
MAAR DURF JE NIET?

WAT VIND JE DE LEUKSTE
ACTIVITEIT IN JE WOONPLAATS?

HOE HEB JE DAT VOOR
ELKAAR GEKREGEN?

JE INSPIREERT ME!

DAT BRENGT DE BUURT
EEN STAP VERDER!

ZONDER JOU WAS HET NIET GELUKT.
DANK JE WEL.

WAT ZIE JE ER VROLIJK UIT!



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



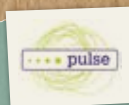
Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.



Wanneer voerde jij voor het laatst een gesprek met iemand die je niet (goed) kent? Zomaar een praatje met iemand maken, opent deuren en harten.
Gebruik dit kaartje om je op weg te helpen.

Uitgave: Stichting Pulse

Adres: Postbus 29
3400 AA IJsselstein

Tekst en eindredactie

Freelennse,
Lenneke Manschot

Receptie Pulse:

Benschopperweg 342
3401 BZ IJsselstein

Concept en vormgeving

Studio incognito,
Danny Goyen

T: 030 686 80 30

info@stichting-pulse.nl
www.stichting-pulse.nl

Fotografie

Bernard Brosi,
Pulse, e.a.

