

Samen **STERK**



Pulse in 2015



Hulp in en rondom huis

In no time de juiste man of vrouw

Vluchtelingenopvang

Hartverwarmende mega-operatie

Werken in de wijk

Beroemd met BMX

Opvoeden & opgroeien

Pesten in de groepsapp

Sociaal Isolement

10 tips bij eenzaamheid

Samen sterk

Meestal kun je je prima redden in het dagelijks leven, maar soms gaat het niet zo makkelijk als je zou willen. Die ervaring heeft iedereen. En vaak komt er dan wel weer een moment dat het soepel loopt: het lukt je om er zelf uit te komen. Maar dat geldt niet altijd en niet voor iedereen. Als het even niet vanzelf gaat, dan is het fijn als er iemand een handje toesteeft. Dat iemand je op weg helpt, waarna je vaak zelf weer verder kan. Samen ben je tenslotte sterker dan alleen.

Dat is wat Pulse doet. Even dat duwtje geven als het niet vanzelf gaat. Heel praktisch, op die plek of op dat moment dat iemand het nodig heeft. En als ik schrijf 'Pulse', dan bedoel ik vooral alle vrijwilligers die zich hiervoor inzetten, met ondersteuning van en coördinatie door Pulse.

En dat levert mooie verhalen op. Over het Meldpunt Vrijwillige Hulp dat honderden en honderden klussen en klusjes per jaar regelt voor mensen die het zelf niet meer bolwerken. Over onze stagiaires die maatje worden van inwoners die behoefte hebben aan gezelschap en iemand om mee te sparren. Over onze inspanningen om jeugd én volwassenen wijsheid mee te geven in het gebruik van social media. Samen maken we mensen sterker.

Hoe we dat doen, dat lees je in dit magazine over het jaar 2015. De persoonlijke verhalen, maar ook cijfers, feiten en onderzoeksgegevens gaan allemaal over het werken met mensen in IJsselstein en Lopik die net dat steuntje of duwtje nodig hebben, op het gebied van de 4 thema's die wij belangrijk vinden: tegengaan van sociaal isolement, hulp om beter zelfstandig thuis te kunnen wonen, dynamische wijken en ondersteuning bij opvoeden en opgroeien.

De hulp die we bij de crisisopvang van vluchtelingen hebben geboden sprong eruit. Een activiteit die we normaal niet doen, maar die we in 2015 gezamenlijk met alle hens aan dek geweldig voor elkaar hebben gekregen. We zijn trots op IJsselstein en Lopik. En IJsselsteiners en Lopikers zijn trots op hun stad, dorp en wijk, dat merken we altijd weer. En dat maakt ook dat mensen zich voor elkaar willen inzetten.

Vanuit de gedachte aan die trots hebben we in dit magazine nog een klein cadeautje opgenomen: de Ansichtkaarten die die trots op wijk, stad en dorp kenbaar maken. We hopen dat u ze gebruikt, en mensen u veel leesplezier met de rest van dit magazine.

Marion Wiendels
Directeur/bestuurder Stichting Pulse

Supertrots!	6
Signalering en actie!	10
Puzzel over Pulse	11
Kerngetallen jaarverslag 2015	21
Blik vooruit, ontwikkelingen 2016	30
Raad van Toezicht	37

Hulp in en rondom huis

Meldpunt Vrijwillige Hulp	4
Cijfers vrijwillige hulp	5

WERKEN in de wijk

Wijkcommunicatie in cijfers	13
Geld voor een goed idee	14
Wijkbudget IJsselstein	16

Opvoeden en Opgroeien

Met een certificaat kom je professioneler over	24
Het JIP in 2015	26
Moet echt álle was gestreken worden?	27

Sociaal Isolement

Enzaamheid in cijfers	34
Zoveel mensen zoveel maatjes	35

*Administratie op Orde hielp 247 klanten
25 vrouwen namen deel aan
de Buurtkamer voor migrantenvrouwen
13 meiden volgden de training 'omgaan met roddelen'
40 kinderen deden mee aan zaalvoetbal
via het project Sport als Middel*

Jongeren plukten 300 kilo appels na overlast door het spelen met gevallen appels in Zenderpark. De appels werden gedoneerd aan de voedselbank.

*Sociale activering hielp met inzet van 52 vrijwilligers
311 klanten, waarvan er 98 vrijwilligerswerk gingen doen
36 nieuwe organisaties meldden zich aan
bij de vrijwilligerscentrale*

*10 vrijwilligers voor Home-Start
- opvoedadvies aan huis -
geworven en getraind*

*105 jongeren voetbalden mee tijdens
het oliebollentoernooi IJsselveld-Oost*

*24 Marokkaanse moeders namen deel aan Dar Nissa
(‘huis van de vrouwen’), het moedercafé in Studio 10*

14 kinderen ontvingen na een training hun diploma PleinPortiers:

*ze zetten zich in voor het verbeteren van hun portiek of plein
496 mantelzorgers zijn bij Steunpunt Mantelzorg bekend,
waarvan 21 mantelzorgers onder de 23 jaar*

398 vrijwilligers zijn verbonden aan Pulse

*De vrijwilligers van het Meldpunt Vrijwillige Hulp
verleenden samen in 2015 4800 uur hulp*

Hulp in en rondom huis



Na de voorbereidingen in 2014, was 2015 het eerste jaar waarin gemeenten verantwoordelijk waren voor een groot deel van de ondersteuning en begeleiding van hun bewoners. De overheveling van de taken van de rijksoverheid naar de gemeenten – ook wel transitie genoemd – ging gepaard met flinke bezuinigingen.

In IJsselstein voert het Sociaal Team voortaan keukentafelgesprekken met bewoners, in Lopik is dat het Breed Sociaal Loket. Zij bekijken kritisch welke zorg en ondersteuning nodig is en wat iemand zelf, familie, burens of vrijwilligers kunnen doen. De gemeente biedt de hulp die nog niet voorzien is. En dat merkt Pulse. Het leidde in 2015 tot 50% meer aanvragen voor vrijwillige thuishulp ten opzichte van 2013.

Het Meldpunt Vrijwillige Hulp bekijkt per aanvraag niet alleen wat er nodig is, maar ook wie dit het beste kan doen. Wat voor achtergrond heeft de aanvrager en wie past daar het beste bij? Maar maatwerk leveren, dat kan natuurlijk alleen als er ruimschoots te kiezen valt. En dat is gelukkig zo.

In 2015 werkten alleen al voor het Meldpunt 75 vrijwilligers. Zij zijn de mensen die ervoor zorgen dat ouderen, mensen met een beperking of een psychiatrische achtergrond langer én op prettige wijze thuis kunnen blijven wonen.



**In 2015 50%
meer aanvragen
voor vrijwillige
thuishulp.**

Meldpunt Vrijwillige Hulp

Binnen no time de juiste man of vrouw

Als je het Meldpunt Vrijwillige Hulp in IJsselstein belt heb je grote kans dat je coördinator Wil van den Berg (79) aan de lijn krijgt. Van een wandelmaatje tot een handige klusjesman voor het ophangen van een schilderij: het lukt haar al 19 jaar lang om binnen no time een vrijwilliger te vinden voor al die verschillende verzoeken die binnenkomen. Haar geheim: ze kent zowat alle vrijwilligers uit de kaartenbak en precies weet wie waarvoor te porren is.

Wil zag de klusjes de afgelopen jaren veranderen in klussen. Ook de vragen werden steeds complexer. 'Er is vaker vraag naar bezoek voor dementerende ouderen die nog thuis wonen. Maar er bellen ook mensen die moeten verhuizen en die geen cent én geen netwerk hebben. Soms lukt het ze niet eens om zelf hun spullen in te pakken. Dat is echt crisis.'

Daarvoor is in december 2015 het Powerteam in het leven geroepen: een groep van sterke mannen en een sterke vrouw die mensen in verhuishood helpt. Om te voorkomen dat het team te pas en te onpas wordt ingezet, moet de aanvraag wel aan een aantal strenge criteria voldoen. En veiligheid voor de vrijwilliger staat voorop. Wil: 'Ze zijn sterk, maar zelf ook al een dagje ouder.'

Het powerteam, met v.l.n.r.: John van Schaik, Truus van den Burg-Senger, Nico Blom, Jan Lenssinck en Hans Timmermans.

Coördinator Wil van den Berg.

Meldpunt Vrijwillige Hulp

IJsselstein

34.102 inwoners

5 dagen per week bereikbaar
4 vrijwillige coördinatoren
75 vrijwilligers

Praktische hulp

129x

250x
huis- en tuinklussen

boodschappen doen

478x



individueel vervoer met begeleiding

46x
begeleiden naar ziekenhuis of arts

20x
begeleiden bij zwemmen

347x
overige dienstverlening

Sociale hulp

233x



bezoek aan huis

315x
samen wandelen

9x
vervangende mantelzorg

Totaal 1.827 acties
uitgevoerd door vrijwilligers

Meldpunt Vrijwillige Hulp

Lopik

14.163 inwoners

Praktische hulp

57x

50x
huis- en tuinklussen

boodschappen doen

90x
ondersteuning administratie

45x
begeleiden bij zwemmen

4x
individueel vervoer met begeleiding

2½ dag per week bereikbaar
2 coördinatoren
15 vrijwilligers

Sociale hulp

20x



bezoek aan huis

30x
samen wandelen

8x
vervangende mantelzorg

45x
koken

2x
mantelzorg-maaltijden

Totaal 351 acties
uitgevoerd door vrijwilligers

Supertrots!

Unieke samenwerking in een onvergetelijke week

De sporthal werd een slaapzaal, het scouting-gebouw een huiskamer. Er werd gehuild, gelachen, gespeeld en muziek gemaakt. De unieke samenwerking tussen de gemeentes, Pulse en inwoners zorgde voor een onvergetelijke week.

Aanleiding was het besluit dat IJsselstein, Lopik en Montfoort 150 vluchtelingen gingen opvangen in sporthal De Oever in IJsselstein. En wel binnen een week. Een hartverwarmende mega-operatie volgde: de gemeente verzorgde bed, bad en brood en zo'n 120 vrijwilligers hielpen met alles daaromheen: het uitdelen van de maaltijden, de was, het vervoer, het verstrekken en vertalen van informatie en het organiseren van activiteiten, taallessen en vertier.

'Er belden zo ontzettend veel mensen!'

Zantina Oorschot was vrijwillig coördinator van het belteam: een team vrijwilligers dat de massale storm aan telefoontjes en mailtjes van inwoners beantwoordde en alle vrijwilligers inroosterde. 'Er belden zo ontzettend veel mensen! Ze boden kinderbedjes, kleding en schoenen aan. Kinderen kwamen hun pop brengen. Mensen brachten splinternieuw speelgoed mee en sjouwden wasgoed mee naar huis. Er was zelfs een vrouw die iedere dag voor twee gezinnen de was deed. Ze had zelf geen droger, dus liep ze iedere dag met alle natte was naar de overbuurvrouw. Die droogde alles en dan kwam het weer in tassen terug.'

Vier maanden

'De verhalen waren vaak schrijnend. Er was een moeder bij met een kindje van vier maanden. Moet je je voorstellen dat je met je kind van tweeënhalve maand oud in zo'n bootje stapt.'

'Ik heb met verbazing gekeken naar wat IJsselstein allemaal gedaan heeft'

Ongelofelijk

'Ik heb echt met verbazing gekeken naar wat IJsselstein allemaal gedaan heeft. Iedere dag werd er iets georganiseerd: stadswandelingen, eten bij de moskee, een sportmiddag voor kinderen. Er belde een man die samen met een vriend geld ingezameld had. Hij ging naar de Ikea en bezorgde dezelfde dag nog 150 hoofdkussens met slopen en 150 handdoeken. Een andere inwoner trakteerde alle kinderen met hun ouders op een dagje indoor speelparadijs Monkeytown. Op een gegeven moment moesten we mensen gewoon zeggen dat er genoeg hulp was. Het was ongelooflijk om mee te maken.'

Zantina Oorschot





‘Dit geeft hoop voor de toekomst’

De van oorsprong Iraakse Hiba Alsudani hielp dagelijks mee als vrijwillige tolk. ‘Ik ben zelf in 1997 uit Irak gevlucht. Ik weet wat het is om oorlogsleed mee te maken. Daarom vond ik het extra fijn om nu te kunnen helpen. Ik ben supertrots op iedereen die meegeholpen heeft! Eerlijk gezegd had ik niet verwacht dat bewoners zo open zouden staan voor de vluchtelingen. Je ziet zoveel negatieve reacties op tv.

Erbij horen

Nu zag ik weer de nieuwsgierigheid en positiviteit van de Nederlanders zoals ik die ken van toen ik hier kwam. Dat geeft echt hoop voor de toekomst. Niet alleen voor de vluchtelingen, ook voor mij en mijn kinderen. Dit is inmiddels ons tweede thuis, je wil er gewoon bijhoren.’

Veel kinderen

Onder de vluchtelingen waren veel kinderen. ‘Ik sprak een jonge meid van twintig die tijdens de vlucht met haar zontje van twee en dochtertje van vier vanaf de boot strandde op een rots. In het ijskoude water wachtten ze uren, niet wetende of ze gevonden zouden worden. Het meisje van vier zei alleen maar: ‘mama ik wil niet dood.’ Die nacht heb ik mijn kinderen extra ingestopt en naast hun bed god op mijn knieën bedankt dat zij dit niet mee hebben hoeven maken.’

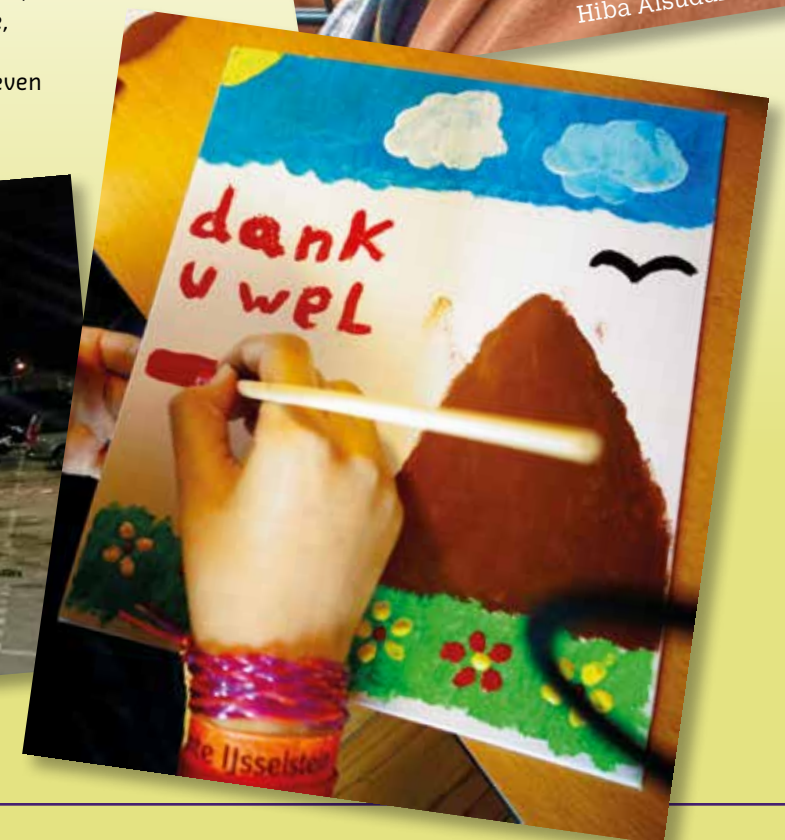
Welkom zijn

‘De vluchtelingen waren heel dankbaar. En niet het eten, niet de kwaliteit van de bedden was het belangrijkste, maar het feit dat ze het gevoel kregen dat ze welkom waren. Er zijn in één week vriendschappen voor het leven gemaakt. Met een aantal families heb ik nog steeds contact via WhatsApp en Facebook.’

‘Er zijn in één week vriendschappen voor het leven gemaakt’



Hiba Alsudani



Signaal? Actie!

Voorkomen is beter dan genezen. Daarom signaleren medewerkers en vrijwilligers van Pulse vroegtijdig problemen, wensen en behoeften. Zo kan Pulse preventief werken en blijven kleine problemen klein.

Een greep uit wat er in 2015 gesignaleerd is...

Eenzaamheid is een actueel probleem bij verschillende doelgroepen.

- * Vrijwilligers zijn getraind om eenzaamheid te herkennen en erover te praten.
- * De training Creatief leven is ontwikkeld.

De vraag naar taaleducatie is groot en de aangeboden werkvorm is niet altijd geschikt.

- * Taalcursisten worden via www.oefenen.nl gekoppeld aan een docent. De cursist werkt aan een eigen leerlijn.
- * Taalcursisten lopen taalstage.
- * Pulse heeft extra vrijwilligers geworven en getraind.
- * In 2016 realiseert Pulse met partners een Taalhuis.

Veel ruzies tussen kinderen en buurtbewoners, vervuiling en verloedering op de pleinen in IJsselveld.

- * De methodiek Pleinportiers is ingezet: jongeren maken zich hard voor het verbeteren van hun portiek of plein.

De achtergrond van mensen die zich melden als vrijwilliger of toegeleid worden naar vrijwilligerswerk is steeds diverser. Sommige vrijwilligers hebben te maken met beperkingen en/of kunnen niet helemaal zelfstandig werken.

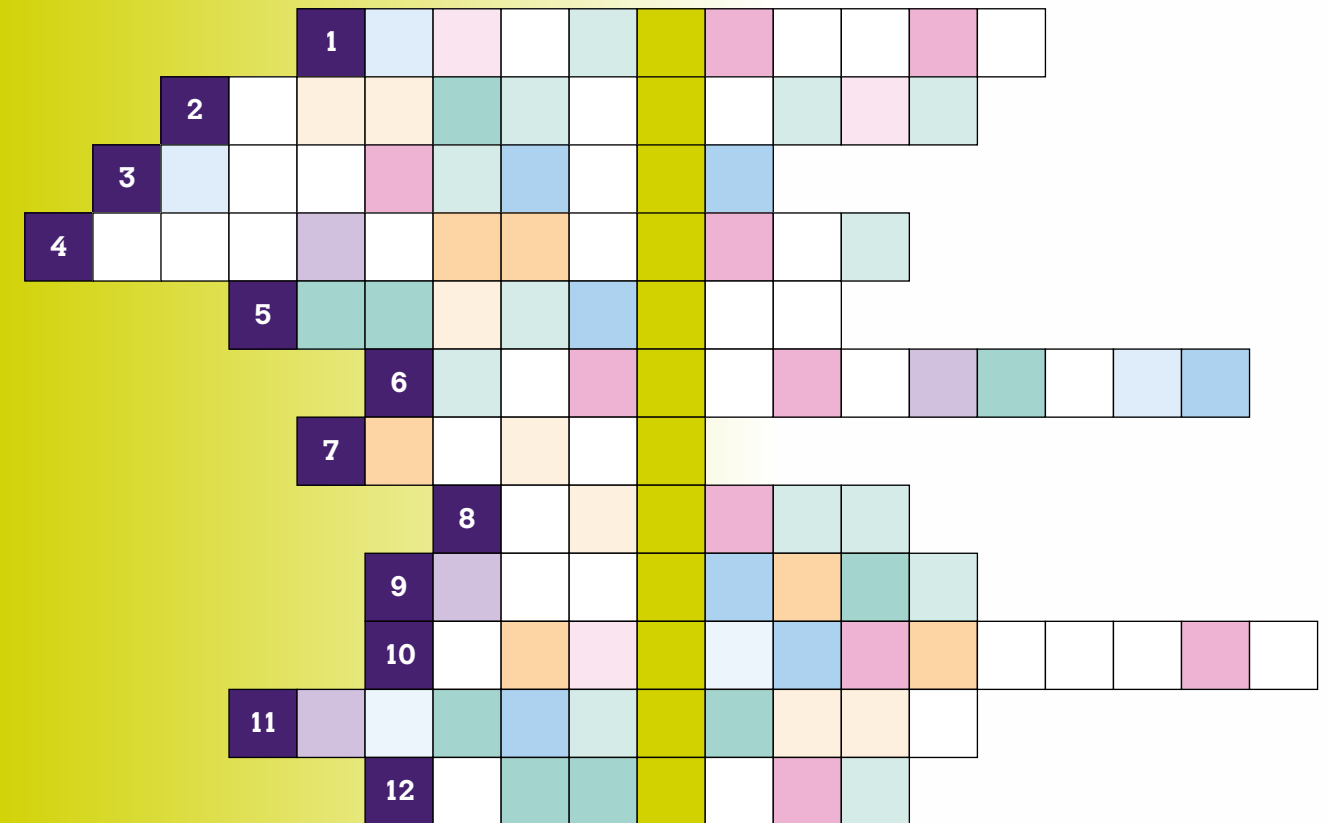
- * Pulse maakt extra werk van een goede match tussen vrijwilliger en werkplek en houdt vinger aan de pols. Pulse zorgt dat wederzijdse verwachtingen duidelijk zijn. Het vrijwilligerswerk dient twee doelen: de vrijwilliger maakt zich nuttig en leert tegelijkertijd nieuwe dingen.

Stichting Vecht en IJssel wil de drempel verlagen voor omwonenden om gebruik te maken van de activiteiten in woonzorgcentrum Ewoud.

- * Bewoners, Pulse en Ewoud werken samen aan het ontwikkelen van een wijktuin. Door financiering van het Oranje Fonds wordt dit in 2016 gerealiseerd.

Los de puzzel op en ontdek in de groene balk een woord dat belangrijk is in het werk van Pulse.

Gelijke kleurtjes zijn gelijke letters. Mail de oplossing naar info@stichting-pulse.nl en maak kans op een mooie prijs!



1. Hierbij informeren en bevragen vrijwilligers 75+'ers preventief.
2. Daar leren jongeren de basics van het opvoeden.
3. Biedt ouders praktische hulp bij het opvoeden.
4. Daar zijn er bij Pulse bijna 400 van.
5. Dat dier vertelt de verhalen van IJsselstein.
6. Pulse-locatie van de Aanschuif tafel en het Meezingkoor.
7. Daar vind je locatie De Schouw.
8. Daar vindt om de week de Lunchhoek plaats.
9. Bundelt allerlei informatie over Centrum, West, Noord of Zuid.
10. Voor 150 van hen werd noodopvang geregeld.
11. Door kinderen gemaakte regels over WhatsApp en cyberpesten.
12. Gabbers met een luisterend oor.

WERKEN in de wijk

Wijkcommunicatie in cijfers

Als bewoners weten wat er in hun wijk speelt, zijn ze meer betrokken. En dat komt de leefbaarheid ten goede. In 2015 werd daarom flink geïnvesteerd in wijkcommunicatie. Via Facebook, Twitter, de website onsijsselstein.nl, digitale en papieren nieuwsbrieven, huis-aan-huiskrant Zenderstreeknieuws en RTV9 werden bewoners geïnformeerd over alles wat er in hun wijk gebeurt. Voor het 75+ers onderzoek spraken vrijwilligers 186 ouderen uitgebreid over gezondheid, wonen en mobiliteit, zorg en financiën.

Daarnaast ontving iedere bewoner in IJsselstein een wijk-atlas in de bus: een boekje met cijfers, interviews, feiten en wetenswaardigheden over de eigen wijk. En Aap Stein werd geboren: de aap die iedere twee weken weer een nieuw verhaal vond over een mooi initiatief, een vergeten locatie of bijzondere mensen in IJsselstein.

BuurtWhatsApp

Ondertussen ondersteunden de opbouwwerkers de bewonersgroepen bij het beheer van de wijkbudgetten en bij bewonersinitiatieven. Een mooi voorbeeld zijn de BuurtWhatsApp-groepen. Deze groepen – vaak door bewoners zelf opgezet – leveren een grote bijdrage aan de saamhorigheid in én veiligheid van de buurt. Pulse zorgt voor bekendheid van de groepen en stimuleert bewoners om hieraan mee te doen. Inmiddels zijn er BuurtWhatsApp's in Zenderpark, Achterveld, Baronnye, Groenvliet en Nieuwpoort.



660
geabonneerden
op de digitale
wijkniewsbrieven



Geld voor een goed idee

BMX-baan van wijkbudget

Chelsea, Chayenne, Isa en Perry bedachten de BMX-baan in Zenderpark voor een schoolopdracht tegen pesten. 'Het is een plek waar je kan komen spelen als je weinig vrienden hebt.'



In 2015 werd de baan gerealiseerd, met behulp van het wijkbudget. Ook wisten de jongeren de Rabobank, Stichting IJsselsteinse Tourtocht en verschillende andere sponsors te warm te maken voor het project. En bij de oplevering kwamen zelfs het Jeugdjournaal en Hart van Nederland nog even langs!

Volg de BMX Kids op Facebook! Zoek op 'BMX Kids IJsselstein'.



Wijkbudget Ijsselstein

Iedere wijk in Ijsselstein heeft een wijkbudget: een bedrag beschikbaar gesteld door de gemeente dat bewoners zelf mogen besteden aan activiteiten of spullen die de leefbaarheid van de wijk vergroten.

Het totale budget is 50.000 euro per jaar. Dit bedrag wordt verdeeld over de vier wijken, naar rato van het aantal inwoners per wijk. De bewonersgroepen beheren de budgetten en beslissen over aanvragen tot 1.000 euro. Bij aanvragen boven de 1.000 euro overleggen ze met Pulse.

Begin 2015 kende 22 procent van de bewoners van Ijsselstein het wijkbudget. Om dat percentage te verhogen, voert Pulse samen met leden van de bewonersgroepen de campagne 'Jouw wijk, jouw idee, jouw budget!'. Met flyers, strandvlaggen en wegrecldames door de stad worden bewoners opgeroepen om gebruik te maken van het wijkbudget.

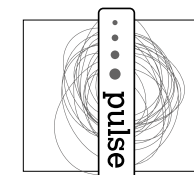
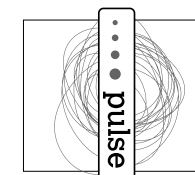
Heeft u een goed idee voor uw wijk, maar brengt het kosten met zich mee? Kijk op www.onsijsselstein.nl/wijkbudget en vraag budget aan!

In 2015 werden onder andere deze activiteiten en spullen van het wijkbudget betaald:

- Koffieochtend met muziek voor de wijk Centrum.
- Spelletjesmiddag voor jong en oud in Ewoud.
- Start Stichting Kinderboerderij en aanschaf eerste materialen.
- Twee verkeersmaatjes voor het Praamplein.
- Bijdrage knipperploeg Ijsselveld-Oost.
- Aanleg groente- en beleefstuin in Centrum.
- Nationale Buitenspeeldag voor kinderen.
- Vullen van plantenbakken in vier straten in Nieuwpoort.

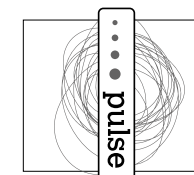
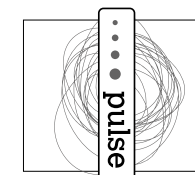
stichting-pulse.nl

stichting-pulse.nl



stichting-pulse.nl

stichting-pulse.nl

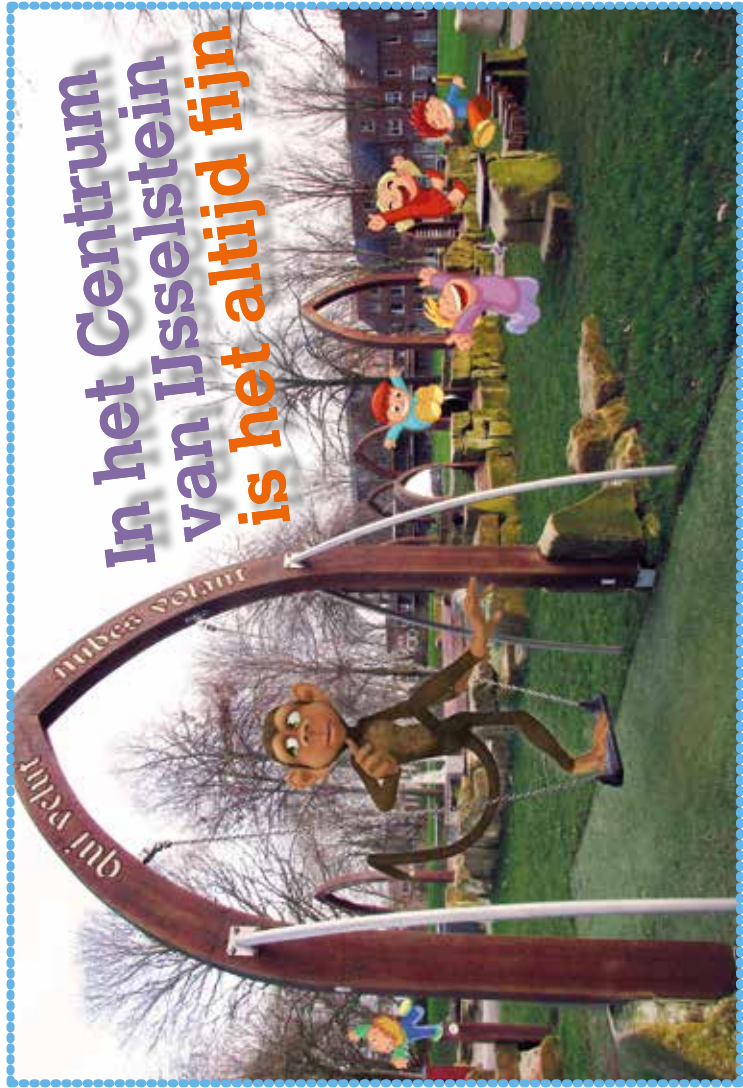




IJsselstein-West is The Best



Groeten!



In het Centrum van IJsselstein is het altijd fijn



Groeten uit IJsselstein



Groeten uit Swingend Zenderpark



Groeten uit Gemeente Lopik

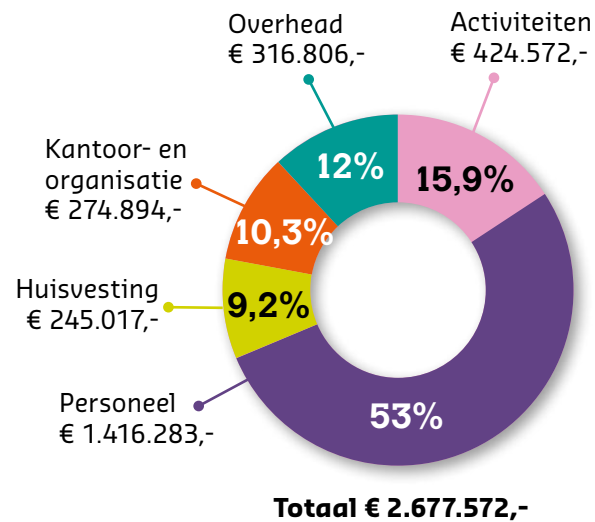


IJsselstein-Noord, het meest kleurrijke oord!



Groeten uit Gemeente Lopik

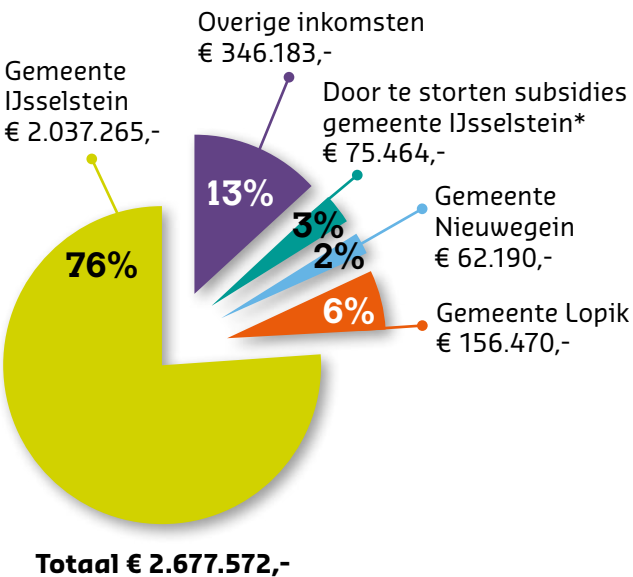
Besteding middelen 2015:



De omzet van 2015 is

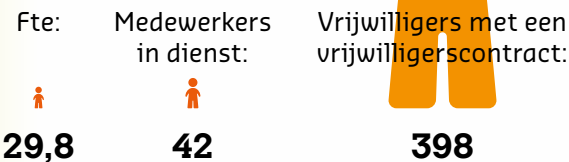
€ 2.677.572,-

Herkomst middelen 2014:



* Subsidiebedragen voor andere organisaties of initiatieven, die nog onbepaald zijn of geen rechtspersoon zijn. Pulse stort deze subsidie rechtstreeks door aan de belanghebbenden. Denk aan de wijkbudgetten.

Medewerkers:



Resultaten Klantervaringsonderzoek Pulse:

Waardering werkwijze Pulse (maximaal 5 punten)



Meer weten?
Het gehele klantervaringsonderzoek is op te vragen via info@stichting-pulse.nl.



Opvoeden en Opgroeien

In 2015 stonden vragen over pesten via WhatsApp met stip bovenaan de meest gestelde vragen aan het Jongeren Informatiepunt (JIP). En dat is niet verwonderlijk. Want ook landelijk is online pesten een steeds groter probleem, zo berichtte de Kindertelefoon in 2015. Werden kinderen vroeger vooral op het schoolplein gepest, en waren ze thuis relatief veilig, met online pesten gaat pesten altijd door. Ook als je thuis op je kamer zit. Jezelf verwijderen uit de groepsapp heeft geen zin: een ander kan je zo weer toevoegen.

Ook in de Week van de Mediawijsheid eind november stond cyberpesten centraal. Leerlingen van groep 8 van basisschool De Brug Polderheem maakten gezamenlijk WhatsHappy-regels: afspraken over het gebruik van groepsapps. Jongeren van De Baanbreker en het Cals College voerden de campagne STOP Asociale media! En in de All You Need is Love-bus interviewden jongeren elkaar over hun ervaringen met social media.

Het JIP adviseert jongeren het gehele jaar over hoe om te gaan met social media. Door voorlichting op school, bij het JIP zelf én via WhatsApp.



Naast de activiteiten van het JIP doet Pulse meer om kinderen, jongeren en ouders te ondersteunen bij het opvoeden en opgroeien. Zo zijn er weerbaarheidstrainingen, coaching voor jongeren, sport-activiteiten, voor- en vroegschoolse educatie, hulp bij opvoeden in twee culturen en nog veel meer activiteiten en initiatieven.

Kijk voor een volledig overzicht op:
www.stichting-pulse.nl/0-4-jaar-en
www.stichting-pulse.nl/jip

NIEUW!
In 2015

'Met een CERTIFICAAT kom je professioneler over'

Oppascursus leert jongeren vaardigheden voor de toekomst

Hoe helpen we jongeren om zich goed voor te bereiden op de arbeidsmarkt? Vanuit die vraag startte het JIP in 2015 met oppascursussen. In vier avonden leerden jongeren alles over verzorging, veiligheid, gedrag en financiën.

Sociaal werker Jacqueline van Rooijen gaf de cursus samen een jeugdverpleegkundige, een pedagoog en collega Dominique Korver. Jacqueline: 'Oppassen is iets dat veel jongeren al doen. Een perfect onderwerp dus om ze na te laten denken over hun kwaliteiten. Maar ook om ze verantwoordelijkheid te leren nemen en meteen tips te geven om goede afspraken te maken. Allemaal vaardigheden die later ook goed van pas komen.'



2 oppascursussen



37 meisjes

2 jongens

39 deelnemers gemiddelde leeftijd:
15 jaar



'Door de EHBO-les weet ik wat ik bij een ongeluk moet doen'

Lana van Batenburg (14), 2 oppasadressen met kinderen tussen de 4 en 6 jaar:

'Met een certificaat kom je toch wat professioneler over. Je laat je kind niet graag zomaar bij iemand achter. Ouders vinden het fijn dat ik de cursus heb gevolgd en ikzelf ga met een beter gevoel oppassen. Ik ben vooral beter voorbereid. Voordat de ouders weggaan loop ik belangrijke informatie na: wat te doen in noodgevallen, hoe laat moet het kind naar bed, mag hij nog iets eten? Het lukt me nu beter om hier gesprekken met ouders over te voeren. En door de EHBO-les weet ik ook wat ik bij een ongeluk moet doen.'



Robin Loof (17), 3 oppasadressen met kinderen tussen de 3 en 8 jaar:

'Ik heb op de oppascursus veel nieuwe dingen geleerd. Ik belde eerst altijd naar mijn moeder als ik een luier moest verschonen. Dat kan ik nu zelf. Ook de gevaren herken ik nu beter. Bijvoorbeeld een glas hete thee dat kan omvallen, of dat je op moet letten wat baby's en peuters in hun mond stoppen. Ik heb vooral veel gehad aan de onderhandelingstips. Ik weet nu wat het minimumloon is, en dat je een hoger bedrag kunt vragen als de kinderen wakker zijn. Het heeft me bij één adres al een hoger uurtarief opgeleverd!'



'Ik belde eerst altijd naar mijn moeder als ik een luier moest verschonen'

**In 2016 starten weer nieuwe oppascursussen.
Opgeven kan nu al!
Mail naar jip@stichting-pulse.nl.**

Het JIP in 2015

jongeren informatie punt

Het JIP werd

661

keer bezocht

Het JIP beantwoorde

300

hulpvragen

Top 3 vragen:

1. Vriendschap en relaties, met name pesten in de groep-WhatsApp.
2. School, werk en stage.
3. Familie en thuis, met name vragen over scheidingen en ruzie in huis.

i.s.m. Rabobank IJsselstein en
praktijkschool de Baanbreker



3 workshops

Leren omgaan met geld –
Veilig en slim pinnen

- Herken vals geld met de app Echt of vals
- Word geen geldezel*
- En... houd je pincode altijd geheim!

*Geldezel: iemand die – vaak tegen een vergoeding – zijn bankrekening of pinpas ter beschikking stelt om geld wit te wassen dat via cybercrime is verkregen. Steeds vaker worden (rekeningen van) jongeren hiervoor gebruikt.

3

vuurwerkvoorlichtingen

Gids 18+ en dan?

Zorgverzekering, DigiD, op kamers, je eigen financiën beheren, zorgtoeslag aanvragen. Als je 18 wordt komt er ineens veel op jongeren af. Het JIP merkte dat lang niet alle jongeren hier goed op voorbereid zijn en maakte de 'Gids 18+ en nu?'. Daarin staat alles wat jongeren moeten weten en regelen als ze 18 worden.

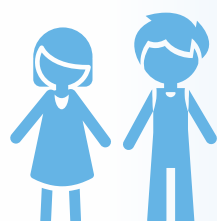
De gids is gratis verkrijgbaar in het JIP en op de jeugdlocaties Studio 10, Xperience en Xpress. Begin 2016 organiseerde Pulse het congres '18+ en dan?'.


10

klassenbezoeken:

319

leerlingen bereikt



Bezoek Cals College:

346

leerlingen direct bereikt

692

leerlingen indirect bereikt

facebook.com/jipijsselstein

@jipijsselstein

Moet echt álle was gestreken worden?

Vrijwilligers van Home-Start bieden gezinnen steuntje in de rug

'Ik weet uit eigen ervaring dat het leven met kleine kinderen echt niet altijd leuk is. Soms zit je gewoon met je handen in het haar.' Inge Koning – zelf moeder van vier kinderen tussen de vier en tien jaar – is een van de negen vrijwilligers bij Home-Start, een nieuwe vorm van opvoedondersteuning aan gezinnen die even een steuntje in de rug nodig hebben.

NIEUW!
In 2015



Vrijwilliger Inge Koning met haar eigen kinderen.

Inge werkte eerder als Home-Start-vrijwilliger in Enschede en Utrecht. Daar hielp ze onder andere Martina, moeder van drie kleine kinderen. Inge: 'Wat mij opviel was dat Martina alles heel goed wilde doen. Dat bleek de rode draad te zijn van haar problemen. Ik gaf haar vooral mee dat je niet alles perfect hoeft te doen. Terwijl we samen de was ophingen, vroeg ik haar wat ze nou echt belangrijk vond. Wat is je prioriteit? Moet echt alle was gestreken worden? Maak je wel eens tijd voor jezelf vrij? Daar kwam ze met drie kleintjes nooit aan toe. Dus zijn we een keer samen gaan winkelen. Ik kon haar ook vertellen dat sommige gevoelens een gevolg zijn van je hormonen en dat die gevoelens ook weer voorbij gaan. Daar had ze veel aan.'

Op je handen zitten

Een vrijwilliger van Home-Start komt een keer per week minimaal twee uur langs. Gemiddeld duurt de ondersteuning een jaar, maar korter of iets langer kan ook, afhankelijk van de vraag van het gezin. Alle vrijwilligers volgen een voorbereidingscursus: in vijf dagdelen leren ze daar de basisprincipes van Home-start. Bijvoorbeeld dat je er bent om een gezin te ondersteunen, en niet om de les te lezen. Inge: 'Het is belangrijk dat je op je handen leert zitten. Je laat het initiatief bij de ouders.' Home-Start werkt vraag-gestuurd: het gezin bepaalt wat belangrijk is. 'Als vrijwilliger geef je je tijd, bied je een luisterend oor en een steuntje in de rug. Soms door gesprekken, soms door voor te leven, maar ook door simpelweg een handje te helpen met praktische zaken.'

Ballen in de lucht

De gezinnen die zich aanmelden voor Home-Start zijn heel divers. Inge: 'Ik heb ook een moeder geholpen die zelf Sociaal Pedagogische Hulpverlening had gestudeerd. Ze had een zware baan en kon het niet bolwerken.' Eerder hielp ze Nasira, moeder van de drie maanden oude Adam. Nasira voelde zich geïsoleerd, sprak de Nederlandse taal slecht en wilde graag tips bij de verzorging van haar zoontje. Inge kon er op alle drie de gebieden voor Nasira zijn. >>



6 tips van Inge:

- ♥ Zorg goed voor jezelf.
- ♥ Combineer de aandacht die je aan je kinderen geeft. Betrek je jongste kind bij het spelen met je oudere kind.
- ♥ Probeer samen te werken. Ga bijvoorbeeld met een vriendin naar de speeltuin, dan hoef je niet alleen op de kinderen te letten.
- ♥ Gun jezelf de tijd om te leren.
- ♥ In het heetst van de strijd lijkt alles crisis, maar met de tijd wordt het beter!
- ♥ Je hoeft geen perfecte ouder te zijn, ga voor goed genoeg.

Home-Start is een landelijk erkend en professioneel programma en wordt uitgevoerd in 128 gemeenten, waaronder IJsselstein en Lopik. Het programma is opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies van het Nederlands Jeugdinstituut en hoort bij de achttien meest effectieve programma's in de jeugdgezondheidszorg.

Meer weten?

www.home-start.nl
Facebook.com/HomeStartNL

Of neem contact op met coördinatoren
Heleen Boone of Marian Loermans:
030 - 688 70 30
06 - 832 568 45
06 - 458 610 80
ijsselstein@home-start.nl

Klik is match

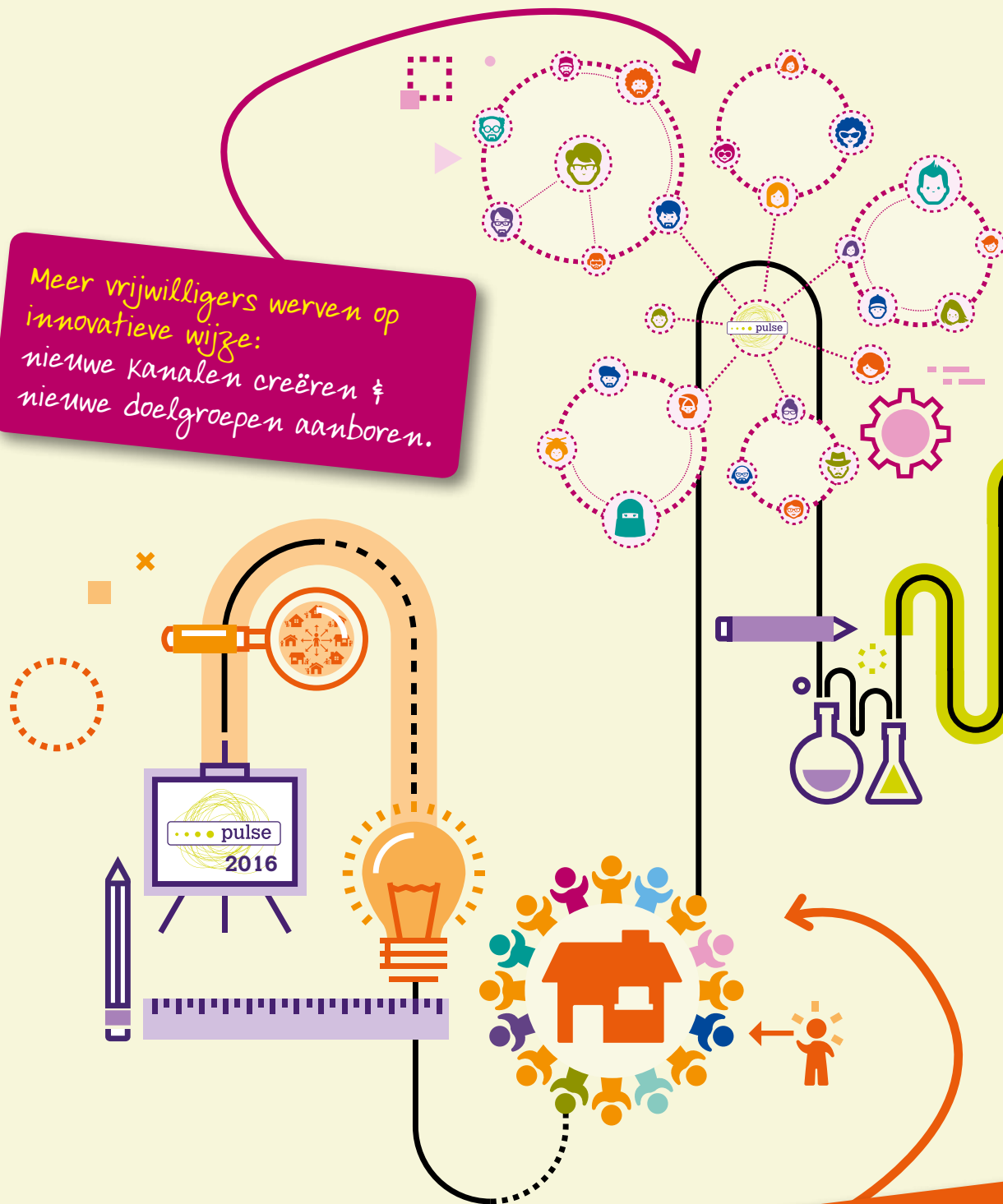
Gezinnen kunnen zichzelf aanmelden, maar ook andere partijen, zoals het consultatiebureau en het jeugdteam. Na een uitgebreide intake, zoekt de coördinator een passende vrijwilliger. Het is belangrijk dat het goed klikt tussen de vrijwilliger en het gezin, dus de coördinatoren van Home-Start besteden veel aandacht aan de matching. Ze kennen de sterke kanten en de valkuilen van de vrijwilligers goed. Hierdoor lukt het vaak om een passende vrijwilliger te vinden. Na het kennismakingsgesprek hebben beide partijen nog drie dagen bedenktijd. Klikt het? Dan is er een match.

Gelijkwaardigheid

Het grote verschil tussen Home-Start en hulpverlening van professionals is de gelijkwaardigheid. Dat is meteen ook de kracht van het programma. Inge: 'Ik ben geen professional. Ik vind het fijn om vanuit mijn eigen ervaring iets voor andere gezinnen te betekenen. Mijn ondersteuning voorkomt zelfs vaak dat gezinnen in het professionele hulpverleningscircuit terecht komen. En in sommige gevallen is Home-Start een aanvulling op de professionele hulpverlening. Dan ben ik er als luisterend oor en voor het gezellige praatje.'

In 2016 zet Pulse extra in op:

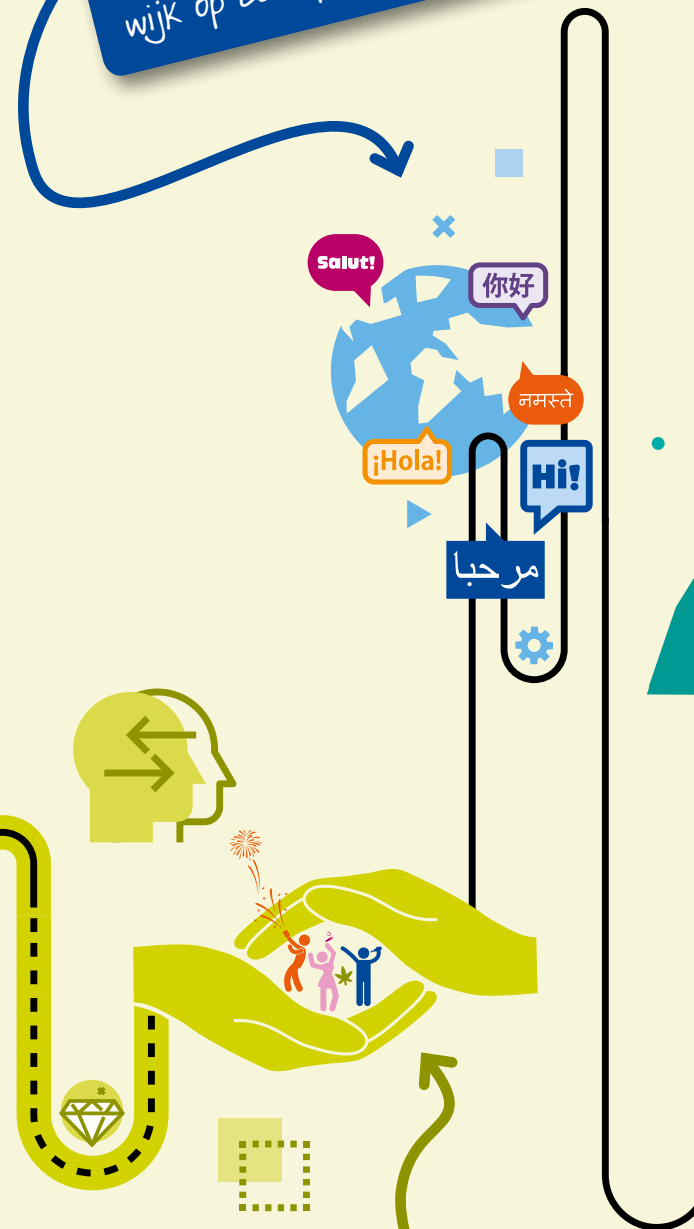
Meer vrijwilligers werven op innovatieve wijze: nieuwe kanalen creëren & nieuwe doelgroepen aanboren.



Samenwerking met de zorg bij dagbesteding, bestrijding eenzaamheid en het creëren van een zinvolle dagstructuur:

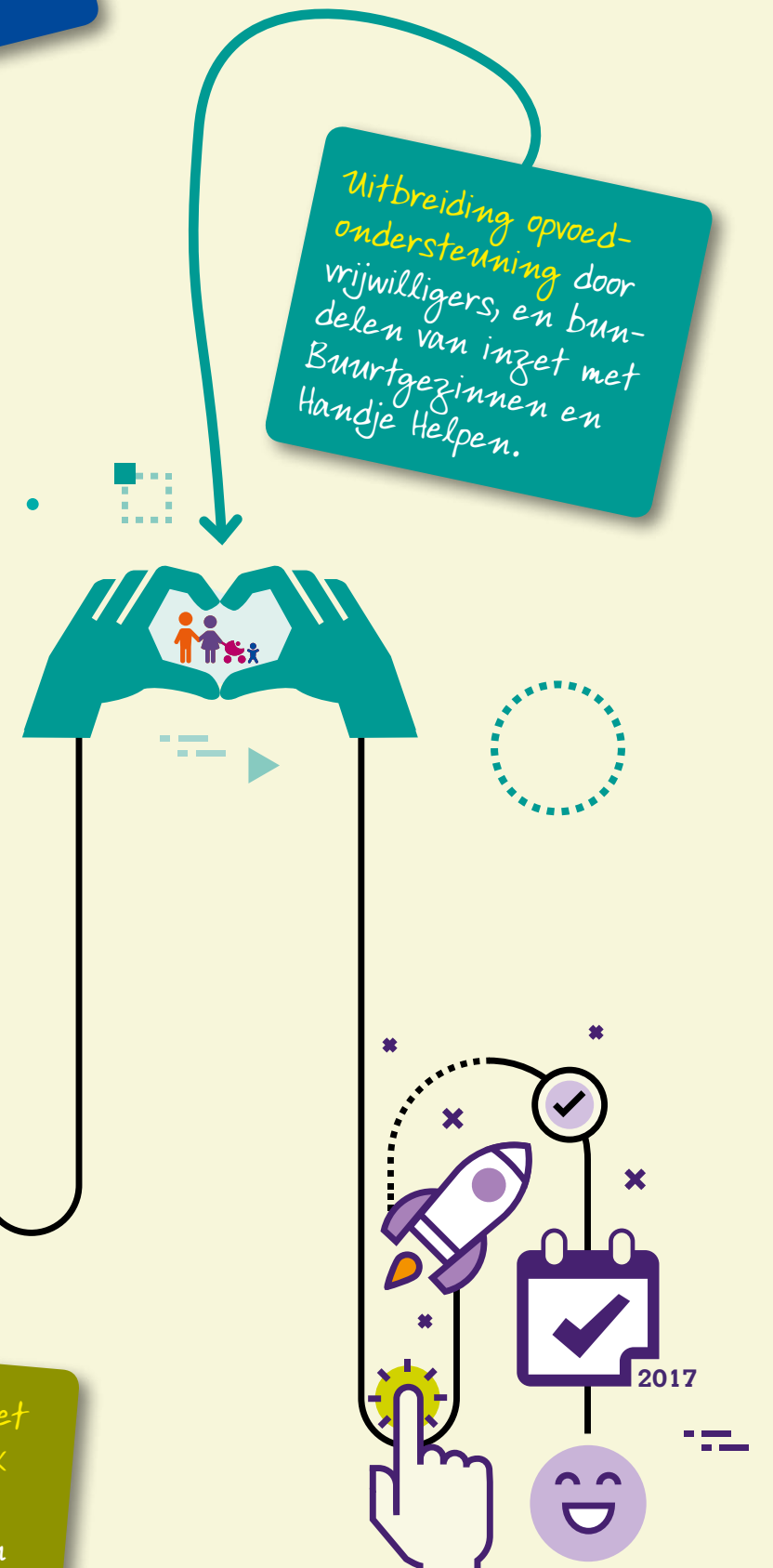
- Gezamenlijk gebruik van locaties.
- Gezamenlijk plan.
- Gebruikers zijn medeverantwoordelijk voor activiteiten.

Opbouw taalinfrastructuur:
Alles rondom taalondersteuning naar de wijk brengen en in iedere wijk op één plek bundelen.



Intensievere samenwerking met politie en gemeente bij aanpak overlastgevende jongeren. Jongerenwerkers, gemeente en politie zetten gezamenlijk meer in op individuele jongeren. Doel: hen op de goede weg helpen.

Uitbreiding opvoedondersteuning door vrijwilligers, en bundelen van inzet met Buurtgezinnen en Handje Helpen.





***Zo'n 20 mensen
lunchen om de
week samen bij
de Lunchhoek
in Xpress.***

Sociaal Isolement

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Maar is dat gevoel chronisch, dan is iemand extra kwetsbaar. Hij of zij heeft een grotere kans op lichamelijke en geestelijke gezondheidsproblemen, zoals hartklachten en depressie. Maar ook meer kans om vast te lopen in het werk en met financiën.

Dat geldt helemaal voor mensen die sociaal geïsoleerd zijn. Eenzaam zijn is een kwestie van gevoel, ook met veel vrienden om je heen kun je je eenzaam voelen. Maar iemand die sociaal geïsoleerd is, voelt zich eenzaam en heeft feitelijk weinig contacten. Geen familieleden, vrienden of bekenden waar hij terecht kan. Bijvoorbeeld om een praatje te maken. Om zorgen te delen. Of voor een klein klusje in huis.

6% sociaal geïsoleerd

Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. En in 2007 bleek uit grootschalig onderzoek dat zo'n 6% van de Nederlandse bevolking sociaal geïsoleerd is. Ongeveer twee derde van de mensen die sociaal geïsoleerd zijn, neemt geen deel aan het maatschappelijk leven: ze zijn werkloos, verrichten geen vrijwilligerswerk en doen niet mee aan maatschappelijke activiteiten. Ook zijn ze minder zelfredzaam dan mensen met een (groter) netwerk.

Gezondheidsproblemen

Aandacht voor deze groep is belangrijk. Niet alleen voor de mensen die het betreft, maar ook voor de maatschappij. Zeker in een maatschappij

waarin participatie, eigen kracht en de inzet van het eigen netwerk centraal staat. Bovendien leidt de verhoogde kans op gezondheidsproblemen tot hogere zorgkosten.

Vele gezichten

Eenzaamheid en sociaal isolement kennen vele oorzaken en gezichten. Daarom zijn er minstens zoveel verschillende aanpakken. Een coach, een mentor, een maatje. Vrijwilligerswerk, een goed gesprek in de buurtkamer of leren mailen en Skypen. Pulse vraagt door en zoekt iedere keer naar de meest passende oplossing.

Ontmoetingsplekken

Ook creëert Pulse steeds meer laagdrempelige ontmoetingsplekken waar mensen zich thuis voelen. Eigen verantwoordelijkheid en inzet van deelnemers staat hier voorop. Zoals de Lunchhoek in Xpress, waar sinds juli 2015 zo'n 20 mensen om de week samen lunchen. Pulse regelt de ruimte en vrijwilligers, de vrijwilligers en bezoekers organiseren de rest. De Lunchhoek is een succes: in 2016 start een tweede groep.

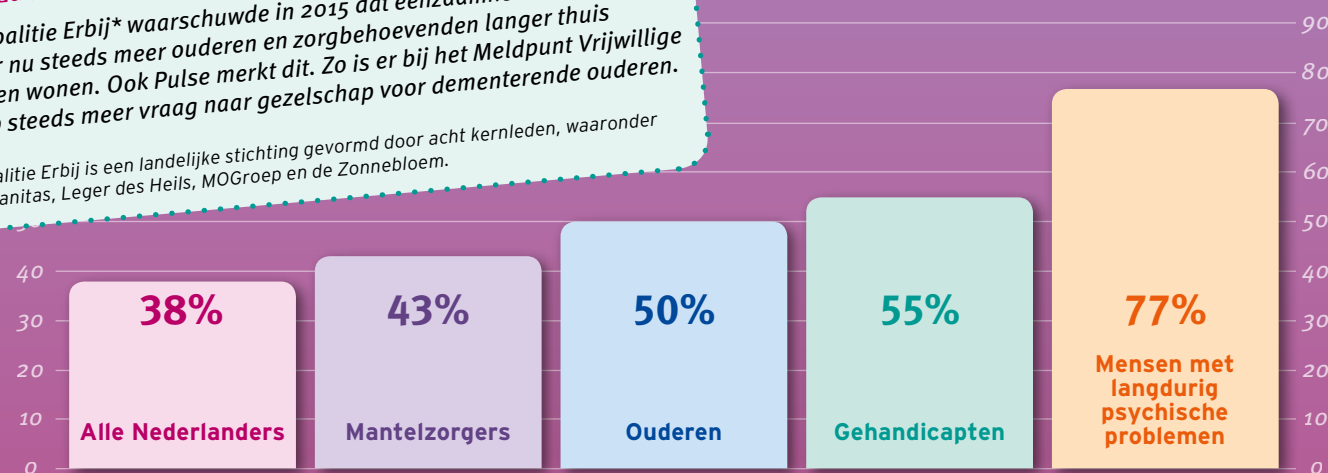
Bronnen:
Coalitie Erbij, RIVM, Hortulanus et al., 2003

Eenzaamheid in cijfers

Eenzaamheid neemt toe

De Coalitie Erbij* waarschuwt in 2015 dat eenzaamheid toeneemt, zeker nu steeds meer ouderen en zorgbehoevenden langer thuis blijven wonen. Ook Pulse merkt dit. Zo is er bij het Meldpunt Vrijwillige Hulp steeds meer vraag naar gezelschap voor dementerende ouderen.

* Coalitie Erbij is een landelijke stichting gevormd door acht kernleden, waaronder Humanitas, Leger des Heils, MOGroep en de Zonnebloem.



Bron: Quickscan Versterken aandacht voor eenzaamheid in zorg en de samenwerking met welzijn, 2014, Coalitie Erbij, Utrecht.

10 tips bij eenzaamheid

1. Maak een lijstje van oude contacten die verwaterd zijn. Misschien kunt u eens iemand bellen of mailen.



6. Zorg dat u een reden heeft om de deur uit te gaan. Bekijk alle activiteiten op www.stichting-pulse.nl/activiteiten/index.

2. Zijn er mensen met wie u een oppervlakkig contact hebt dat u zou willen verdiepen? Praat over wat u de laatste tijd bezighoudt en vraag daar ook bij de ander naar.



7. Vrijwilligerswerk zorgt vaak voor meer contacten en het gevoel iets te betekenen voor een ander en de maatschappij. Bekijk de vacatures op www.vrijl.nl of www.zorgvoorelkaar.com.

3. Durf hulp te vragen! Mensen doen vaak graag iets voor een ander.



4. Bied buren of kennissen uw hulp aan, bijvoorbeeld op de hond passen of een klusje doen.

5. Zoek lotgenoten, bijvoorbeeld via het Steunpunt Mantelzorg of het Mama Café.

10. Liever een persoonlijk advies? Neem dan contact op met Pulse via 030 - 686 80 30 of info@stichting-pulse.nl.



8. Loop eens binnen bij een van de buurtkamers voor een kop koffie.

9. Lucht uw hart bij een telefonische hulplijn of chat, bijvoorbeeld via www.hetluisterendoog.nl.

Zoveel mensen zoveel maatjes



Maatjesprojecten bereiken kleine effecten die bij elkaar grote positieve gevolgen hebben. Dat blijkt uit recent onderzoek van Movisie*. De belangrijkste effecten liggen op psychologisch en sociaal-communicatief vlak, zoals het vergroten van zelfvertrouwen en het stimuleren van positieve relaties. Maatje Suzanne: 'Je ziet dat mensen het fijn vinden als je langs bent geweest. Dat er iemand voor hen is.'

Kletsen, wandelen, fietsen of samen in de zon een terrasje pakken. Het doel: sociaal isolement doorbreken, iemand op weg helpen als het leven even niet lekker loopt of gewoon gezelligheid bieden aan iemand met een klein netwerk. Gemiddeld zien maatjes elkaar een jaar lang zo'n twee uur per week. Maar veel korter of langer kan ook, afhankelijk van de wensen van de hulpvrager en de mogelijkheden van het maatje.

Vrijwillige verbintenis

De vrijwillige maatjes zijn jong, oud, man of vrouw. Maar ze hebben een aantal gemeenschappelijke kenmerken: ze kunnen allemaal goed luisteren, zijn positief ingesteld en bereid om voor langere tijd vrijwillig een verbintenis met een ander aan te gaan. De mensen die een maatje zoeken zijn net zo divers: ouderen, mensen met een (lichte) verstandelijke beperking of een psychiatrische achtergrond. Maar ook mensen die om andere redenen een klein netwerk hebben, bijvoorbeeld door een verslavingsverleden.

Populair

Stagiaires Suzanne Muijs en Ody van 't Veer werken bij Sociale Activering, het team dat mensen toeleidt naar vrijwilligerswerk, activiteiten en maatjes. Zelf zijn ze ook maatje. Maatjesprojecten zijn populair en de vraag naar maatjes is groot, niet alleen vanuit Pulse, maar ook vanuit andere organisaties, zoals Reinaerde en stichting de Zonnebloem. Suzanne: 'Er is zelfs een wachtlijst.' In Lopik is er minder vraag naar maatjes dan in IJsselstein. 'Daar regelen burgers het contact vaker onderling.'

Chemie

Uit onderzoek blijkt dat een goede matching een van de belangrijkste succesindicatoren is van effectieve maatjesprojecten. Het ontstaan van 'chemie' tussen de hulpvrager en vrijwilliger draagt in grote mate bij aan belangrijke relationele aspecten, zoals vertrouwen, openheid en commitment. Daarom wordt niet iedereen die gezelschap zoekt klakkeloos aan een maatje gekoppeld. Suzanne:

'Bij de intake van de hulpvrager vragen de medewerkers goed door. Wat is het voor iemand en wat mist diegene precies? Wil iemand graag wandelen en gaat het meer om de activiteit, dan zoeken we een wandelgroep. Geeft iemand aan dat hij iets te doen wil hebben, dan is vrijwilligerswerk misschien een optie. Maar is iemand niet zo sterk in het contact met anderen of wordt hij of zij in een groepsactiviteit helemaal ondergesneeuwd, dan is een maatje geschikt.' Ook met alle vrijwilligers wordt een uitgebreid gesprek gevoerd om ze goed te leren kennen. Alleen dan kan er goed gematcht worden. En of het dan echt klikt, dat blijkt natuurlijk pas in de praktijk.

Elkaar aanvullen

De beste match is er niet altijd per definitie een op basis van dezelfde kenmerken en interesses. Verschillende karakters kunnen elkaar juist aanvullen. Ook hoeven maatjes niet altijd van dezelfde generatie te zijn. Ody (21) is bijvoorbeeld maatje van een oudere alleenstaande vrouw met

*Movisie is het landelijk kennisinstituut voor de aanpak van sociale vraagstukken.



psychische problemen. 'Ondanks het leeftijdsverschil heb ik een klik met haar. Ik dacht eerst dat ze me te jong zou vinden, maar ze zegt juist: 'Leuk, een jonge meid in huis!' Suzanne: 'Of je nou jong of oud bent, mensen zijn dankbaar als je langs bent geweest of als je met hen een leuke activiteit hebt ondernomen.'

Niet alleen ouderen

Overigens is het stereotype beeld van de eenzame oudere die een maatje zoekt onjuist. Zo ziet Suzanne nu een jongen die in behandeling is voor zijn drugsverslaving. Hij ziet zijn familie niet meer en is uit zijn oude, 'foute' vriendengroep gestapt. 'Zijn sociale netwerk is ineens klein geworden, terwijl hij juist mensen nodig heeft om zijn verhaal bij kwijt te kunnen.' Suzanne is ook maatje van een man met het syndroom van Down. Met hem gaat ze vaak boodschappen doen. 'Dat vindt hij geweldig!'

Duidelijke afspraken

Maatje zijn is dankbaar werk. Maar om het leuk en haalbaar te houden, moeten vrijwilligers zich realiseren dat ze geen hulpverleners zijn. Er zijn soms wel doelen waar hulpvragers aan willen werken, maar gezelschap en contact staat centraal. Suzanne: 'Het is belangrijk dat je als maatje grenzen stelt, om te voorkomen dat een hulpvrager meer tijd van je eist dan jij als vrijwillig maatje eigenlijk kwijt wil zijn. Hierover kun je van tevoren duidelijke afspraken maken met elkaar. Ook moet je voorkomen dat de hulpvrager te veel van je vraagt, bijvoorbeeld op het gebied van lichamelijke hulp, zoals helpen bij naar het toilet gaan, of op psychisch gebied. Dit is niet de bedoeling van een

maatje. Je bent een luisterend oor.' Ody: Voor de hulpvrager is het ook belangrijk om duidelijk te weten welke hulp er wel en niet mogelijk is tijdens het maatjescontact. Hij of zij kan voor andere hulpvragen altijd bij een medewerker van Sociale activering terecht.'

Ody: 'Een alleenstaande vrouw waarvan ik maatje ben, woont in een flat met veel andere leuke dames. Ik zeg dan wel eens: 'misschien wil een van de buurvrouwen een kopje koffie komen drinken?' Ik ben dan wel de persoon die haar daarin kan stimuleren.'

*Bronnen:
Een maatje voor iedereen, Potting en van der Tier, Movisie, 2015.*

Maatjes gezocht: De impact van maatjeswerk en de campagne van het Oranje Fonds, Verwey-Jonker Instituut, 2013.

'Ondanks het leeftijdsverschil heb ik een klik met haar'

'Mensen zijn dankbaar als je langs bent geweest'

Suzanne Muijs



Een greep uit de opbrengsten van maatjesprojecten:

- Minder overlastgevend gedrag
- Minder fysieke klachten
- Meer zelfoplossend vermogen
- Meer zelfvertrouwen
- Meer vertrouwen in de toekomst
- Meer sociale contacten
- Betere schoolprestaties
- Minder spijbelen

Ody van 't Veer

'De kracht van samenleven is samen dingen doen, in de buurt'

Vanwege haar Lopikse roots vroeg Pulse Dieny Scheffer-Versluis in 2014 om toe te treden tot de Raad van Toezicht. In Lopik was ze 35 jaar werkzaam in het onderwijs, onder andere als directeur van basisschool de Regenboog. Als Provinciale Statenlid, raadslid en wethouder was ze ook politiek actief. Dieny twijfelde geen moment om toezichthouder te worden. 'Welzijn en het ondersteunen van vrijwilligers, dat is waardoor de samenleving kan functioneren. De kracht van samenleven is samen dingen doen, in de buurt.' In 2015 werd ze voorzitter.

Over werken in de wijk:

'Dat is de basis van het welzijnswerk. In de wijk ontmoet je de eenzamen, de jeugd, de ouderen, daar zijn geen aparte hokjes. In IJsselstein heb je verschillende wijken, in Lopik negen verschillende kernen. Om het werk goed te kunnen doen, moet je de cultuur van al die wijken en kernen goed kennen. Waar ontmoeten mensen elkaar? Hoe sterk is de binding? Waar komen mensen de deur voor uit? Buurtwerk is maatwerk. Medewerkers van Pulse werken integraal samen. De opbouwwerker wisselt ervaringen uit met de jongerenwerker. Daardoor kom je er achter waarom je in de ene wijk wel bij mensen binnenkomt en in de andere wijk niet en kun je inschatten welke initiatieven kans van slagen hebben en welke niet.'

Over opvoeden en opgroeien:

'Een voorwaarde om je als kind te kunnen ontplooiën is opgroeien in een veilige omgeving. Ontplooiën is talenten benutten, een kind stimuleren en waarderen, een goed zelfbeeld geven. Pulse steekt daarop in met de VVE en opvoedondersteuning. Er is bovendien veel aandacht voor preventie, bijvoorbeeld in het JIP en door de buurtcoaches. Er wordt goed samengewerkt in de jeugdteams. Het is ook prettig dat de jongerenwerkers al behoorlijk lang bij Pulse werken. Daardoor kunnen zij een vertrouwensband met jongeren opbouwen.'

Over sociaal isolement:

'Dit werkveld vraagt om continue deskundigheidsbevordering van professionals, iets waar Pulse veel aandacht voor heeft. Medewerkers moeten meegenomen worden in nieuwe denkwijzen en behoeft worden voor de valkuilen. Werken aan sociaal isolement is meer dan een middagje uit. Het verwachtingspatroon van mensen is belangrijk bij het gevoel van eenzaamheid. Uit onderzoek blijkt dat mensen in Lapland zich minder eenzaam voelen dan in Italië, puur omdat ze in Lapland door de verre afstanden niet verwachten dat hun kinderen iedere dag op de stoep staan. In Italië voelt een moeder zich al eenzaam als haar kinderen twee dagen niet komen.'

Over hulp in en rondom huis:

'Prettig wonen in je eigen omgeving is een van de hoofddoelstellingen van Pulse. Het is een breed en diffuus veld, dat continu aan verandering onderhevig is. Dat vraagt veel alertheid van de organisatie. Denk aan de overheveling van de Wmo van het rijk naar de gemeenten.

Medewerkers moeten de beleidslijnen volgen, op tijd weten wat de gevolgen van wetgeving inhoudt en inspelen op veranderingen. Dat vraagt veel tijd en deskundigheid. Gelukkig weet Pulse daarin nog steeds maatwerk te leveren. Maaltijdbezorging, vervoer, hulp bij kleine klusjes: niet iedereen heeft hetzelfde nodig. De organisatie zoekt steeds naar een weg om mensen zo goed mogelijk te helpen. En dat lukt voortreffelijk.'

De Raad van Toezicht van Pulse bestaat naast voorzitter Dieny Scheffer - Versluis uit Marlieke Sijbrandij - Endert, Rob de Paauw, Ed Booms en Thijs de Jong.



PULSEBEDANKT

al haar **partners**
voor de goede **samenwerking** in **2015**

Abrona | Actiz | ANBO | AxionContinu | Baanbreker | Bibliotheek Lek & IJssel
| BSO IJsselstein | Cals College | CJG | El Amal | Fulco Theater | Gemeente
IJsselstein | Gemeente Lopik | Gemeente Nieuwegein | Geranos | GGD | Halt
| Handje Helpen | Van Houten & Co | Huisartsen | Jantje Beton | Jan van
Ieperen Fonds | Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) | Jeugdteam IJsselstein
| Kerken in Lopik en IJsselstein | Lionsclub IJsselstein Lopikerwaard | Lister |
MEE | Mezzo | MOGroep | Moskee Taouba | Movactor | Movisie | Nationaal
Ouderenfonds | Oranje Fonds | De Participatieformule | Pauwbedrijven | PGIJ
| Philadelphia | Platform Samenleving IJsselstein | POG: Plaatselijk Overleg
Gehandicapten IJsselstein | Politie regio Lekstreek | Pretty Woman | Provi-
des | Rabobankfonds | Reinaerde | Rivas | Rode Kruis | RTV 9 | De Schouw
| De Schuilplaats | Sociaal Team IJsselstein | Stichting Fluenta | Stichting
Kursusproject IJsselstein | Stichting Lek en IJssel | Stichting Urgente Noden |
Stichting Vecht en IJssel | Stimulanz | Unie KBO | Vecht en IJssel | Verdiwel
| Vitras | Vluchtelingenwerk IJsselstein | Voedselbank Nieuwegein/IJsselstein
| Welzijn Montfoort | Welzijn Vianen | de Wereldwinkel IJsselstein | Werk en
Inkomen Lekstroom | IJsselstein betrokken | IJsselsteinse Vakantie Ontspan-
ning | Zenderexpress | Zenderstreek Nieuws | De Zonnebloem | Zorg voor
elkaar Lopik | Stichting Zorg op Maat | Bewonersgroepen: Achterveld-
groenvliet | IJsselveld-West | IJsselveld-oost | Europa-oranjekwartier | Zender-
park | Centrumgebied | Werkgroepen: Comité IJsselveld festivals | Knijper-
ploeg IJsselveld-Oost | Schoon is gewoon | Burenhulp IJsselveld-West |
Burenhulp Europa-Oranjekwartier | Actief Zenderpark | Molenzicht Tepestraat |
Bewoners Kasteelkwartier

VOLGONS

Blijf het gehele jaar **op de hoogte!**

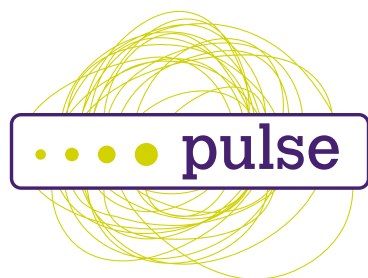


Ons IJsselstein



Stichting Pulse

Of schrijf je in voor de nieuwsbrief van je wijk op www.onsijsselstein.nl



Uitgave: Stichting Pulse
Adres: Postbus 29, 3400 AA IJsselstein
Bezoekadres: Jan van der Heydenweg 2C
3401 RH IJsselstein
030 686 80 30
info@stichting-pulse.nl
www.stichting-pulse.nl

Tekst en eindredactie: Ilse schrijft
Fotografie: Bernard Brosi, Barbara van Wijk van
Brievingh (pag. 14/15), Shutterstock, 2 MAAL EE
Ontwerp, illustratie en infographics: 2 MAAL EE
Ansichtkaarten mede dankzij: P.A.J. De Jong,
J. Schollaert, D. Rookens, J. Davis, Gemeente Lopik,
Gemeente IJsselstein, 2 MAAL EE
Drukwerk: AllColor