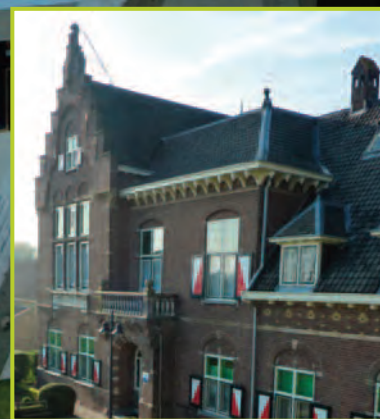


De Groene Gids

Algemeen informatieblad voor senioren
in IJsselstein en Lopik



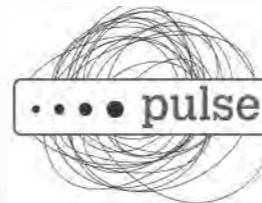
UITVAARTVERZORGING MIDLAND
06 53 53 68 88



*Voor een persoonlijk afscheid,
waardig en betrokken,
met zorg en aandacht uitgevoerd ...*

*Ook als u elders verzekerd bent en
voor mensen met een smalle beurs.*

René en Henriëtte Verweij
www.uitvaartverzorgingmidland.nl



De Groene Gids

JAARGANG 36
MAART 2016

De Groene Gids is
een uitgave van Pulse
voor 65-plussers.

Redactieadres:

Wijkservicecentrum De Oase,
Benschopperweg 342,
3401 BZ IJsselstein.
Tel. 030 - 68 68 030.
Samenstelling/lay-out/bezorging:
Redactieteam De Groene Gids.

Oplage: ca. 5.400 ex.
Druk: Van Midden, Benschop.

*De redactie van De Groene Gids
kan altijd bezorgers gebruiken.
Heeft u viermaal per jaar een
uurtje tijd voor een 'bezorg-
wandeling'? Meldt u zich dan aan
via de receptie van Pulse, locatie
De Oase. Tel. 030 - 68 68 030.*

Redactie IJsselstein:

Truus Admiraal, Cuuck Kiewiet-
van de Peppel, Ad Liesker,
Jacques Rietvelt en Jos Timmermans

Redactie Lopik:

Astrid Meijer-Haagen,
Agaath Velis-Spruit,
Machteld Zwanenburg

Advertenties IJsselstein:

Cuuck Kiewiet-v.d. Peppel,
tel. 030 - 688 59 15 -
E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Advertenties Lopik:

Machteld Zwanenburg,
tel. 0348 - 55 31 50 -
E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Bezorgklachten/aanmelding/ adreswijziging:

Marly Brand,
tel. 030 - 68 68 030 -
E-mail: m.brand@stichting-pulse.nl

Verspreiding IJsselstein:

Fam. Van Tuyl,
tel. 030 - 688 46 23

Verspreiding Lopik:

Agaath Velis-Spruit,
tel. 0348 - 55 27 81

© Foto omslag: Uit in IJsselstein

Van de redactie

Beste Groene Gids lezer,

Onderaan dit voorwoord ziet u een andere naam dan die u gewend bent. Dat klopt! Dionne van der Sluijs heeft het stokje aan mij doorgegeven. Dionne kreeg zo veel taken binnen Pulse dat is nagedacht over de taakverdeling. Vandaar dat aan mij is gevraagd of ik De Groene Gids onder mijn hoede wilde nemen. En dat doe ik maar wat graag!

Een aantal jaren terug was ik ook betrokken bij de totstandkoming van De Groene Gids. Helemaal onbekend is het dus niet voor mij. Ik zal mij nog even verder aan u voorstellen.

Ik werk nu ruim 15 jaar met heel veel plezier in IJsselstein. Ik heb verschillende projecten geleid en soms ook opgezet. Waarna een andere collega dit weer overnam om het nog verder uit te bouwen.

Op dit moment houd ik mij vooral bezig met ondersteuning bij de administratie en met het organiseren van informatiebijeenkomsten en ontmoetingsmogelijkheden voor senioren in IJsselstein. Leuk en afwisselend werk.

Geen dag is hetzelfde, geen dag verloopt volgens schema.

Er gebeurt ook zo veel! Dit weekend stonden er berichten in de krant dat uit onderzoek is gebleken dat het verlenen van mantelzorg door kinderen niet heel vanzelfsprekend is. Soms is de verhouding tussen ouders en kinderen moeizaam, soms die tussen de kinderen onderling. Of kinderen wonen verder weg, waardoor zij niet *even langs kunnen komen*. Hierdoor kan het zijn dat iemand niet de zorg en aandacht krijgt die nodig is. Een aantal van u zal hier zeker over kunnen meepraten.

Uit een ander onderzoek is gebleken dat het verlenen van burenhulp ook in kleine gemeenschappen soms moeilijk tot stand komt. Dit omdat men bang is privacy in te leveren en dat er over je geroddeld gaat worden.

Hoe kan nu toch bereikt worden dat ieder de hulp en aandacht krijgt, die nodig is? Met welke ontwikkelingen moet er verder nog rekening gehouden worden als je denkt aan ouderen in IJsselstein? En hoe gaan we dat dan met elkaar doen? Dit is wat Pulse, maar ook andere organisaties in IJsselstein bezig houdt. U zult er vast en zeker meer van gaan horen!

Ik wens u voor dit moment veel leesplezier in deze Groene Gids.

Vriendelijke groet,

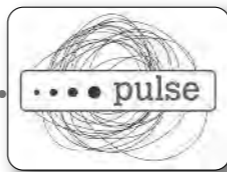
Truus Admiraal (E-mail: t.admiraal@stichting-pulse.nl)

Activiteiten IJsselstein: pag. 27 ❖ Activiteiten Lopik: pag. 33

INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS JUNI 2016
Tot uiterlijk **WOENSDAG 4 MEI 2016** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Pulse



Beste lezer van De Groene Gids,

De Groene Gids bevat, zoals u weet, ontzettend veel informatie over wat er allemaal georganiseerd wordt voor senioren in Lopik en IJsselstein. U ziet ook met regelmaat een oproep voorbij komen om ergens bij te helpen. En gelukkig wordt daar ook veel positief op gereageerd.



Maar het kan natuurlijk ook andersom. U heeft zelf wellicht ideeën over iets wat georganiseerd zou kunnen worden, over iets wat u belangrijk of nodig vindt, maar wat er nog niet is. Of niet bij u in de buurt. Of iets waar wel meer aandacht voor mag zijn. Dan wil ik u bij deze uitnodigen om daar wat mee te doen! Het is toch geweldig om terug te kunnen kijken op iets wat je helemaal zelf hebt gerealiseerd! Dat geeft enorm veel bevrediging.

En u kunt het ook helemaal zelf bepalen: u kunt doen wat u leuk vindt, op de manier waarop u het leuk vindt. En als je daar ook nog een ander plezier mee doet, of zorgt dat we wat meer naar elkaar omkijken met zijn allen, dan is dat helemaal mooi.

Natuurlijk, om zelf iets van de grond te trekken, dat is niet altijd makkelijk. Wij kunnen u helpen! Met raad: onze medewerkers hebben ontzettend veel ervaring met organiseren en regelen, kennen de wegen en wettelijke eisen en hebben een enorm netwerk. Maar ook met daad: wij kunnen uw taak verlichten met faciliteiten. Ook kan gekken worden of wij niet al iemand anders kennen, die hetzelfde wil als u en waar u mee samen aan de slag zou kunnen. Schroomt u vooral niet om ons te benaderen! U kunt contact opnemen met José van Vliet, j.vanvliet@stichting-pulse.nl of tel. 06 - 333 70 831. En er zijn ook financiële middelen beschikbaar. Iedere wijk van IJsselstein krijgt jaarlijks van de gemeente een budget, om kosten van bewonersinitiatieven te dekken. Ook hierover kan José van Vliet u alles vertellen.

Een mooi voorbeeld van iemand die gewoon doet wat hij leuk vindt en daarbij ook nog een maatschappelijk belang dient is mijn voorganger bij Stichting Pulse, Wim van Miltenburg. Hij houdt van wandelen. En dan niet zomaar een ommetje in de buurt. Een van zijn meest serieuze wandeltochten was een retourtje Rome! Hij heeft besloten zijn passie te combineren met een mooi maatschappelijk doel. Het aangename (voor hem) is een wandeling die op 1 maart 2016 is gestart. Bij de monding van de Rijn bij Hoek van Holland. Via de monding van de Donau in de Zwarte Zee (in Roemenië) gaat hij dan naar het eindpunt Istanbul. Het maatschappelijke doel dat hij aan deze reis koppelt is het Helen Dowling Instituut (HDI) www.hdi.nl. Dit instituut verleent psycho-oncologische zorg aan kankerpatiënten en hun naasten. Hij koos hiervoor vanwege zijn persoonlijke ervaringen met het belang van goede ondersteuning aan kankerpatiënten én hun omgeving. Wim is van plan om via sponsoring van zijn wandeltocht heel veel geld op te halen voor het HDI.

Ik vind het prachtig dat hij dit gaat doen. Een mooi voorbeeld van je eigen passie combineren met een maatschappelijke bijdrage. En daarom geef ik er via deze weg graag ruchtbaarheid aan. En doe ik bij deze de oproep aan iedereen om zijn maatschappelijk doel te doen slagen.

Bijdragen kan eenvoudig via: www.justgiving.nl/wimvanmiltenburg.

En voor iedereen, ook degenen die geen gelegenheid hebben om bij te dragen: de tocht van Wim is ook te volgen op de Facebook pagina <http://on.fb.me/1SIXZUI>

Mede namens Wim en mede namens het Helen Dowling Instituut,

Marion Wiendels, directeur/bestuurder Stichting Pulse

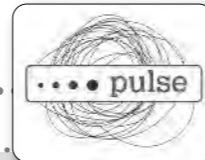
Uw wens onze zorg!

WWW.ZORGPLATFORM-GERANOS.NL
Postbus 257, 3400 AG IJsselstein • (030) 687 70 55 • info@geranos.nl

WiegandBruss.nl

LUST

Wiegand Bruss Optiek
Utrechtsestraat 64



Meldpunt Vrijwillige Thuishulp

Ruim 70 vrijwilligers zetten zich in bij de verschillende onderdelen van het Meldpunt, daardoor is het heel vaak mogelijk een vrijwilliger te vinden die goed aansluit bij uw vraag. Per situatie wordt een passende vrijwilliger gezocht.

OPROEP

Heeft u per week of per twee weken twee uurtjes beschikbaar om iets voor een ander te doen? Doordat we verschillende activiteiten hebben en voor een brede doelgroep actief zijn is er vast een activiteit die bij u past! Neem even contact op a.u.b.

Aanbod

Vrijwillige Thuishulp IJsselstein

Vrijwilligers kunnen u helpen bij: boodschappen doen; bezoek voor de gezelligheid; medicijnen ophalen; samen wandelen; begeleiding naar arts of ziekenhuis etc. Deze hulp is kosteloos.

Klussencentrale

Vrijwilligers van de klussencentrale doen voor u kleine klusjes in en om het huis zoals: het ophangen van een schilderij of een plank; advies over omgaan met reparatie van een stopcontact of lamp, kleine tuinklusjes zoals het knippen van een heg, onkruid wieden, en snoeien.

Een klus mag maximaal twee uur duren. De kosten bedragen € 5,00 voor het eerste uur en € 3,00 voor het tweede uur. Deze dienst is bedoeld voor mensen met een beperking van de eigen mogelijkheden door bijv. ouderdom of ziekte die in de eigen omgeving niemand hebben die dit voor hen kan doen en financieel niet in staat zijn om professionele hulp in te schakelen.

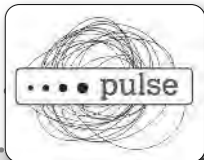
Ook voor deelname aan de Telefooncirkel, Stukkie fietsen of het inschakelen van een vrijwilliger die uw partner met een ziekte of beperking gezelschap houdt kunt u contact opnemen!

U kunt van maandag t/m vrijdag contact opnemen met het Meldpunt Vrijwillige Thuishulp van 09.00 tot 11.00 uur. U wordt dan geholpen door één van onze vrijwillige coördinatoren; buiten deze tijden kunt u een bericht achterlaten bij de receptioniste of een e-mail sturen.

Telefoon: 030 - 68 68 030

E-mail: meldpunt@stichting-pulse.nl

Coördinator: Wilma Kleijweg, w.kleijweg@stichting-pulse.nl



Meldpunt Vrijwillige Thuishulp Lopik

Woont u zelfstandig, maar heeft u wel eens hulp nodig bij de dagelijkse dingen? Lijkt het u prettig als iemand u helpt bij klusjes in en rondom huis. Dan kunt u gebruik maken van Meldpunt Vrijwillige Thuishulp Lopik.

Hier kunt u terecht als u op zoek bent naar een vrijwilliger die u mogelijk een handje kan helpen. U kunt voor verschillende zaken een beroep doen op het Meldpunt. Bijvoorbeeld een klusje in en rondom huis. Zoals het ophangen van een schilderij of lamp, het verplaatsen van een meubel of vervanging van een kraanleertje. Kleine tuinklusjes zijn ook mogelijk. Een klus mag maximaal 2 uur in beslag nemen. U betaalt een kleine eigen bijdrage voor de klus van € 5,00 per keer. Dit bedrag betaalt u contant aan de vrijwilliger die de klus uitvoert. Meer weten of een klus melden? Elke woensdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur is er een inloopspreekuur in het Dorpshuis De Schouw.

Hier kunt u terecht met uw vragen of u kunt ons telefonisch bereiken onder nummer 06 - 813 13 623 of mailen naar: meldpunt-lopik@stichting-pulse.nl.

Iedere dag een telefoontje

Woont u alleen? En geeft het u een gerust gevoel als er dagelijks even iemand naar u omkijkt? Doe dan mee aan de Telefooncirkel. De Telefooncirkel is een groep mensen die elkaar dagelijks belt. Dat gebeurt in een vaste volgorde en op een vast tijdstip.

Zo wordt u steeds door dezelfde persoon gebeld. Daarna belt u zelf de volgende van de lijst. U geeft naast uw telefoonnummer ook contactgegevens door van twee personen die een sleutel van uw huis hebben. Indien u niet opneemt, wordt de coördinator van de Telefooncirkel gebeld. Deze checkt of er iets aan de hand is, bijvoorbeeld door iemand die uw sleutel heeft te bellen en te vragen of hij of zij langs wil gaan. Het is geen probleem als u eens een dagje weg bent of een tijdje met vakantie. Als u het doorgeeft, passen wij voor die periode de bellijst aan. Meer weten?

Kijk op www.stichting-pulse.nl/telefooncirkel of bel naar 0348 - 79 20 06 of mail: i.nederend@stichting-pulse.nl.

Thuisadministratie

Hulp nodig bij uw administratie? Misschien kunnen vrijwilligers van Pulse u hierbij helpen. Administratie op Orde is bedoeld voor inwoners die ondersteuning nodig hebben bij hun administratie omdat zij dit niet zelf kunnen en omdat er niemand in het netwerk is die dat kan doen.

Als wij uw aanmelding binnen krijgen, komt de coördinator bij u langs voor een intake-gesprek. Tijdens dit gesprek wordt er gekeken waar u eventueel hulp en ondersteuning bij nodig heeft en of wij u daarmee verder kunnen helpen. Hierna gaat de coördinator op zoek naar een geschikte vrijwilliger die bij u langskomt. Deze vrijwilliger kan u helpen bij onder andere het lezen en beantwoorden van brieven, ordenen, invullen van formulieren en uitkomen met uw inkomen (budgetteren) enz. U wordt gestimuleerd zoveel mogelijk zelf te doen, de vrijwilliger adviseert en ondersteunt. U blijft zelf verantwoordelijk voor uw administratie! Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden? Elke woensdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur is er een inloopspreekuur in het Dorpshuis De Schouw. Hier kunt u terecht met vragen rond uw administratie of u kunt ons telefonisch bereiken onder nummer 06 - 813 13 623 of mail naar administratie-op-orde@stichting-pulse.nl.

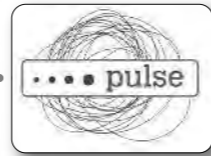


Oproep

De vrijwilligersraad is op zoek naar mensen die zich beschikbaar willen stellen om de belangen van de vrijwilligers van Pulse te behartigen. Het gaat allemaal officieel met een kandidaatstelling, maar het is fijn als geïnteresseerden zich nu al aanmelden. Nu Lopik ook tot Pulse is toegetreden willen we graag aanvulling vanuit Lopik hebben. Bellen met de secretaris kan, of stuur een e-mail. Zij zal u uitgebreid kunnen vertellen wat het werk inhoudt en wat van de leden wordt verwacht. En ook hoe leuk en zinvol het werk is.

Secretaris van de vrijwilligersraad is Wil van Boheemen, tel. 030 - 687 05 46 of 06 - 223 61 405.
E-mail: a.boheemen@kpnplanet.nl.

Pulse Activiteiten IJsselstein



IJSELSTEIN

Steunpunt Mantelzorg IJsselstein

Lotgenotencontact en Alzheimercafé

De ervaring leert dat mensen in een vergelijkbare positie elkaar veel te bieden hebben, om die reden organiseert het Steunpunt Mantelzorg lotgenotencontact. Hieronder ziet u wanneer. Wilt u eens overleggen of dit iets voor u is dan kunt u eerst even bellen met de coördinator van het Steunpunt Mantelzorg. Alle hieronder genoemde activiteiten vinden plaats in Wijkservicecentrum De Oase, Benschopperweg 342, telefoon 030 - 68 68 030. Tenzij anders wordt vermeld.

Agenda IJsselstein, januari t/m augustus 2016

- **Koffieochtend voor Mantelzorgers die zorgen voor iemand met een somatische ziekte (lichamelijke ziekte)**
Wanneer je zorgt voor iemand heb je te maken met allerlei instanties en regelingen, soms kun je praktische tips gebruiken en emotioneel kan het ook een groot beroep op u doen. In aanwezigheid van C. Bos-Hensbergen, wijkverpleegkundige bij Vitras en Wilma Kleijweg, worden ervaringen gedeeld en tips uitgewisseld. Dinsdagochtend 12 april, 7 juni, 9 augustus van 10.00-12.00 uur. De koffie staat klaar!
- **Koffie/contactochtend voor mantelzorgers van mensen met dementie**
Dinsdagochtend 29 maart, 24 mei, 2 augustus van 10.15 uur tot 12.00 uur.
Gespreksleiding Wilma Kleijweg en Olivia Maduro, case manager dementie en hoofd van dagbehandeling de Isselhof.
- **Contactbijeenkomst voor naasten van mensen met psychiatrische problemen**
Op maandagavond om 19.30 uur, zes keer per jaar in de locatie van Lister aan het Eurovisieplein 1.
Gespreksleiding Janny Leeftang van Lister en Wilma Kleijweg. Heeft u interesse en wilt u informatie neem gerust even contact op om te horen wat de volgende datum is.
- **Koffie/Contactgroep voor mantelzorgers die betrokken zijn bij Niet Aangeboren Hersenletsel (N.A.H.)**
Deze groep wordt ondersteunt door Marieke Decnop, een zeer ervaren vrijwilliger. Heeft u ook te maken met veranderd gedrag bij uw partner als gevolg van een herseninfarct of beroerte? Bent u geïnteresseerd om uw ervaringen met anderen te delen neemt u dan even contact op.
- **Activiteit voor V.I.P.S.**
Dit zijn activiteiten voor jonge mantelzorgers van 12-23 jaar. De uitvoering vindt plaats in samenwerking met het jongerenwerk van Pulse. Meld je aan en ontvang de uitnodiging.
- **Alzheimercafé**
Elke eerste woensdag van de maand. Een bijeenkomst die op een feestdag valt wordt verschoven. **Waar?**
In De Oase, het Wijkservicecentrum van Stichting Pulse, Benschopperweg 342 te IJsselstein. De zaal is open om 19.00 uur, de aanvang is om 19.30 uur. U kunt gehaald worden door de bus van Pulse. Voor busreservering kunt u tot een dag van tevoren bellen: tel. 030 - 68 68 031.



2 Maart 2016: Dilemma's bij het leven met iemand met dementie

Hoe ga je als familielid om met soms dagelijks terugkerende dilemma's? Frans Hoogeveen – ouderenpsycholoog en lector Psychogeriatricie aan De Haagse Hogeschool – is vanavond onze gastspreker.

6 April 2016: Ons leven met dementie

Portret van een echtpaar uit onze regio. Hoe beleven zij deze ziekte, waar vinden zij steun?

11 Mei 2016: Dementie en rechtsvertegenwoordiging

Wanneer een dementerende niet meer voor zijn rechten kan opkomen hoe wordt dit dan geregeld? Het is goed om praktische zaken goed te regelen.

1 Juni 2016: Sfeervolle afsluiting van het seizoen

Gezellige afsluiting van het seizoen met een hapje, een drankje. Het Alzheimer Café wordt georganiseerd door: AxionContinu, Vitras/CMD, huisartsen Medische Maatschap IJsselstein, Vecht en IJssel, locatie Ewoud en Stichting Pulse onder verantwoording van Alzheimer Nederland. www.alzheimer-nederland.nl/lekstroom.

Aanschuifmaaltijd voor mantelzorgers in IJsselstein op 11 maart

Genieten van een gezellige en ontspannen maaltijd. Angela Staats van Ysselstaete stelt haar keuken en kunde op vrijdag 11 maart ter beschikking.



Met hulp van vrijwilligers zal er een heerlijk en gezond drie-gangen menu verzorgd worden. Er is plaats voor 20 mantelzorgers. Wacht u niet te lang met aanmelden want vol is vol, helaas!

Wanneer: 11 maart 2016, vanaf 17.30 uur, ontvangst met een drankje.

Waar: Vergadercentrum Ysselstate, Industrieweg 31, 3401 MA IJsselstein.

Eigen bijdrage: € 5,00 p.p.

Aanmelden graag per e-mail: w.kleijweg@stichting-pulse.nl of tel. 030 - 68 68 030.

Administratie op Orde

Het is weer de tijd van het jaar dat u de aanslagen voor de gemeentelijke belastingen van de BghU en de BSR ontvangt. Denkt u in aanmerking te komen voor kwijtschelding omdat uw inkomen rondom bijstandsniveau is? Wij van de Administratie op Orde kunnen u helpen met het aanvragen en/of het invullen van het kwijtscheldingsformulier.

Ook met andere vragen over bijvoorbeeld toeslagen, uitkeringen of brieven of voor hulp bij het invullen van formulieren kunt bij ons terecht. Wilt u langdurige hulp bij het ordenen van uw administratie? Ook dat is mogelijk! Wij hebben vrijwilligers die u daarbij kunnen helpen. Samen bespreken we welke hulp en ondersteuning u nodig heeft, waarna de vrijwilliger u daarbij gaat helpen. De inloopspreekuren zijn op de woensdagen van 09.30 tot 11.30 uur (Marinus Vermeerplein 1) en op de vrijdagen van 10.00 tot 12.00 uur (Jan van der Heydenweg 2C).

U kunt ook contact opnemen met de coördinatoren van Administratie op Orde: Truus Admiraal of Veerle van Steenhardt Carré, tel. 030 - 68 68 030.

Of mail naar t.admiraal@stichting-pulse.nl of v.vansteenhardtcarre@stichting-pulse.nl.



INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS JUNI 2016

Tot uiterlijk **WOENSDAG 4 MEI 2016** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

MFC Sterrenwacht



MFC Sterrenwacht is een wijkcentrum waar verschillende activiteiten plaatsvinden. De activiteiten worden georganiseerd door bewoners of door vrijwilligers, soms gecoördineerd door een beroepskracht van Pulse. Zie voor alle activiteiten het overzicht achterin deze Groene Gids. Hebt u ideeën voor activiteiten of wilt u zelf iets organiseren? Neem dan contact op met de coördinator van MFC Sterrenwacht, Truus Admiraal, tel. 030 - 687 74 36 of de receptie van Pulse. Tel. 030 - 688 70 30. Mailen kan naar: t.admiraal@stichting-pulse.nl.

De Huiskamer in MFC Sterrenwacht

Op dinsdag en donderdag komt een groep ouderen bij elkaar in MFC Sterrenwacht om met elkaar de dag door te brengen. Het is altijd heel gezellig! Bij binnenkomst staat de koffie al klaar. Eerst even bijpraten en daarna allerlei verschillende activiteiten doen.

Wat precies? Dat hangt er van af wat iedereen leuk vindt om te doen. Zelf iets meenemen wat u graag aan de anderen wilt laten zien? Prima! Er wordt hersengymnastiek gedaan, er wordt gekeken naar de actualiteit en er worden allerlei spelletjes gedaan zoals bijvoorbeeld rummikub of triominos. Maar we laten de hersenen niet zitten!

Ook balspelen en andere bewegingsactiviteiten worden gedaan. Iets creatiefs? Samen een dagje uit? Kan ook! Winkelcentrum De Clinckhoeff is vlakbij. Sommigen lopen daar even naar toe om wat boodschappen in huis te halen: helemaal goed! Zo blijft ieder actief en zorgt deels voor de eigen daginvulling. Er zijn vrijwilligers die samen met u kunnen bespreken wat u leuk vindt om te doen.



Belangstelling? Wilt u wel eens weten of dit iets voor u is? Loop dan gerust even binnen!

Uitgebreider kennismaken? Dan is het beter een afspraak te maken met de coördinator van Pulse: Truus Admiraal, tel. 030 - 68 68 030 of t.admiraal@stichting-pulse.nl.

Tips voor uw gezondheid

Zijn uw pillen nog wel goed voor u?

Heeft u misschien last van bijwerkingen van uw geneesmiddelen? Werken ze wel goed genoeg of heeft u nog klachten? En lukt het met het innemen? Veel ouderen gebruiken geneesmiddelen die niet meer werken, bijwerkingen hebben of waar inmiddels een beter middel voor is. Soms kan het ook erg lastig zijn om al die pillen goed en op tijd in te nemen. Soms moeten mensen worden opgenomen in het ziekenhuis door een bijwerking van hun geneesmiddel.

Iedereen van 65 jaar of ouder die 5 of meer geneesmiddelen gebruikt mag daarom vragen om een *medicatiebeoordeling*. Dit is een gesprek met de apotheker over uw geneesmiddelen. In dit gesprek bespreekt u of alle pillen nog doen waarvoor u ze slikt, of ze bijwerkingen hebben en of het misschien makkelijker kan. Vaak levert dit wat op: er kan misschien wat af, soms is er iets beters of kan het eenvoudiger. Ook kan het zijn dat er extra controle nodig is of een bezoek aan de huisarts.

Samen met de apotheker bespreekt u wat u wilt met uw pillen en of alle pillen geschikt zijn voor u. De apotheker controleert of alles veilig is voor u met uw aandoeningen, nieren, lever en of de combinatie goed is. Als u samen denkt dat het beter kan dan kunt u of de apotheker dit bespreken met de huisarts.

Laatst sprak ik een mevrouw die last had van dikke enkels. Door het veranderen van haar bloeddrukpillen waren de dikke enkels en ook de opvliegers verdwenen. Ze gebruikte daarnaast ook twee verschillende bloedverdunders, 3 pillen per dag, die we konden vervangen door één. Een man kon ik helpen door samen een schema te maken voor het innemen van zijn medicatie. Hij was de hele dag door pufjes aan het nemen en het kon ook naar twee keer op een dag inhaleren met minder apparaatjes.

Deze pillencheck wordt vergoed vanuit uw basisverzekering. Bij sommige verzekeringen telt het mee voor het eigen risico bij anderen niet. U kunt hiervoor een afspraak maken bij uw eigen apotheker.



Anne Leendertse, apotheker; apotheek Zenderpark IJsselstein

avW
assurantiekantoor
van WIJK

www.vanwijkadvies.nl

Met een goede adviseur staat u er niet alleen voor

Voor een uitstekend advies over verzekeringen, hypotheek, pensioenen en sparen bent u bij ons aan het juiste adres. Loop daarom eens bij ons binnen in de binnenstad.

Hofstraat 2a, IJsselstein - Tel. 030 - 688 3941

Deskundig, betrouwbaar en betrokken.

Beddenspecialzaak CityBed



Wij zijn o.a. dealer van de topmerken:



Bij ons kiest u voor kwaliteit, service en goed advies

Wij hebben een uitgebreide keus in:

- ledikanten • boxsprings • matrassen • dekbedden
- dekbedvertrekken • hoeslakens • moltons
- dekens • spreien • lattenbodems • spiralen
- minimaal 25 soorten hoofdkussens etc.

KORTOM: ALLES VOOR EEN GOEDE NACHTRUST!

Beddenspecialzaak CityBed • Utrechtsestraat 20
3401 CV IJsselstein • Tel. 030 - 687 03 21
WWW.CITYBEDIJSELSTEIN.NL

U kunt altijd even bij ons binnenlopen

..... voor kleine en grote vragen over medicatie, of voor een zelfzorgadvies.

Wij helpen u graag!

Apotheek Zenderpark
Persoonlijk, Deskundig en Vertrouwd



Tiranastraat 1, 3401 GJ IJsselstein
030-6868666

info@apotheekezenderpark.nl
www.apotheekezenderpark.nl

Ondersteuning bij het huishouden

Als het schoonhouden van uw huis steeds meer moeite kost, dan kunt u zich melden bij het Sociaal Team. Een medewerker van het Sociaal Team komt bij u thuis voor een gesprek. Dit gesprek is bedoeld om een goed beeld van uw situatie te krijgen. Het kan zijn dat u op meerdere vlakken ondersteuning nodig heeft. De medewerker zal vooral naar u luisteren en vragen stellen.

Wat kunt u zelf doen en regelen? Zijn er mensen in uw omgeving die u kunnen helpen in de huishouding? Zijn er misschien andere mogelijkheden geschikt voor u? Samen gaat u op zoek naar oplossingen. De afspraken die u daarover maakt, worden vastgelegd in een verslag met concrete acties.

Uit het gesprek kunnen verschillende oplossingen naar voren komen zoals:

- **Eigen oplossingen**

U kunt hierbij denken aan het inschakelen van een particuliere huishoudelijke hulp. Of aan het verspreiden over de week uitvoeren van de schoonmaakwerkzaamheden.

- **Sociaal netwerk**

Personen in uw sociale netwerk nemen huishoudelijke taken van u over.

- **Algemeen gebruikelijke voorziening**

Een algemeen gebruikelijke voorziening, zoals een wasmachine, wasdroger, afwasmachine of boodschappenservice kan een oplossing zijn. Of een vergoeding van kortdurende huishoudelijke hulp door de (zorg)verzekering.

Wist u dat?

Het Sociaal Team in februari is verhuisd van de Heemradenlaan naar **Poortdijk 34F, 3402 BS in IJsselstein**. Op werkdagen bereikbaar is tussen 09.00 en 17.00 uur
Tel.: 030 - 765 00 26
Email: info@sociaalteam.nu
Internet: www.sociaalteam.nu
Inloopsprekuren van ma. t/m do. van 09.00-10.00 uur.

Blijken dit geen gepaste oplossingen te zijn, dan kunt u een aanvraag doen voor ondersteuning bij het huishouden. Met de zorgaanbieder voor huishoudelijke ondersteuning bepaalt u hoe een schoon en leefbaar huis bereikt kan worden. Welke werkzaamheden er nodig zijn en welke tijd daarvoor nodig is.

Tijdelijke mogelijkheid: extra uren huishoudelijke ondersteuning tegen laag tarief

De gemeente IJsselstein biedt in 2016 samen met de zorgaanbieders de mogelijkheid om tegen een laag tarief aanvullende uren huishoudelijke ondersteuning in te kopen. Dit is in aanvulling op uw indicatie huishoudelijke ondersteuning. Het gaat om huishoudelijke ondersteuning die niet noodzakelijk is, maar die u wel graag zou willen ontvangen. Deze extra huishoudelijke ondersteuning kost u € 9,00 of € 10,00 per uur, afhankelijk van de zorgaanbieder. Met uw zorgaanbieder maakt u afspraken over de extra huishoudelijke ondersteuning. De kosten ervan betaalt u rechtstreeks aan de zorgaanbieder.

Goed om te weten is dat deze uren **niet** als vervanging van de geïndiceerde uren ingezet worden. Deze uren worden ook niet belast met een inkomensafhankelijke bijdrage van het CAK. Het zijn uren die vrijwillig ingekocht worden als extra op de indicatie.

Tentoonstelling: Over Wed, Koningstraat en Schuttersgracht bij MIJ

12 december 2015-29 mei 2016

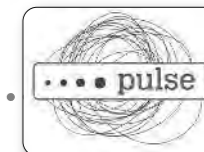
Tot en met 29 mei 2016 is bij MIJ de tentoonstelling *Over Wed, Koningstraat en Schuttersgracht* te zien. De IJsselsteinse Schuttersgracht kent een lange en bewogen geschiedenis. In de tentoonstelling in 't Straatje is er aandacht voor verleden, heden en toekomst van deze straat in de historische binnenstad van IJsselstein. De tentoonstelling illustreert de ontwikkelingen aan de hand van foto's, tekeningen en een schilderij.

mij museumijsselstein

Walkade 2, 3401 DS IJsselstein
Website: www.museumijsselstein.nl
Tel. 030 - 688 68 00 - Museum open:
wo. t/m zo. van 13.00 tot 17.00 uur.



Pulse Activiteiten IJsselstein/Lopik



Koningsdag 2016:

27 April vieren we weer Koningsdag in De Oase. De entree is gratis en we gaan proosten met een glaasje Oranjebitter samen met de nieuwe burgemeester Patrick van Domburg. Tevens wordt er een loterij gedaan waar leuke prijzen mee zijn te winnen. Houdt u de Zenderstreek, het AD en de flyers in de gaten?

Spellenmiddag:

1x per maand is er op zondagmiddag een Spellenmiddag in De Oase. U kunt komen spelen wat u wilt. Kaarten, Yahtzee, Mahjong, Scrabble, Dammen, Knutselen. Entree is gratis en koffie/thee en een drankje is tegen betaling. Voor de lekkere trek wordt er een bitterbal geserveerd. De datum wordt bekend gemaakt in de krant, Facebook en flyers in De Oase. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Greet Gijsen. Telefoon 030 - 68 68 030. Wij zien u graag op de Spellenmiddag.



Gratis maaltijd bij magnetron maaltijden

Heeft u niet altijd zin om te koken? Lukt het u niet altijd om te koken? De maaltijdvoorziening van Pulse maakt het u dan een stukje gemakkelijker. De maaltijden worden in IJsselstein en Lopik e.o. bezorgd. Het aanbod is enorm gevarieerd. U heeft keuze uit 70 verschillende maaltijden waaronder rundvlees, varkensvlees, kip en kalkoen, vis en vegetarisch, 10 soepen en 8 toetjes en 3 salades. De maaltijden worden per week besteld en u kunt deze maaltijden op een zelfgekozen tijdstip in een magnetron opwarmen. Kosten per maaltijd zijn € 5,50. De maaltijden worden door een vrijwilliger met een koelauto op dinsdag in Lopik e.o. bezorgd en op woensdag in IJsselstein. U kunt zelf bepalen hoeveel maaltijden u per week wilt hebben. Voor inlichtingen kunt u bellen van maandag t/m donderdag naar Stichting Pulse via telefoonnummer 030 - 68 68 030 en vragen naar Greet Gijsen. Ook kunt u kijken op onze website www.stichting-pulse.nl.

Vervoer:

Wist u dat er in IJsselstein (rolstoel)bussen rijden die u naar diverse adressen brengen en weer ophalen? Wilt u vervoerd worden naar de huisarts, de kapper, tandtechnicus, familiebezoek, een activiteit of naar het Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein? Belt u dan met de Pulsependel. Zij zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.30-12.00 uur. Kosten binnen IJsselstein zijn € 3,00 voor heen en terug. Kosten naar het Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein zijn € 10,00 voor heen en terug. U wordt op de afgesproken tijd opgehaald en ook weer thuisgebracht. Begeleiding is gratis.



Heeft u een afspraak buiten IJsselstein (bijvoorbeeld een ziekenhuis) ook dan kunnen wij u vervoeren. Pulse heeft vrijwilligers die met eigen auto u naar de bestemming rijden. De kosten hiervan is een kilometerprijs van € 0,35. Ook hiervoor kunt u bellen naar de Pulsependel.

Cursussen en activiteiten

Stichting Pulse heeft diverse activiteiten/cursussen voor 55-plussers. Deze worden gehouden in diverse locaties van Pulse. Kijkt u eens in deze Groene Gids wat wij u te bieden hebben. De prijzen zijn laag en met een U-pas krijgt u 15% korting.

Voor meer informatie en een gratis proefles kunt u op contact opnemen met Greet Gijsen, tel. 030 - 68 68 030. Ook kunt u op de website www.stichting-pulse.nl kijken wat het aanbod van de cursussen en activiteiten zijn.

INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS JUNI 2016

Tot uiterlijk **WOENSDAG 4 MEI 2016** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Wij zijn op zoek naar een nieuwe medewerker bij de Vrijwilligerscentrale!



Korte omschrijving VWIJL

De Vrijwilligerscentrale IJsselstein en Lopik (VWIJL) is een onderdeel van Stichting Pulse. De VWIJL is bedoeld voor alle inwoners en maatschappelijke vrijwilligersorganisaties in IJsselstein en Lopik. De VWIJL biedt ondersteuning aan mensen die vrijwilligerswerk zoeken, heeft een overzicht van organisaties die met vrijwilligers werken, biedt scholing aan vrijwilligers en organisaties en houdt zich bezig met promotie van het vrijwilligerswerk in IJsselstein en Lopik.

Wat houdt de functie in? Het takenpakket van de medewerker VWIJL is divers en afwisselend: u voert o.a. intakegesprekken met aspirant vrijwilligers en bemiddelt ze naar vrijwilligers-werk, u verwerkt vacatures op de site, u onderhoudt contact met de organisaties die vrijwilligers zoeken en u houdt de vacaturebank up to date. Het gaat om een vrijwilligersfunctie.

Wat verwachten we van u? We zoeken iemand die wekelijks 1 of 2 ochtenden (wo. en/of do.) beschikbaar is, met goede contactuele eigenschappen, die goed kan luisteren en die goed overweg kan met de computer (outlook, word, excel).

Wat kunt u van ons verwachten? Een gedegen inwerkperiode en goede begeleiding, waardevolle contacten met andere vrijwilligers en organisaties, deelname aan alle activiteiten voor vrijwilligers van Pulse en waardering in de vorm van een kadobon op uw verjaardag.

Heeft deze vacature uw interesse gewekt? Neem a.u.b. contact op!

Contactpersoon is Annelies Schutte, coördinator van de VWIJL.

Zij is bereikbaar op woensdag en donderdag, tel. 030 - 688 70 30 / 06 - 522 92 057 en per e-mail: info@vwijl.nl.

Bezoekadres: Bibliotheek Lek & IJssel, Overtoom 7, 3401 BK IJsselstein.

Kijk voor meer informatie en andere vacatures op: www.vwijl.nl

Column van de wethouder



Geachte lezer,

Inmiddels is 2016 al weer enkele weken oud. Een nieuw jaar voor ons, met nieuwe kansen en uitdagingen.

De vorige jaarwisseling stond in het teken van de verschuiving van de verantwoordelijkheid voor de zorg naar de gemeenten. Hoewel nog niet alles perfect verloopt, mogen we trots zijn op wat er tot nu toe al is bereikt.



2016 Staat in het teken van hoe we als gemeente onze regierol nog beter kunnen invullen. Zorgen dat we eerder signaleren dat het ergens niet goed gaat. Dat op bepaalde plaatsen behoefte aan hulp bestaat. Zorgen dat we die hulp het liefst lokaal kunnen organiseren, met lokale partijen die onze eigen gemeenschappen goed kennen. Meer maatwerk dus, met daarbij een goed, liefst beter, rendement.

Een groot compliment voor de medewerkers van het Breed Sociaal Loket (BSL), die de uitvoering verzorgen. Zij hebben keihard gewerkt en gezorgd dat niemand tussen wal en schip viel. Vanuit een gezamenlijke uitvalsbasis in het gemeentehuis zijn er heel veel huisbezoeken afgelegd. In overleg met de betrokkenen, in hun eigen omgeving, is vastgesteld welke ondersteuning het beste past bij hun specifieke situatie. Ik ben heel blij met de vele positieve reacties die ik daar van inwoners op terugkrijg.

Het BSL kan het natuurlijk niet alleen. Andere partijen (zoals Pulse, huisartsen, thuiszorg, onderwijs) pakken ieder ook hun rol. Daarnaast zijn er al die lokale organisaties die elk op hun eigen wijze hun verantwoordelijkheid oppakken en invullen. Ik denk dan bijvoorbeeld aan de ouderenorganisaties, de kerken, de voedselbank, de Zonnebloem, het Rode Kruis, de Warmtebron, De Schouw enz. Hulde daarvoor, en wordt u niet genoemd, u wordt wel gezien, gewaardeerd en bedankt.

In 2016 wil de gemeente Lopik verder gaan op de ingeslagen weg. We verkennen de mogelijkheden om, samen met partners, meer mogelijk te maken op het gebied van (lokale) dagopvang. We willen meer ruimte bieden aan inwoners om de invulling van hun zorg zelf mede te bepalen. Maar er is ook aandacht voor de vele vrijwilligers en in het bijzonder voor de mantelzorgers. Voor zover dat in onze mogelijkheden ligt, moeten we waken voor overbelasting van mantelzorgers. Ze verdienen erkenning en waardering voor het goede werk dat zij verrichten. Belangrijk daarin is dat zij ruimte krijgen voor ontspanning zodat zij hun gedachte kunnen verzetten.

Daarnaast is (verborgen) eenzaamheid een vraagstuk dat onze aandacht vraagt. Er wordt veel in de diverse kernen van Lopik georganiseerd. Pannenkoeken eten in De Schouw, een brunch in De Schuilplaats, een informatiemarkt in Dorpshuis XXL in Benschop, Dodenherdenking, een braderie of Koningsdag. Maar ook sportevenementen, culturele activiteiten of gewoon eens genieten van het mooie weer en landschap moeten tot de mogelijkheden kunnen behoren. Samen kunnen we er voor zorgen dat iedereen er bij kan zijn en er aan deel kan nemen. Neem eens een keer de buurvrouw mee als je toch naar de jaarmarkt gaat. Of ga een keer op een duofiets de Lopikerwaard in, in plaats van alleen op pad. Samen met je moeder naar een concert van Crescendo. Opa meenemen naar de uitvoering van zijn kleindochter op school. Er is zoveel mogelijk. Wat voor ons een kleine moeite is, is voor een ander een groot gebaar.

Laten we er samen een mooi jaar van maken!

Johan van Everdingen, wethouder gemeente Lopik

.....



Contact:

Telefoon: 030 - 600 02 02

www.paramedischcentrum.nl

info@paramedischcentrum.nl

Bezoekadres:

Jan van der Heydenweg 2

3401 RH IJsselstein

Loop gerust bij ons binnen. Het Paramedisch Centrum IJsselstein is gevestigd in het nieuwbouw gedeelte van Zorgcentrum Ewoud.

U kunt met of zonder verwijzing van uw huisarts of specialist bij ons terecht.

Behandelmogelijkheden:

Fysiotherapie

Manuele therapie

Oefentherapie Cesar

Kinderoefentherapie

Ergotherapie

Huidtherapie

Therapeutische elastische kousen

Beweegprogramma's

Medische Fitness

Orofaciale fysiotherapie

Podologie

Zoals het klokje thuis tikt, tikt het bij Vecht en IJssel



"Natuurlijk kon Bobby mee, ze woont al haar hele leven bij mij"

Vecht en IJssel heeft iets nieuws in Utrecht en IJsselstein: Zelfstandig Zorgwonen. U woont dan geheel zelfstandig, met het gemak van services en de gerustheid van zorg dichtbij.



Ook in Ewoud!

- Zelfstandig Zorgwonen
- Servicewoningen
- Persoonlijke verzorging
- Verpleging/medische ondersteuning
- Dagbesteding 'de Meikers' (dagstructuur, zelfredzaamheid en activiteiten)
- Restaurant

Zelfstandig zorgwonen

* Vanaf 60 jaar * ook zonder zorg *

Neem voor meer informatie contact op met onze klantadviseurs via
T: (030) 3033 593 of mail naar: clintzaken@vechtenijssel.nl. Kijk voor meer informatie op www.vechtenijssel.nl of www.zelfstandigzorgwonen.nl.



overtref jezelf met Hubo Wim van Eijk

Hubo Wim van Eijk

Utrechtsestraat 37-39, 3401 CT IJsselstein
Tel. 030 - 688 15 16 • wim@hubowimvaneijk.nl

Kopij voor De Groene Gids



Nummer 2
Juni 2016

Sluitingsdatum kopij
woensdag 4 mei 2016

Bezorging vanaf 2 juni 2016

Pedicurepraktijk

Sylvia

Sylvia Terlien-
Schilperoort



Ook voor de diabetische voet

Lid van Provoet

Behandeling op afspraak
Bel: **06-57345621**

Praktijkadres:
Waagmeesterlaan 2
3401 GV IJsselstein

Helaas geen huisbezoek

Dankzij subsidie Oranjefonds

Moestuin voor en door de wijk bij woonzorgcentrum Ewoud



Mede dankzij een subsidie van € 70.000,- van het Oranjefonds, kan Vecht en IJssel in 2016 bij woonzorgcentrum Ewoud in IJsselstein een moestuin voor de wijk starten. In samenwerking met stichting Pulse uit IJsselstein deed Vecht en IJssel de aanvraag bij het Oranjefonds voor het project *Groen Verbindt*.

Het uitgangspunt van de moestuin is om mensen in de wijk met elkaar en met bewoners van Ewoud te verbinden, met de tuin als ontmoetingspunt. Als mensen elkaar kennen en weten te vinden, ontstaat er iets moois en groeien er meer en mooiere producten dan wat alleen de tuin oplevert. Al is het maar dat ene gesprek op de vroege ochtend, dat je iemand hebt waar je je verhaal kwijt kan of even de gezelligheid om je heen, zonder dat er iets moet of hoeft. Het zal per persoon verschillen waar de wensen en behoeftes liggen en wat de tuin oplevert. Dat is ook de bedoeling met de tuin, er is iets voor iedereen.

Naast stichting Pulse zijn er verschillende organisaties benaderd om met Vecht en IJssel samen te werken in en aan de tuin. Er zijn contacten met de Voedselbank, de Baanbreker, de Hooge Camp (waar ook een tuin start), de Generatietuin bij woonzorgcentrum Zuylstede in het Utrechtse Overvecht, De Weide, bijenvereniging IJsselstein, Stichting Eetbaar IJsselstein en vluchtelingenwerk Nederland. Hoe meer zielen hoe meer vreugd, geldt ook voor de moestuin. In maart hopen we echt aan de slag te kunnen gaan.

Mensen en materialen gezocht

In de aanloop naar de start is woonzorgcentrum Ewoud op zoek naar enthousiaste vrijwilligers en verschillende tuinmaterialen. Houdt u van tuinieren? Hoe klein of groot uw hulp ook is, u bent van harte welkom. Ligt uw passie niet zozeer bij tuinieren, maar vindt u het leuk om activiteiten te organiseren voor de wijk? Of bent u een administratieve duizendpoot? Op alle vlakken zoeken we vrijwilligers die de tuin willen helpen realiseren. Heeft u tuingereedschap of zaadjes over? U kunt ze inleveren bij Ewoud. We zijn er blij mee!

Zomermarkt Ewoud 1 juli 2016

Woonzorgcentrum Ewoud houdt vrijdag 1 juli weer de gezellige, jaarlijkse zomermarkt. In en rondom Ewoud vindt u tussen 10.00 en 15.00 uur een brede variëteit aan marktkramen, muziek en natuurlijk lekker eten en drinken. Zoals elk jaar kunt u ook meespelen voor leuke prijzen met het Rad van Avontuur. We sluiten om 15.00 uur af met een muzikaal optreden.

Kraam huren

Heeft u leuke spullen te koop voor de bezoekers van onze markt en wilt u een kraam of een tafel huren, neem dan contact met ons op.

Prijzen

Verder zijn we altijd op zoek naar leuke prijzen voor het Rad van Avontuur. Heeft u leuke artikelen die we als prijs mogen weggeven of heeft u bijvoorbeeld Douwe Egberts bonnen over die wij mogen verzilveren voor leuke prijzen, laat het ons weten. We zijn er heel blij mee! De opbrengst van de Zomermarkt gaat dit jaar naar de organisatie van enkele muzikale activiteiten voor onze bewoners en de wijk.

Voor meer informatie kunt u terecht bij de begeleiders Welzijn van Ewoud, Tessa Rookoen en Judith van Stam, via het Servicepunt van Ewoud, tel. 030 - 686 94 88 of via de mail: Tessa.Rookoen@vechtenijssel.nl of Judith.van.Stam@vechtenijssel.nl.





Direct contact

U kunt contact opnemen met Vitras via ons telefoonnummer **0900 - 82 123 82** maandag tot en met vrijdag 08:00 - 17:00 uur
Of per e-mail: service@vitras.nl.

www.vitras.nl

U kunt natuurlijk ook langskomen.
Op het hoofdkantoor of op een locatie in uw buurt, Lopik, Nieuwegein of IJsselstein

 vitras

leef, denk en werk mee



Vitras biedt onder andere:

- Thuiszorg
- Maatschappelijk werk
- Jeugdgezondheidszorg
- Gespecialiseerde verpleging
- Nachtzorg / 24-uurszorg
- Palliatieve zorg
- Terminale zorg
- Wijkverpleegkundige
- Thuisbegeleiding
- Gezinscoaching
- Cursussen
- Gemakdiensten
- Hulpmiddelen

Een eigen huis, een dak onder de zon (42)

” Aan de Hollandsche IJssel, het land van het Sticht, door weiden en water omgeven, in oeroude wallen gehuld nog daar ligt het stadje waar wij willen leven.



Zo begint het IJsselsteins volkslied dat omstreeks 1955 is geschreven door Jac.Th.J. Bissels (tekst) en A. Schippers (muziek).

In die tijd was ik nog leerling op de lagere school in Harmelen, nog nooit in IJsselstein geweest en kon toen nog helemaal niet vermoeden dat ik in IJsselstein zou komen te werken en te wonen en IJsselstein dus een belangrijke rol in mijn leven zou gaan spelen.

Wat mij opvalt in bovenstaande tekst van ons volkslied is het woord *stadje*. Dat stadje van toen is niet meer te vergelijken met het IJsselstein anno 2016, een moderne plaats met meer dan 34.000 inwoners, moderne woningbouw, bedrijvigheid, een rijk verenigingsleven en nog veel meer. Kortom een plaats waar het goed wonen en leven is. En dat vind ik niet alleen!

Vaak hoor ik, vandaag de dag, mensen zeggen: *ik ben even naar het stadje*. Daarmee bedoelen zij te zeggen dat zij naar onze binnenstad gaan om te winkelen, een boodschapje hier, voor een bezoek aan de markt, een terrasje pikken, iets eten in een van de horecagelegenheden, een van de vele evenementen die hier door het jaar heen worden georganiseerd bezoeken, of zo maar *mensen kijken*.

Er is altijd wel iets te beleven in *IJsselstein-Centrum*. De laatste decennia is aan de ontwikkeling van dit unieke, historische gebied, met zijn vele monumenten, terecht, veel aandacht besteed. Aan dit proces van verbeteren en actualiseren van de binnenstad, om dit gebied, in alle opzichten, het belangrijkste (winkel)gebied van IJsselstein te laten blijven, hebben veel partijen een bijdrage geleverd. Een proces overigens waar niet snel een einde aan zal komen. Zo zijn binnenkort de Molenstraat en de Schuttersgracht aan de beurt. Tijdelijke overlast is onvermijdelijk maar zal snel vergeten zijn als het eindresultaat tot tevredenheid stemt.

Het koopgedrag van ons consumenten is de laatste jaren erg veranderd. Wij worden kritischer. Goede bereikbaarheid van de winkelgebieden speelt een steeds belangrijker rol. En wat dacht u van het gebruik van internet? Het is toch heel gemakkelijk geworden om uit te zoeken waar het door u gewenste product het goedkoopst is, een paar klikken met de muis en een paar dagen later wordt het bij u thuis bezorgd. Maakt niet uit of het nu uit b.v. China, Amerika of Engeland moet komen.

Ontwikkelingen die op de een of andere manier invloed hebben op al hetgeen er in ons stadje gebeurt. Ontwikkelingen die om passende antwoorden vragen van het gemeentebestuur, de IJsselsteinse ondernemers, ontwikkelaars en alle andere betrokken partijen. Antwoorden die er voor moeten zorgen dat ons stadje blijft bruisen.

Uit mijn jeugd herinner ik mij de spreuk: *Koopt niet in den vreemde, wat uw eigen stad u biedt*. Een oproep aan de bevolking om haar geld toch vooral in eigen stad te besteden. Misschien moeten wij daar toch eens wat vaker aan denken.

Van de redactie, *Ad Liesker*

Benschopperstraat 43
3401 DG IJSELSTEIN

Telefoon 030 - 6881317
Fax 030 - 2662358

www.brasseriekloostertuin.nl



Voor lunch, diner en borrel

Wij zijn maandag t/m zaterdag vanaf 12:00 uur open voor lunch (tot 16:00 uur) en diner (tot 21:00).

Op zondag geopend van 1 mei tot 1 september

MULDERSCHOENMODE

Utrechtsestraat 42 • 3401 CW IJsselstein • 030 6881517 • mulderschoenmode.nl

Burenoverlast?

Trek op tijd aan de bel

030 688 70 30

Buurtbemiddeling
www.stichting-pulse.nl



Met spoed gezocht:

vrijwilliger

om advertenties te werven voor De Groene Gids en de contacten te onderhouden met de adverteerders.

Tevens zoeken wij

bezorgers

voor De Groene Gids

mosyne
mode & bijzaken

NIEUWE COLLECTIE

**Nieuwe klanten
10% korting!**
Als nieuwe klant ontvangt u 10% korting, bij inschrijving in ons klantenbestand.

**Klant Stempelkaart
€25 korting!**
Bij besteding van iedere 50 euro ontvangt u één stempel. Na 5 stempels is uw volle kaart 25 euro waard.

**DAMESMODE - SCHOENEN -
SIERADEN - TASSEN - ACCESSOIRES**

www.mosyne.nl • www.facebook.com/mosyne.mode



De Cirkel
Uitvaartverzorging



Wil Roeloffs en Marte Brouwer
Uitvaartbegeleidsters

Kronenburgplantsoen 34
3401 BP IJsselstein
Tel. 030 - 688 73 27
Mobiel 06 - 29583306
Fax 030 - 687 69 42
E-mail info@decirkel-uitvaartverzorging.nl
Web www.decirkel-uitvaartverzorging.nl

Ook als u elders bent verzekerd

Platform Samenleving IJsselstein (PSIJ) zoekt nieuwe leden



Het PSIJ, de adviesraad, die over alles op het gebied van de nieuwe Wmo (zorg en ondersteuning), de Participatiewet (werk en inkomen) en de Jeugdwet advies aan het college van burgemeester en wethouders kan uitbrengen zoekt enkele nieuwe collega's. Dit heeft te maken met het gegeven dat Daan Hoogendoorn en Leny Gubbi aangegeven hebben te willen stoppen. Daan is al vanaf het begin van de adviesraad (1-1-2007), die eerst Wmo-raad heette, betrokken bij onze IJsselsteinse adviesraad. Hij heeft zich altijd gericht op de senioren en had als lid van de cliëntenraad van het Ewoud Gasthuis veel contact met oudere bewoners van onze stad. Leny Gubbi is op 1 september 2010 tot de adviesraad toegetreden en heeft zich daarbij vooral gericht op het vrijwilligersbeleid en de positie van de vele vrijwilligers en mantelzorgers in onze stad. Met hun vertrek ontstaan er dus twee vacatures.

- We zijn daarom voor de eerste vacature op zoek naar iemand die contacten heeft met senioren, die ondersteuning nodig hebben om zelfstandig te kunnen blijven wonen (inclusief dagopvang) en belangstelling heeft voor alles wat er gebeurt op het gebied van zorg en ondersteuning en het gemeentelijke beleid.
- Voor de tweede vacature zoeken we iemand die contacten heeft met vrijwilligers in zorg en welzijn, inclusief mantelzorgers. Misschien ook door eigen ervaring als vrijwilliger of mantelzorger. Tevens is belangstelling voor alles wat er gebeurt op het gebied van vrijwilligers en mantelzorgers en het gemeentelijk beleid van belang. Verder vragen we dat hij/zij de Nederlandse taal goed beheerst en in staat is schriftelijke stukken te kunnen lezen en begrijpen en met elkaar kunnen overleggen over allerlei zaken die met het gemeentelijke beleid en de uitvoering daarvan te maken hebben.

Wij bieden nieuwe collega's een mensvriendelijke omgeving met collega's die zich willen inzetten voor inwoners in onze mooie stad. In het PSIJ heerst een hartelijke sfeer met ruimte voor elkaar en ieders eigen capaciteiten. Er wordt 9 x per jaar vergaderd in het Stadhuis aan de Overtoom. En daarnaast kan men soms ook deelnemen aan werkgroep besprekingen die meestal bij iemand thuis plaatsvinden.

Voor meer informatie kunt u terecht op de website van het PSIJ: <http://www.psij-ijsselstein.nl/>. Hier vindt u ook de contactgegevens van de huidige collega's. Wilt u meer weten dan kunt u met hen contact opnemen.

Heeft u interesse voor één van de vacatures, dan kunt u dat kenbaar maken via een mail aan: info@psij-ijsselstein.nl. Er wordt dan contact met u opgenomen en nodigen we u graag uit voor een gesprek en nadere kennismaking.

A. (Ton) Kwakkel, voorzitter PSIJ

Wijkteuin in Achterveld&Groenvliet van start!

Dankzij de subsidie van het Oranje Fonds kan er een moes-, pluk- en kruidentuin gerealiseerd worden om verschillende groepen bewoners met elkaar te verbinden. Hierbij denken wij aan bewoners die een dagbesteding zoeken, enthousiaste wijkbewoners, vrijwilligers die willen helpen om de wijkteuin te realiseren en wijkbewoners die activiteiten willen organiseren in en rondom de wijkteuin. De wijkteuin bevindt zich aan de Achtersloot, tegenover de kinderboerderij.

In de moes-, pluk- en kruidentuin komt onder andere een bijenstal met een multifunctionele ruimte die ook gebruikt wordt voor het tuingereedschap en waar activiteiten georganiseerd worden. Op dit moment is er al een brede samenwerking en contacten met o.a. de bewonersgroep Achterveld/Groenvliet, Stichting Kinderboerderij, de Bijenvereniging, stichting Eetbaar IJsselstein, visvereniging De Vaart Poscas, actieve bewoners van het Groen, Lister en Stichting Pulse. Vanaf 25 januari 2016 is in Xperience het Groen Trefpunt, Teenschillerpad 2. Op de maandag- en woensdagochtend van 09.30 tot 14.00 uur kunt u daar binnen lopen voor een kopje koffie, deelnemen aan activiteiten in en rondom de wijkteuin: samen lunchen, vissen, creatief en/of leerzaam bezig zijn. Nieuwe initiatieven zijn altijd van harte welkom!

Vindt u het leuk om de wijkteuin mede te realiseren en vorm te geven? Wilt u meedenken over het organiseren van activiteiten, die rondom de wijkteuin kunnen plaatsvinden? Voor meer informatie kunt u terecht bij José van Vliet, bereikbaar maandag t/m donderdag. Tel. 030 - 686 80 30, e-mail: j.v.vliet@stichting-pulse.nl. Of loop eens het Groen Trefpunt (Xperience), Teenschillerpad 2 binnen!

ONTWERP | VORMGEVING | HUISSTIJLDRUKWERK | PRINTEN | DIRECTMAIL EN VERZENDEN

Drukkerij Grafimedia uit het hart
VAN MIDDEN

Dorp 184 | 3405 BJ Benschop | Tel 0348 - 452244 | Fax 0348 - 451545
www.drukkerijvanmidden.nl | mail@drukkerijvanmidden.nl

Al ruim 30 jaar sterk in kwaliteitsdrukwerk



De KBO is een bond voor senioren 50+. De KBO werkt vanuit een katholieke identiteit en stelt een aantal waarden centraal. De belangrijkste waarde is de solidariteit, het samen met en voor anderen opkomen. De KBO houdt zich bezig met uiteenlopende zaken, van belangenbehartiging, het verlenen van service, tot het aanbieden van cursussen en activiteiten. Ook niet-katholieken zijn van harte welkom.

Activiteiten en serviceverlening van de KBO - afdeling IJsselstein, Lopik e.o.

- Er zijn VOA's (vrijwillige ouderenadviseurs) actief
- Ziekenbezoek
- Invullen van de belastingpapieren bij u thuis
- Hulp bij computerproblemen
- Fietstochten, ook dagtochten met thema
- Korting op de premie bij ziektekostenverzekering Zilveren Kruis/Achmea
- Spellenmiddagen, Bingo
- Kerstviering
- Bij ons blad NESTOR (10x per jaar) een NIEUWSBRIEF van de afdeling
- Korting bij winkeliers
- Korting of gratis entree 50-plus beurs
- Vakantieweek

Belastinghulp belastingaangifte 2015

Alle mensen, die afgelopen jaar door een huba geholpen zijn, krijgen binnenkort weer een brief met een machtigingscode thuis gestuurd. Goed bewaren tot de huba u komt helpen. Zodra u alle gegevens ter beschikking hebt, belt u dan met de huba, die u vorig jaar geholpen heeft om een afspraak te maken.

Voor diegenen, die nog niet eerder geholpen zijn en nu toch hulp willen, geldt, dat zij dan even moeten bellen met de coördinator, Henry Vlasveld (telefoonnummer 030 - 688 23 89).

Tot slot nog dit: door de problemen bij de ANBO zijn veel senioren overgestapt naar onze KBO. Voor hen geldt, dat zij van de ANBO bij de laatste nieuwsbrief een aanmeldingsformulier hebben ontvangen waarmee zij zich bij de daarin genoemde coördinator kunnen aanmelden. De afspraak is n.l. dat tot na deze aangifteperiode de hulp nog gegeven zal worden als in voorgaande jaren. Dat neemt echter niet weg, dat men altijd de keus mag maken voor een andere hulp bij aangifte.

Aanmeldingsformulier lidmaatschap

opsturen in een envelop zonder postzegel naar:

KBO - afdeling IJsselstein, antwoordnummer 1582, 3400 VB IJsselstein

Dhr.: geb. datum:

Mevr: geb. datum:

Straat en huisnr.:

Postcode: Woonplaats:

Telefoon: E-mailadres:

Datum: Handtekening:

Meer nieuws op onze website: <http://ijsselstein.kboprovincieutrecht.nl>
Zie ook onze facebookpagina KBO - afdeling IJsselstein

Vakantieweek van zaterdag 6 t/m zaterdag 13 augustus 2016 naar Stadshotel Ootmarsum***

Momenteel zijn de inschrijvingen in volle gang, maar graag brengen we de mogelijkheid tot deelname aan de volledig verzorgde – en altijd zo geslaagde en gezellige – vakanties onder uw aandacht. Inbegrepen zijn 4 bus-excursies, entreegelden, rondleidingen, de extra uitstapjes naar de lokale musea, een rit met de Molenberg Express. Het entertainment 's avonds met o.a. bijzondere optredens, elke dag een gratis kopje koffie en een warme afscheidslunch en vele andere extra's, waaronder de reis/annuleringsverzekering. Iedere vitale 50-plusser, rollator en diëten geen bezwaar, is van harte welkom en neem gezellige reisgenoten mee. De reissom bedraagt € 539,00 per persoon op basis van een tweepersoonskamer als KBO-lid en eenmalig als introducé. Uitgebreide en meer gedetailleerde informatie, overige reissommen (opslag/toeslag) en natuurlijk het inschrijfformulier, verstrekken we graag, want wij verheugen ons op uw deelname. Reiscommissie KBO IJsselstein, tel. 030 - 688 38 26.

Spellenmiddagen in De Oase

Iedere eerste dinsdag van de maand in De Oase. Aanvang 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 2,00 p.p., inclusief een kopje koffie of thee. In augustus is er geen spellenmiddag.
Informatie: Piet en Sonja Tammer, tel. 030 - 688 11 73 en Tanja Goezinne, tel. 030 - 688 26 67.

Bingomiddagen in De Oase

Dinsdagen 17 mei - 23 augustus - 15 november 2016. Aanvang 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 4,00 p.p. Er worden 3 rondes gespeeld voor de pauze. In de pauze een gratis kopje koffie of thee. Daarna worden er nog 2 rondes gespeeld en tot slot is er nog een verloting, waarvoor lootjes gekocht kunnen worden à € 1,00 voor 4 lootjes. Men kan zich aanmelden bij: Tanja Goezinne, e-mail: t.goezinne@caiway.net tel. 030 - 688 26 67 en Sonja Tammer, e-mail: piettammer@versatel.nl tel. 030 - 688 11 73. Of via het aanmeldingsstrookje.

Middag fietstochten 2016

Op elke 2e donderdagmiddag van de maand, behalve in augustus de 3e donderdag.
Op 14 april, 12 mei, 9 juni, 14 juli, 18 augustus (let op 3e donderdag) en 8 september.
Start om 13.00 uur vanaf De Oase, Benschopperweg 342, IJsselstein, met een koffie/theestop onderweg.
Over de dag fietstochten met museumbezoek/excursie op donderdagen 23 juni en 28 juli volgt in de volgende editie meer. Informatie bij Cok en Bep van Norde: tel. 030 - 688 38 26.

Eucharistievieringen in de Basiliek

Elke derde woensdag van de maand om 09.30 uur, met nazit.

Muzikale Notemix in De Oase

Onder leiding van mevrouw Barbara Fortuin. Entree € 3,00. Van 10.00 tot 11.30 uur.
Maandag 25 april: Het leven en de muziek van Frédéric Chopin.
Maandag 23 mei: Klassieke muziek voor iedereen.

KBO - afdeling IJsselstein, Lopik e.o.

Tineke van Merm, secretaris, inclusief ledenadministratie
Gruttostraat 9, 3405 WB Benschop.- Tel. 0348 - 45 16 71, e-mail: vanmerm@planet.nl.
De contributie bedraagt per 1 januari 2016: € 27,00 per persoon per jaar inclusief ons blad NESTOR.
Voor echtgenoot/partner/huisgenoot is de contributie € 23,00 per jaar.

Ik meld mij aan voor de **KBO-bingo van dinsdag 17 mei 2016** in De Oase. Aanvang 13.30 uur.

Naam : Aantal personen:

Adres :

E-mailadres : Telefoon:

Strookje inleveren **vóór 10 mei 2016** bij: Tanja Goezinne, Rietzangerlaan 38, 3403 ZC IJsselstein of bij de receptie van De Oase

THEATERGROEP DE SCHAKEL

UITGETELD!

(CASH ON DELIVERY)
EEN COMEDY VAN MICHAEL COONEY
REGIE: BOB KOOPMAN



In de comedy **UITGETELD!** draait alles om Erik Wessels die op slinkse wijze diverse uitkeringen van het UWV weet te bemachtigen. Hij krijgt wroeging en wil alles stopzetten. Samen met Harry Berends, zijn onderhuurder, stapelt Erik het ene leugentje op het andere om nog grotere ellende te voorkomen. Hij raakt uiteindelijk letterlijk en figuurlijk uitgeteld. Deze comedy is ook gespeeld door grootheden als John Lanting en Jon van Eerd.

zaterdag 2 april 2016

Aanvang 13.30 uur

Speciale matineevoorstelling in het Fulcotheater IJsselstein
voor de senioren in IJsselstein en omgeving

Voorstelling mede mogelijk gemaakt door de Zender Expres, OASE (Pulse) en het Fulcotheater

Kaarten zijn verkrijgbaar bij de receptie van de OASE of via de Zender Express (alleen voor eigen leden). Kosten per kaartje bedragen €12,50 incl. 1 consumptie in de pauze en incl. het vervoer indien nodig. Voor het vervoer moet u zich apart opgeven. Een extra kaartje is mogelijk voor eventueel een begeleider.

RepairCafé IJsselstein op nieuwe locatie

Het RepairCafé in IJsselstein is verhuisd. De oude locatie, de Paulusschool aan de Duitslandstraat, werd veel te klein door het succes. Daarnaast zal dit jaar de school worden gesloopt. Pas in 2017 zal de nieuwbouw van de school weer klaar zijn. Vanwege het succes en de gebleken behoefte van de formule van het RepairCafé is het niet wenselijk om zolang niet te kunnen werken.

Daarom werd besloten om voor de aankomende 2 jaar een andere locatie te zoeken. Al snel was deze locatie gevonden in de buurt van de huidige, t.w. **de basisschool De Brug aan de Poortdijk 101**, slechts 400 mtr. verder. Vanaf woensdag 6 januari 2016 wordt het RepairCafé daar voortgezet. De nieuwe ruimte is 2x zo groot dan de oude. Hierdoor kan veel overzichtelijker en efficiënter worden gewerkt door de verschillende reparatiedeskundigen en is er ook meer ruimte en gelegenheid voor de bezoekers om de reparatie te volgen onder het genot van een kop koffie. Het RepairCafé in IJsselstein wordt gerund door vrijwilligers. U kunt er terecht voor al uw niet goed werkende en/of kapotte elektrische apparatuur, naai- en verstelwerk aan kleding, fietsreparatie e.d. Een kleine vrijwillige bijdrage wordt gevraagd voor bijv. de koffie of voor aanschaf van klein gereedschap. Het RepairCafé in IJsselstein is een initiatief van Stichting Pulse. De eerste paar keer dat het RepairCafé was geopend op de nieuwe locatie was de belangstelling overweldigend. Zo brachten klanten zelfs taart mee en was er koffie en thee om de opening een feestelijk tintje te geven. Zelfs uit Schoonhoven en Nieuwegein kwamen bezoekers met kapotte spullen. Duidelijk blijkt hieruit dat er behoefte bestaat aan een dergelijke activiteit. Zeker 80% van de aangeboden artikelen kunnen door de reparatiedeskundigen weer worden gemaakt en gaan er veel blije bezoekers de deur uit. Iedereen die nog nooit bij het RepairCafé is geweest, wordt dan ook hartelijk uitgenodigd om een keer langs te komen aan de Poortdijk 101 (zij-ingang pleinzijde).

Het motto van het RepairCafé luidt dan ook: **Weggooien?? Mooi niet!!**

Voor informatie over het RepairCafé kunt u mailen naar: jomavi@hetnet.nl.

Levensboeken

Onlangs is een van de deelnemers van het project Levensboeken overleden. Een jaar nadat het boek tot stand is gekomen. De familie vertelde erg blij te zijn met dit boek, omdat zij op deze manier een levendige herinnering hebben hoe hun moeder en oma haar leven heeft ervaren.

Wat is een Levensboek en hoe komt dat tot stand?

Gedurende een periode is een vrijwilliger in gesprek met een oudere. Deze persoon vertelt over zijn of haar leven: het gezin waarin ze zijn opgegroeid, de verkeringsstijd, het werkzame leven, verenigingsleven of allerlei andere zaken die de persoon zelf van belang vindt om te bewaren. De vrijwilliger maakt aantekeningen van deze gesprekken, samen met de oudere wordt bepaald hoe de definitieve tekst er uit komt te zien voor het te maken boek. In een Levensboek komen ook foto's of allerlei andere illustraties. Op deze manier ontstaat er een mooi verhaal over uw leven. Pulse heeft contacten met een drukker, die het boek kan drukken. De drukkosten zijn voor uzelf. Tijdens een feestelijke bijeenkomst, waarbij u familie en vrienden kunt uitnodigen, wordt het boek aan u uitgereikt. Wilt u weten of het maken van een Levensboek iets voor u is?



Neem dan contact op met de coördinator Truus Admiraal, tel. 030 - 68 68 030 of t.admiraal@stichting-pulse.nl.

Dirigent voor Seniorenkoor

GEZOCHT

In verband met het vertrek van de huidige dirigent zijn wij – met spoed – op zoek naar een dirigent voor ons seniorenkoor *Eigenwijs*. Per les wordt er een kleine vergoeding betaald.

Het koor oefent op woensdagmiddag van 13.30-15.30 uur in Wijkservicecentrum De Oase en bestaat uit 1 dirigent, 2 pianistes en ongeveer 20 leden. Het repertoire dat gezongen wordt is voornamelijk Nederlandse popmuziek en soms Engelstalig. Inbreng van de dirigent is uiteraard van harte welkom.

Wilt u meer informatie dan kunt u contact opnemen met Greet Gijsen.

Bereikbaar via telefoonnummer 030 - 68 68 030 of g.gijsen@stichting-pulse.nl

Wij zijn AxionContinu,
zorgprofessionals op het gebied van zelfstandig
wonen, verzorgd wonen en revalidatie & herstel.

U kunt bij ons terecht voor:

- Wijkverpleging
- Huishoudelijke hulp
- Dagopvang
- Personenalarmering
- Hulp bij dementie

Onze woonzorgcentra in IJsselstein en Lopik:
Mariënstein - Isselwaerde - De Schutse



Bel of mail ons servicebureau voor
informatie en advies over onze
zorg- en dienstverlening.

T: 030 - 282 22 77

M: servicebureau@axioncontinu.nl

www.axioncontinu.nl

Axioncontinu

wonen, zorg en revalidatie



Voor succesvolle websites

Sjonix | Edisonweg 1d | IJsselstein | 030 - 68 75 506 | www.sjonix.nl

Altijd in de buurt

Iedereen verdient een bank in de buurt.
Daarom heeft RegioBank Zelfstandig Adviseurs in dorpen en
kleine steden. Gewoon, een kantoor om de hoek met een
bekend gezicht. Bij ons regelt u uw geldzaken zoals u dat wilt.
Op kantoor, via internet of app. RegioBank is altijd dichtbij.



Den Hartog Verzekeringen BV
Weldstraat 9
3401 DL IJsselstein
T 030-3039733
E janet@denhartogverzekeringen.nl
I www.denhartogverzekeringen.nl

Wij zijn uw bank. RegioBank

Fysiotherapie Groene Biezen

Specialist in bewegen

Fysiotherapie Groene Biezen helpt u om in beweging te komen en te blijven:

Fysiotherapie en Fitness onder begeleiding

Vele specialisaties

3 locaties: Lage Biezen 10 • Tiranastraat 17 • Florijn 3 (Benschop)

Behandeling op afspraak in praktijk of aan huis.



Voor meer informatie: 030 - 688 25 27
of www.groenebiezen.nl

Langskomen kan natuurlijk ook. Dan kunt u
meteen onze trainingsruimten bekijken!

Lagebiezen 10, 3401 NG IJsselstein
(Naast het oude postkantoor)

UIT-tips Uit in IJsselstein

Wilt u meer UIT-tips en inspirerende ideeën om in ons bruisende IJsselstein
te genieten? * Kijk op www.uitinijsselstein.nl of volg ons op Twitter of Facebook
Vanaf 7 mei elke zaterdag en zondag rondvaarten door de stadsgrachten. Info en kaartverkoop

27 februari:	Optreden Zeemanskoren in Ontmoetingskerk	11 mei:	IJsselstein Schrijft in de Bibliotheek
28 februari:	Open Zondag in de binnenstad van IJsselstein	13 t/m 21 mei:	Toneelproductie 'her)Examen!' van Theater- stichting Kwibus en Cals College IJsselstein in Theater Pantalone
4 t/m 20 maart:	Familiemusical 'Ja Zuster, Nee Zuster' in Theater Pantalone	14 mei:	IJsselsteinloop
4, 11, 18, 25 maart:	Pop-up Atelier met Dick Versluis in de Bibliotheek	21 mei:	Fulco's Vocaal Festival op diverse locaties in de binnenstad
5 maart:	Internationale Vrouwendag in Ontmoetingskerk	29 mei:	Open Zondag in de binnenstad
6 maart:	Historisch Stadhuis Concert	3 t/m 4 juni:	Podiumfestival op evenemententerrein Het Podium
6 maart:	Open Kunst Zondag		
9 maart:	IJsselstein Schrijft in de Bibliotheek		
17 maart:	Vrouwendag in IJsselstein		
26 maart:	Schrijfcafé in de Bibliotheek		
27 maart:	Open Zondag in de binnenstad van IJsselstein		
30 maart:	Verlichte stadswandeling in de binnenstad		
1, 8, 15, 22, 29 april:	Pop-up Atelier met Lies Talsma in de Bibliotheek		
3 april:	Open Kunst Zondag		
3 april:	Concert ArtEZ/HKU Saxophone Orchestra in Theater Pantalone		
6 april:	IJsselstein Schrijft in de Bibliotheek		
9 april:	Sing In met Vrouw IJsselstein Swingt in Theater Pantalone		
24 april:	Historisch Stadhuis Concert		
24 april:	Benefietconcert Zeemanskoor in Theater Pantalone		
24 april:	Open Zondag in de binnenstad van IJsselstein		
27 april:	Koningsdag		
30 april:	Schrijfcafé in de Bibliotheek		
1 mei:	Open Kunst Zondag		
4 mei:	Dodenherdenking		

Tentoonstellingen

t/m 6 maart:	Tentoonstelling Magische momenten bij MIJ. Nederlands topfotowerk
t/m 6 maart:	Tentoonstelling Verleden licht bij MIJ Troostbomen: de foto's en camera's van Hans van Ommeren in Museum IJsselstein
t/m 28 maart:	Foto-expositie Omgeving IJsselstein van Tony Buijse in de Bibliotheek
t/m 15 april:	Expositie Eigen Werkelijkheid van Willem van der Wiel in Stadhuis
4 maart t/m 3 april:	Expositie Vilt van Karen Bruinsma in Theater Pantalone
12 maart t/m 29 mei:	Tentoonstelling Aanstormend talent bij MIJ. Het beste uit 2015 van galerie Pouloueff in MIJ
23 april t/m 29 mei:	Tentoonstelling 'IJVO bij MIJ. Een overzicht van 50 jaar kinderpret in Museum IJsselstein
13 t/m 21 mei:	Expositie Examen in Theater Pantalone

*Wijzigingen UIT-tips voorbehouden

Uit in IJsselstein is dé startplek voor iedereen die wil weten wat er te zien, doen en beleven is op het gebied van cultuur, toerisme en recreatie.

Tel. 030 - 688 72 73
E-mail: info@uitinijsselstein.nl
Internet: www.uitinijsselstein.nl
Twitter: @UitinIJ
Facebook: [facebook.com/UitinIJsselstein](https://www.facebook.com/UitinIJsselstein)

Wilt u meer mensen leren kennen?

Of heeft u mensen nodig om een bepaalde activiteit uit te kunnen voeren?

Bent u bereid om samen met een coach volgens een stappenplan uw netwerk uit te breiden?

Kent u dat gevoel? U zou graag meer mensen willen leren kennen, leuke dingen willen doen, plezier willen hebben.
Maar het is lastig om dat voor elkaar te krijgen. Hoe kunt u de eerste stap zetten op weg naar een leuker leven?
Een netwerkcoach kan daarbij helpen.

Bij het verlies van werk, pensioen, echtscheiding, intensieve mantelzorg of het overlijden van een partner kan het gebeuren dat u zich eenzaam voelt. Misschien woont familie ver weg, zijn vriendschappen verwaterd. Een netwerkcoach helpt u om stap voor stap te kijken wat u graag wilt veranderen. Wilt u op zoek naar mensen waarmee u dezelfde interesses deelt en die bij u passen? Wilt u vaker een dagje uit of heeft u behoefte aan een leuke hobby? Samen maakt u een plan om deze wensen uit te voeren. De netwerkcoach heeft bij Pulse een training gevolgd om dit vrijwilligerswerk te doen. U kunt bij hem of haar terecht met vragen en emoties, maar ook voor praktische hulp om de stappen te zetten naar meer contacten.

Wilt u meer informatie? U kunt contact opnemen met Wilma Kleijweg (voor mantelzorgers) tel. 030 - 68 68 030 of e-mail: w.kleijweg@stichting-pulse.nl.
Of met Hester van Oirschot, sociale activering, tel. 030 - 68 68 030, e-mail: h.vanoirschot@stichting-pulse.nl.



Vrijwilligers voor het project Preventief huisbezoek 75+ in IJsselstein

Een kleiner wordende sociale kring, verminderde gezondheid, mindere mobiliteit; dat is waar ouderen van 75 jaar en ouder mee te maken krijgen. Hierdoor zijn zij steeds vaker aan huis gebonden.

Het beleid van de overheid is gericht op het stimuleren van de persoonlijke zelfredzaamheid en zelfstandigheid van o.a. ouderen. Er wordt getracht hen hierbij zodanig te ondersteunen dat zij in staat zijn zo lang en zo prettig mogelijk thuis te blijven wonen. Om dit beleid effectief te kunnen uitvoeren, wil de gemeente IJsselstein een inschatting kunnen maken van in de toekomst te verwachten vragen op het gebied van zorg, welzijn, wonen, financiën en mobiliteit. Zo kunnen tijdig voorzieningen en activiteiten georganiseerd worden die eraan zullen bijdragen dat ouderen zo lang mogelijk de regie over hun eigen leven blijven voeren. Veel ouderen maken nauwelijks gebruik van het huidige aanbod aan voorzieningen en activiteiten. Ook weten zij niet altijd de weg te vinden naar instanties die hulp en diensten verlenen op het gebied van wonen, zorg en welzijn. Reden voor Pulse om het project Preventief Huisbezoek 75+ uit te voeren. Doel van dit project is om tijdens een eenmalig huisbezoek van 1½ uur inzicht te verkrijgen omtrent de leefsituatie van ouderen, hun wensen en behoeften. Dit gebeurt door middel van een vragenlijst. Daarnaast wordt door de vrijwilliger informatie verstrekt over activiteiten, voorzieningen en regelingen voor ouderen van 75 jaar en ouder.

Wij zijn op zoek naar uitbreiding van ons team. Wij zijn op zoek naar vrijwilligers die:

- affiniteit hebben met en geïnteresseerd zijn in deze doelgroep;
- beschikken over communicatieve vaardigheden;
- zorgvuldig en betrouwbaar kunnen omgaan met de verkregen informatie.

Een huisbezoek duurt ongeveer 1,5 uur (exclusief reistijd). U kunt zelf beslissen of u één of meerdere bezoeken per week wilt afleggen. Als vrijwilliger van Pulse bent u tijdens het uitvoeren van het werk verzekerd en krijgt u voorlichting over de voorzieningen en regelingen in IJsselstein voor ouderen van 75+.

Lijkt het u leuk om aan dit project mee te werken. Neem dan contact op met: de coördinator Preventief Huisbezoek 75+, José van Vliet. E-mail: j.v.vliet@stichting-pulse.nl of tel. 030 - 68 68 030.

ADVERTORIAL

Wim Baars Lijstenmakers

Een schilderij, een foto, een reproductie etc. Al deze, vaak emotioneel of financieel, waardevolle zaken vragen om een daarbij passende lijst. De keuze voor de goede lijst is niet altijd gemakkelijk te maken. Al 35 jaar adviseren wij zowel particulieren als de zakelijke markt hierbij.

Als u dan ook nog weet dat wij op 14 april 2014 door de vakjury van de branchevereniging Art-Frame werden verkozen tot Lijstenmaker van het jaar 2014 dan zal het u duidelijk zijn dat u voor lijsten bij ons aan het juiste adres bent. Naast inlijstwerk verkopen wij ook reproducties, schilderijen, spiegels met of zonder facet, wissellijsten, fotolijsten en diverse schilderij bevestiging- en verlichtingsystemen. Ook kunnen wij voor u uw foto op maat printen en voorzien van een passende lijst. Wij kunnen ook diverse ophangsystemen leveren en hebben een groot aanbod voor wanddecoratie. Tot slot, ook voor pasfoto's kunt u bij ons terecht.

Alles op één adres, IJsselkade 13 in IJsselstein, wel zo makkelijk

Heeft u interesse in een van onze producten?

Wij zijn open van dinsdag t/m vrijdag: 09.00-18.00 uur en zaterdag: 09.00-17.00 uur.

Bij ons in de wijk is het betaald parkeren. Voor onze klanten hebben wij een extra service. Parkeren kan bij ons voor de deur aan de IJsselkade. Wij melden u dan online aan of u krijgt van ons een pasje. Natuurlijk mag u ook lopend of op de fiets naar ons toekomen. U bent van harte welkom. Wij zijn u graag van dienst. Wilt u zich, vooruitlopend op een eventueel bezoek, alvast oriënteren, daarvoor kunt u terecht op www.wimbaarslijstenmakers.nl.

Voor vragen: 030 - 688 82 14 of e-mail info@wimbaarslijstenmakers.nl.

Pulse Activiteiten IJsselstein

(per 1 januari 2016)

Dag	Tijd	Locatie	Activiteit
Maandag	08.15 - 09.15 uur	Oase	Yoga
	09.20 - 10.20 uur	Oase	Yoga
	09.30 - 11.30 uur	Sterrenwacht	Computercursus
	10.00 - 11.30 uur	Oase	Muzikale Notemix (4e maandag v/d maand)
	10.00 - 12.00 uur	Studio 10	Wandelen voor vrouwen
	10.30 - 12.30 uur	Oase	Koersbal
	13.00 - 15.00 uur	Ewoud	Buurtkamer migrantenvrouwen (ontmoetingsmiddag)
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Ouderensoos
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Senioren Amusementsgroep
	18.00 - 21.30 uur	Studio 10	Kookclub (1e maandag v/d maand)
	19.30 - 22.30 uur	Sterrenwacht	Meezingkoor
Dinsdag	09.30 - 12.15 uur	Oase	Bridgeclub De Oase
	09.30 - 15.30 uur	Sterrenwacht	De Huiskamer
	10.00 - 12.00 uur	Studio 10	Handwerkclub 1x per 2 weken
	10.00 - 12.00 uur	Oase	Sjoelclub
	10.00 - 12.00 uur	Bibliotheek	Lees & Ontmoet (elke 3de dinsdag van de maand)
	12.00 - 16.00 uur	Studio 10	Culturele ontmoeting vrouwen (2e dinsdag v/d maand)
	13.00 - 16.30 uur	Oase	Mahjong en scrabble
	14.00 - 16.00 uur	Oase	Computerinloop
	20.00 - 22.00 uur	Oase	Stijldansen (eerste dinsdag v/d maand)
	Woensdag	08.40 - 09.30 uur	Oase
09.00 - 12.00 uur		Studio 10	Inloop voor een praatje, wat knutselen en een kopje koffie of thee
09.30 - 10.30 uur		Oase	Body Mix
09.30 - 11.30 uur		Sterrenwacht	Inloopsprekuren Administratie op Orde
10.30 - 12.00 uur		Meridiaan	(locatie Reinaerde) Buurtkamer Zenderpark
11.00 - 13.00 uur		Oase	Koersbal
11.15 - 12.15 uur		Sterrenwacht	Bewegen 60+
13.00 - 16.00 uur		Paulusschool	Repair Café
13.00 - 16.30 uur		Oase	Mahjong
13.30 - 16.00 uur		Oase	Creatieve club
13.30 - 15.30 uur		Oase	Seniorenkoor
18.00 - 20.00 uur		Sterrenwacht	Aanschuifafel
19.00 - 21.30 uur		Oase	Alzheimercafé (1e woensdag v/d maand)
Donderdag	09.00 - 12.00 uur	Studio 10	Inloop voor een praatje, wat knutselen en voor een kopje koffie of thee
	09.30 - 11.30 uur	Studio 10	Computerinloop
	09.30 - 12.00 uur	Oase	Leeskring (1 x 6 weken)
	09.30 - 11.30 uur	Xpress	Computercursus
	09.30 - 15.30 uur	Sterrenwacht	Huiskamer
	09.45 - 10.30 uur	Oase	Meer bewegen voor ouderen
	10.00 - 11.00 uur	Oase	Spaanse les
	10.30 - 12.30 uur	Oase	Karaoke (2e donderdag van de maand)
	10.35 - 11.20 uur	Oase	Stoelgym
	11.30 - 12.30 uur	Oase	Body Mix Plus
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Ouderensoos
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Seniorenbridge
	14.00 - 16.00 uur	Oase	Computercursus
19.30 - 21.30 uur	Oase	Soos mensen met verstandelijke beperking	
19.30 - 21.30 uur	Sterrenwacht	Naailes	



Wim Baars
LIJSTENMAKERS

Hèt adres voor perfect inlijstwerk!

Pasfoto's
Voor al uw officiële documenten zoals paspoorten, ID-kaarten en rijbewijzen.

IJsselkade 13
3401 RC IJsselstein
Tel. 030 - 688 82 14
www.wimbaarslijstenmakers.nl

Parkeren voor de deur.

Wanddecoraties • Ophangsystemen • Passepartouts • Diverse lijsten



Zonnetuin AGF
Groente- en fruit-speciaalzaak

- Voor al uw fruitmanden
- Verse groenten en fruit
- Verse maaltijden uit eigen keuken
- Vers gesneden rauwkost en salades
- **Wij bezorgen ook bij u aan huis**

Ook verkooppunt van tarwegrassap!
Het gezondste sap ter wereld!

De Biezen 8 • 3401 GD IJsselstein
Fax/Tel.: 030 - 687 00 39
www.zonnetuin-koosklop.nl



Is uw klok of barometer stuk ?

Zoekt u een vakkundige gediplomeerde klokkenmaker ?
Reparaties van alle soorten klokken en barometers.
Gratis halen en brengen is ook mogelijk.

Klokkenmakerij Gerrit Boer
Benschopperweg 41 - 3401 BT IJsselstein
Tel. 030 - 687 69 20 of 06 - 150 32 025

Voetrelax

voetreflexzonetherapie • hotstonemassage • Shamballa/Reiki

Voetreflexzonetherapie in veel gevallen vergoed!
(check het nu bij uw zorgverzekering)

Voetreflex is een behandeling waarbij via de voeten aan diverse klachten kan worden gewerkt. O.a. Hoofdpijn, spijsverteringsklachten, slaapproblemen. Het is ook heerlijk gewoon voor de ontspanning.

Vera van Es-Stolker
Rietzangerlaan 27
3403 ZD IJsselstein
030 688 17 97
06 16 22 72 17
info@voetrelax.com
www.voetrelax.com




Dag	Tijd	Locatie	Activiteit
Vrijdag	09.30 - 12.30 uur	Oase (start)	Fietstourclub
	09.30 - 10.30 uur	Oase	Yoga
	10.00 - 12.00 uur	Ewoud	Inloopspreekuur Administratie op Orde
	10.00 - 12.00 uur	Bibliotheek	Tabletcafé (1 x per 2 weken)
	11.00 - 12.00 uur	Oase	Tai Chi
	13.00 - 14.30 uur	Oase	Country Line dance
	13.00 - 15.00 uur	Oase	Tekenen en schilderen
	14.45 - 16.15 uur	Oase	Country Line dance
	20.00 - 22.30 uur	Oase	Bingo (2e vrijdag van de maand)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met

Stichting Pulse

Benschopperweg 342, 3401 BZ IJsselstein

Tel. 030 - 68 68 030 • www.stichting-pulse.nl

Pulse-locaties IJsselstein

Wijkservicecentrum De Oase	Benschopperweg 342	Tel. 030 - 68 68 030
Multi Functioneel Centrum Sterrenwacht	Marinus Vermeerplein 1	Tel. 030 - 687 74 36
Pulse	Jan van der Heydenweg 2C	
Studio 10	Televisiebaan 143	Tel. 030 - 688 70 30
Xperience	Teenschillerspad 2	Tel. 030 - 261 25 75
Xpress	Merckelbachlaan 2	Tel. 030 - 686 99 03

- Aanschuiftable in MFC Sterrenwacht - **Greet Gijsen**.
- Administratie thuis - **Truus Admiraal, Veerle van Steenhardt Carre**.
- Buurtbemiddeling - **Marja van den Sigtenhorst**. Inloopspreekuur: dinsdag 13.00 tot 14.00 uur, Kameraplein 73.
- Buurtkamer - **Touria El Makhoukhi**. Voor allochtone vrouwen.
- Computercursussen - **Marian Loermans**.
- 75+ Huisbezoek - **José van Vliet**.
- Maaltijdvoorziening/Personenalarmering - **Greet Gijsen**.
- Manager - **Hester Veldhuijzen**.
- Opbouwwerk - **Jacqueline van Rooijen, José van Vliet, Michiel Berculo**.
- Welzijnsconsulent De Huiskamer, activiteiten MFC Sterrenwacht, activiteiten Zenderpark en Levensboeken - **Truus Admiraal**.
- Pulse Pendel - **Greet Gijsen**.
- Steunpunt Mantelzorg/Meldpunt Vrijwillige Thuishulp - **Wilma Kleijweg**.
- Taalontmoetingen en Sociale activering - **Ans Tersteeg**.
- Vrijwilligerscentrale - **Annelies Schutte, Giselle Alders**.

Voor meer informatie over alle activiteiten in De Oase: Pulse, tel. 030 - 68 68 030.

Belangrijke telefoonnummers IJsselstein

Algemeen alarmnummer (ambulance, brandweer, politie)	Tel. 112
Voor spoedgevallen: alle artsen bereikbaar onder nummer	Tel. 030 - 688 42 42
Voor dringende huisartsenhulp buiten praktijken	Tel. 0900-420 1 420
Brandweerkazerne	J. van der Heijdenweg 244 3401 RJ Tel. 030 - 688 11 44
Politiebureau IJsselstein	J. van der Heijdenweg 246 3401 RJ Tel. 0900 - 88 44

Gemeente IJsselstein

Calamiteiten/storingen, als direct ingrijpen noodzakelijk is buiten kantooruren Tel. 06 - 212 15 202

Telefonisch contact (van maandag t/m vrijdag 08.30 - 17.00 uur) Tel. 14 030

Openingstijden	Alleen op afspraak	E-mail
Maandag t/m vrijdag	: 08.30 - 12.30 uur	U kunt uw vraag ook per e-mail sturen naar info@ijsselstein.nl .
Woensdag en vrijdag	: 13.30 - 17.00 uur	Soms is bellen sneller, wilt u telefonisch benaderd worden naar aanleiding van uw vraag? Geef dan uw telefoonnummer op in het e-mailbericht.
Woensdag en vrijdag	: 18.00 - 20.00 uur	

Werken op afspraak

Om u zo goed mogelijk van dienst te zijn, werken wij op afspraak. Door het maken van een afspraak weten onze medewerkers waarvoor u komt en zijn wij voorbereid. U wordt geholpen op het afgesproken tijdstip. Wachtrijen bij de balie behoren hiermee tot het verleden. U kunt de afspraak zelf inplannen via het afsprakenformulier – www.ijselstein.nl – of telefonisch via tel. 14 030.

Ouderenorganisaties

KBO	Vz.: Hans Pillen Secr.: mw. J.L. de Vries - Dorp 193, 3405 BD Benschop	Tel. 0348 - 50 68 67
PCOB	Vz.: dhr. H. van Stempvoort Secr.: dhr. G.A. Rijdes - Elandweide 8, 3437 CR Nieuwegein	Tel. 030 - 603 39 34

Nuttige adressen

GEZONDHEIDSZORG ST ANTONIUS ZIEKENHUIS

Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	Tel. 088 - 320 30 00
Soestwetering 1, 3543 AZ Utrecht	Tel. 088 - 320 30 00
Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	Tel. 0900-420 1 420
Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 688 17 14

HUISARTSENPOST HOSPICE IJSELSTEIN

WONEN

Ewoud	J. van der Heydenweg 2, 3401 RH IJsselstein	Tel. 030 - 686 94 88
HVIJ Huurders Vereniging IJsselstein	Postbus 116, 3400 AC IJsselstein	Tel. 030 - 688 05 87
Woonzorgcentrum Isselwaerde	Kronenburgerplantsoen 3, 3401 BN IJsselstein	Tel. 030 - 688 19 14
Woonzorgcentrum Mariënstein	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 688 17 14
Serviceappartementen De Hooghe Camp	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	Tel. 030 - 282 22 51
Provides (IJs. Woningbouwvereniging)	Zomerdijk 14, 3402 MJ IJsselstein	Tel. 030 - 686 05 00
Alleen bezoek na telefonische afspraak	(ma. t/m do. 08.30-16.45 / vr. 08.30-12.15 uur)	
	Melden spoedeisende klachten na sluitingstijd:	Tel. 030 - 686 05 99

DIVERS

AxionContinu afd. Ergotherapie	Beneluxlaan 924, 3526 KJ Utrecht - www.axioncontinu.nl	
- Carolien de Voogt	E-mail: cdevoogt@axioncontinu.nl M 06-203 02 950	Tel. 030 - 282 24 13
- Betty Roodenburg-Ende	E-mail: broodenburg@axioncontinu.nl M 06-106 27 642	Tel. 030 - 686 78 23
Thuiszorg/wijkverpleging AxionContinu	E: servicebureau@axioncontinu.nl M 06-129 86 134	Tel. 030 - 282 22 77
Huishoudelijke Zorg AxionContinu	E: servicebureau@axioncontinu.nl	Tel. 030 - 688 17 14
Zorgplatform Geranos	Utrechtseweg 34, 3402 PL IJsselstein	Tel. 030 - 687 70 55
	E-mail: info@geranos.nl	

POG (Plaatselijk Overleg Gehandicapten)

- Vz. mw. T. Lippus	Monacoweg 10, 3402 BD IJsselstein	Tel. 030 - 688 20 21-
Secr. mw. J. de Bruijn	Sterneiland 1, 3403 ZL IJsselstein	Tel. 030 - 688 72 03
PSIJ (Platform Samenleving IJsselstein, Wmo-raad)	secretariaat: Dakotahof 14, 3404 WE IJsselstein	Tel. 030 - 687 01 45

Rivas Zorggroep

www.rivas.nl

Rode Kruis Secr. N. A. van Amerongen-Pieterse	Dorpsstraat 29, 3433 CJ Nieuwegein - Rivas Zorglijn:	Tel. 0900 - 8440
Sociaal Team IJsselstein	Sagittapad 29, 3402 HS IJsselstein	Tel. 06 - 247 247 35
	Poortdijk 34F, 3402 BS IJsselstein -	Tel. 030 - 765 00 26

E: info@sociaalteam.nu - W: www.sociaalteam.nu

Jan v.d. Heydenweg 2, IJsselstein Tel. 030 - 686 94 88

E-mail: clieztaken@vechtenijssel.nl - www.vechtenijssel.nl

Kasteellaan 1, 3401 AE IJsselstein Tel. 0900 - 82 123 82

Ultramarjnhof 13, 3402 JR IJsselstein Tel. 030 - 688 67 14

Tijdelijk extra uren huishoudelijke hulp voor inwoners van de gemeente Lopik

In 2016 krijgt de gemeente Lopik extra geld van het Rijk: de Huishoudelijke Hulp Toelage (HHT). Het Rijk heeft deze tijdelijke regeling getroffen om de werkgelegenheid in de huishoudelijke hulp sector te behouden. De gemeente Lopik geeft met deze toelage mantelzorgers en inwoners met een Wmo-indicatie in 2016 de gelegenheid om (extra) hulp in het huishouden in te schakelen, tegen het tarief van € 7,50 per uur. Hiermee snijdt het mes aan twee kanten; inwoners kunnen tegen een voordelig tarief huishoudelijke hulp inschakelen en de werkgelegenheid in de sector blijft behouden.



Wie kan er extra uren aanvragen?

Er zijn drie groepen inwoners die hiervoor in aanmerking komen:

- Inwoners die gebruik maken van een Wmo-maatwerkvoorziening zoals hulp bij het huishouden, begeleiding, een hulpmiddel of een woningaanpassing;
- Inwoners die wel een beschikking voor huishoudelijke hulp via de Wmo hebben, maar daar geen gebruik van maken omdat zij de eigen bijdrage te hoog vinden;
- Lopikse mantelzorgers die overbelast dreigen te raken door hun mantelzorgtaken en daardoor onvoldoende toekomen aan huishoudelijke taken.



Voorwaarden

Inwoners die tot een van bovenstaande doelgroepen behoren, kunnen maximaal twee uur huishoudelijke hulp tegen dit voordelige tarief afnemen bij de aanbieder:

AxionContinu, Vierstroom, Tzorg en Geranos. De gemeente Lopik heeft een contract met deze aanbieders die benaderd kunnen worden. De inzet van de (extra) uren wordt in overleg met de thuiszorgorganisatie bepaald.

De bijdrage aan de hulp is € 7,50 per uur, ongeacht het inkomen. De thuiszorgorganisatie int deze bijdrage.

Meer informatie?

Inwoners die een Wmo-indicatie hebben, ontvangen binnenkort een brief van de gemeente Lopik. Mantelzorgers of overige geïnteresseerden kunnen voor meer informatie terecht bij het Breed Sociaal Loket of bij één van de genoemde aanbieders huishoudelijke hulp.

Het Breed Sociaal Loket is bereikbaar via het telefoonnummer 0348 - 55 99 55 of mail naar bsl@lopi.nl.

INLEVEREN KOPIJ VOOR DE GROENE GIDS JUNI 2016

Tot uiterlijk **WOENSDAG 4 MEI 2016** kunt u kopij zenden naar de redactie.

E-mail: groenegids@studiorietvelt.nl

Elke 6 minuten: Een oudere op spoedeisende hulp na valpartij

Dit bericht kwam, zo tussen Kerst en Oud en Nieuw, uitgebreid aan bod in Nieuwsuur. Er was een mooie en uitgebreide reportage bij met schrikbarende cijfers. Weet u dat alleen al vorig jaar 88.000 ouderen voor behandeling naar de spoedeisende hulp moesten? Gebroken polsen, kneuzingen in het gezicht, gebroken heupen of hersenletsel. De gevolgen van een valpartij zijn groot.

Ouderen kunnen soms na een valpartij niet meer zelfstandig thuiswonen of er volgt een langdurige revalidatie. Kunt u er iets aan doen om het vallen te voorkomen?

Jazeker, medicijngebruik en niet in balans zijn spelen een grote rol bij veel valpartijen.

Pulse wil meer Inzicht krijgen in hoeveel ouderen in 2015 zijn gevallen in IJsselstein en Lopik en hoeveel van die ouderen zijn behandeld door een fysiotherapeut.

Daarnaast willen wij een inventarisatie maken van het huidige aanbod rondom valpreventie. In de volgende Groene Gids kunnen wij het aanbod bekend maken.

Wilt u meedoen of meer informatie over dit onderwerp, neem dan contact op met de Lopikse contactpersoon Ilse Nederend, e-mail i.nederend@stichting-pulse.nl of via mobiel 06 - 174 41 854. Of met de IJsselsteinse contactpersoon José van Vliet. E-mail: j.v.vliet@stichting-pulse.nl, tel. 030 - 68 68 030.



Vrijwilliger bij het Meldpunt Vrijwillige Thuishulp

Iets voor u?

Er is bij het Meldpunt behoefte aan nieuwe vrijwilligers voor alle onderdelen. Nieuwe vrijwilligers zijn van harte welkom ook als u weinig tijd beschikbaar hebt. Heeft u algemene vragen over de dienstverlening van het Meldpunt of wilt u zich aanmelden als vrijwilliger?

U kunt contact opnemen met Wilma Kleijweg. Tel. 030 - 68 68 030.

E-mail: w.kleijweg@stichting-pulse.nl

Activiteiten Lopik (t/m juni 2016)

Benschop

Het Trefpunt: Secretaris Joop van Dorp, tel. 0348 - 45 21 53
Activiteiten locatie: Dorpshuis Benschop tenzij anders aangegeven

Activiteit: **Koersbal**
Dag/tijd: ledere woensdag van 14.00 - 16.30 uur
Kosten: € 40,00 per seizoen
Contactpersoon: Mw. Nel Boll, tel. 0348 - 45 19 55 - Wilt u kennis maken met koersbal, kom gerust eens kijken en meespelen

Activiteit: **Seniorenbiljart**
Locatie: Kantine van voetbalvereniging Benschop
Dag/tijd: ledere dinsdag van 13.30 - 16.30 uur (vrij biljarten) - ledere donderdag van 13.00 - 17.00 uur (competitie)
Kosten: € 50,00 per seizoen (incl. kopje koffie)
Contactpersoon: Dhr. K. den Hartog, tel.: 0348 - 45 17 59

Activiteit: **Klaverjas-/Rikkentoernooi**
Locatie: Kantine Sporthal De Bosrand
Dag/tijd: ledere laatste dinsdag van de maand om 13.30 uur - Van september t/m april 2016
Kosten: €10,00 per seizoen (€2,50 per middag)
Contactpersoon: Dhr. Joop van Dorp, tel. 0348 - 45 21 53/Dhr. G. Boere, tel 0348 - 45 17 49 - Bij verhindering tijdig afmelden

Activiteit: **Open Tafel-Project**
Maaltijd: Hoofdgerecht en dessert
Dag/data: ledere laatste woensdag van de maand van 12.30 - 13.30 uur
Kosten: € 8,50 (vooraf te betalen bij Thea Boere)
Contactpersoon: Mw. Th. Boere, tel. 0348 - 45 17 49 - Ook wanneer u een enkele keer wilt komen eten bent u van harte welkom

Activiteit: **Gymnastiek**
Dag/tijd: ledere dinsdag van 10.45 - 11.30 uur
Kosten: € 3,50 per les
Docent: Dhr. Richard Jaspers Fajier
Contactpersoon: Mw. Nel Boll, tel. 0348 - 45 19 55

Cabauw

60+ Cabauw: Secretaris: Frank van Rooijen, tel. 030 - 293 78 68
Activiteiten contact: Margo Overbeek, tel. 06 - 112 63 661
Activiteiten locatie: In 't Witte Paard tenzij anders aangegeven

Activiteit: **Excursie naar de brandweerkazerne in Lopik**
Locatie: De brandweerkazerne Lopik
Dag/tijd: Dinsdag 8 maart 2016 van 10.00-12.00 uur. Daarna lunch in de pastorie
Kosten: € 10,00

Activiteit: **Workshop Nieuwe materialen een oude uitstraling geven** door Marian Stolker (voor dames en heren!)
Dag/tijd: Dinsdag 5 april van 10.00-12.00 uur
Kosten: Worden bekend gemaakt via uitnodiging en streekkranten

Activiteit: **Rommelmarkt**
Locatie: Terrein bij In 't Witte Paard
Dag/tijd: Zaterdag 16 april 2016 vanaf 10.30 uur - Cabauw 60+ schenkt daar weer van alles en nog wat voor het goede doel

Activiteit: **Busreis naar het pluimvee museum in Barneveld**
Dag/tijd: Vrijdag 3 juni 2016 van 10.30 tot ongeveer 20.00 uur
Kosten: € 55,00

VASTE ACTIVITEITEN

Contact: Margo Overbeek, tel. 06 - 112 63 661

Activiteit: **Bewegen voor ouderen**
Dag/tijd: Elke maandag van 09.00 - 10.00 uur o.l.v. Jan Troe fysiotherapeut
Kosten: € 2,50 per les

RADI AIR BV Totaalinstallatie

Uw vertrouwde adres in de regio voor:



Ketelonderhoud
Elektra
Alarm
Zonnepanelen
Domotica

Bel: 0348-552366

Radiair - Ambachtsweg 11 - Lopik
info@radiair.nl www.radiair.nl

**BRANDSTOFFENHANDEL
ERNST BOERE**

Lopikerweg west 95A
Cabauw - Lopik
Tel. 0348 - 551218

Uw adres voor olie, gasflessen, kolen, briketten.

Alle soorten Q8 smeermiddelen en vetten en KIWA gekeurde tanks, opvangbakken en IBC's.



Cafe Restaurant Zeevliet

Restaurant Zeevliet is een van de mooiste Pleisterplaatsen in de Lopikerwaard en is gelegen in de Baronie van IJsselstein



Heeft u speciale ideeën of wensen dan verzorgen wij dat graag voor u. Gezellig dineren in de Lopikerwaard.

Openingstijden woensdag t/m zondag vanaf 11.30 uur.
Wintertijd zondag vanaf 16.00 uur. Keuken open tot 20.30 uur.

Het plattelands restaurant van de Lopikerwaard

Boveneind 38A - 3405 AH Benschop - Tel. 030-6889276
www.zeevliet.nl • e-mail: info@zeevliet.nl



Stichting Protestants-Christelijke Begrafenis Verzorging

Voor Lopik, Lopikerkapel, Jaarsveld, Willige-Langerak, Benschop en omgeving.

Wij verzorgen een respectvol afscheid in Protestants-Christelijke sfeer.

**Uitvaartverzorging: P. den Butter
Mandenmaker 4
3411 WL Lopik
Tel. 0348 55 30 39 / 0621 867 398**



de Wielewaal
NATUURMUSEUM & KLOMPENWINKEL

Bewonder de natuur van Het Groene Hart in een schilderachtige omgeving tussen Lek en IJssel.

Het museum is geopend van dinsdag t/m zaterdag van 10.00-17.00 uur, van maart t/m oktober. Groepen zijn op afspraak het hele jaar mogelijk. De klompenwinkel is het hele jaar open van dinsdag t/m zaterdag van 10:00 tot 17:00 uur.

Tiendweg 26, 3411 NB Willige Langerak, Lopik
Tel. 0182 - 384 454
www.museumdewielewaal.nl

KEYZER REIZEN

Anna van Burenstraat 7
3411 AH Lopik
Tel. 0348 - 55 44 74
Fax 0348 - 55 46 19

**REISBUREAU 2012
VAN HET JAAR**
PROVINCIE UTRECHT Schiphol Award

E-mail: info@keyzerreizen.nl
Website: www.keyzerreizen.nl
Ook te vinden op facebook en twitter

Voor een persoonlijke reis op maat

Activiteit: **Kaarten en biljarten**
Locatie: Pastorie
Dag/tijd: Elke woensdag van 09.00 -12.00 uur - Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom

Activiteit: **Open Tafel Cabauw**
Dag/tijd: Aansluitend aan de bijeenkomsten op dinsdag van 12.00 -13.00 uur
Kosten: € 10,00 inclusief consumptie

Jaarsveld

Secretaris: Ans Aantjes tel. 0348 - 55 25 30
Activiteiten contact: Mw. A. van Schaaijk, tel. 0348 - 55 15 80
Activiteiten locatie: Gemeenschapsruimte Gereformeerde kerk

Activiteit: **Reisje naar de schaapskooi Ottoland**
Dag/tijd: Woensdag 23 maart 2016
Nadere gegevens volgen middels uitnodiging en in de streekkranten

Activiteit: **Lezing 1940-1945, dhr. Van Vliet**
Dag/tijd: Woensdag 11 mei: 14.00 uur gym tot 14.30 uur
Kosten: Koffie onkosten

Activiteit: **Reisje met Lopikerkapel naar Flevoland**
Dag/tijd: Met bezoek aan Orchideeën Hoeve en bezoekerscentrum Oostvaardersplassen
Dinsdag 31 mei 2016

Lopik Dorp

Contactpersoon: Mw. Arendje Vriezema, tel. 0348 - 55 20 38
Locatie: Dorpshuis De Schouw, tenzij anders aangegeven

Activiteit: **Sjoelen, rummikub, mens erger je niet, kegelen, klaverjassen**
Dag/tijd: Elke 1e en 3e woensdag van de maand
Aanvang: 14.00 uur - 16.00 uur
Kosten: € 2,00 incl. koffie/thee

(Als er een themamiddag is: geen spelletjes)

Activiteit: **Koersbal**
Dag/tijd: Elke dinsdagmiddag
Aanvang: 14.00 uur - 16.00 uur
Vanaf donderdagmiddag 4 februari 2016 is er ook koersbal op donderdag; kom gerust eens kijken en meedoen
Kosten: € 1,00 p.p. koffie/thee/drankjes voor eigen rekening
Contactpersoon: Mw. Schinkel. Tel 0348 - 55 21 76

Activiteit: **Meer Bewegen voor ouderen**
Locatie: Sporthal De Wiekslag
Dag/tijd: Elke donderdag van 09.30 uur -10.30 uur. Laatste les 26 mei 2016
Docent: Tilly van de Putten, tel. 0348 - 55 17 29
Kosten: € 3,00 per les

Voorjaarsreisje Lopik Dorp 20 april 2016

Volledig verzorgde dagtocht naar de provincie Flevoland met een vaartocht op het IJsselmeer en een vrij bezoek aan Urk.

10.30 uur Vertrek vanaf uw opstapplaats het Gemeentehuis.
10.30-12.15 uur Rijden we via een snelle en een toeristische route door de provincie Flevoland naar Urk.
12.15-14.00 uur Worden we ontvangen aan boord van het Passagiersschip De Zuiderzee waar u kunt genieten van een heerlijke koffietafel.
14.00-16.45 uur Na de vaartijd heeft u nog gelegenheid om een rondwandeling te maken. Incl. Museumbezoek **Op Urk**.
16.45-18.15 uur Rijden wij via een toeristische route naar Scherpenzeel.
18.15-20.00 uur In **restaurant Boszicht** kunnen we genieten van een heerlijk 3-gangen diner.
Wij zijn rond 21.00 uur weer terug bij het gemeentehuis in Lopik.

Prijs: **€ 57,50**
Opgeven bij: Mw. Arendje Vriezema, tel. 0348 - 55 20 38 of tijdens de activiteiten.

Activiteit: **Open Tafel Lopik**
Dag/tijd: 1e dinsdag van de maand, aanvang 11.45 uur
Kosten: € 8,50 p.p. 3-gangen menu + 1 consumptie
Contactpersonen: Mw. Hoogendoorn, tel 0348 - 55 48 50 en mw. Oskam, tel. 0348 - 55 25 69

Activiteit: **Themamiddag**
Dag/tijd: 16 maart van 12.30 -16.00 uur
Kosten: € 7,50 p.p. incl. lunch
Presentatie door dhr. De Jong - Tijd: 14.00 - 18.00 uur. Op een ludieke wijze legt hij ons het verhaal uit over de Kip en het Ei. Aansluitend is er een kleine quiz over wat de dhr. De Jong ons heeft verteld
Kosten: € 2,00 (alleen de Themamiddag)

Activiteit: **Voorjaarsreisje**
Dag/tijd: Woensdag 20 april 2016
Kosten: € 57,50 - Verdere informatie vind u elders in dit blad

Lopikerkapel/Uitweg

Secretariaat: **Mw. M. Zwanenburg, tel. 0348 - 55 31 50**
Locatie: De Ark, Lopikerkapel

Activiteit: Dhr. Van Zuylen: 2e deel van **De reis om de wereld**
Dag/tijd: Dinsdag 22 maart 2016. Aanvang 14.00 uur

Activiteit: Mw. C. Slingerland: **Presentatie Stichting Shaare Zedek**
Dag/tijd: Dinsdag 19 april 2016. Aanvang 14.00 uur

Activiteit: **Slotmiddag**
Dag/tijd: Dinsdag 10 mei 2016. Aanvang 14.00 uur

Activiteit: **Reisje met Jaarsveld naar Flevoland**
Met bezoek aan Orchideeën Hoeve en bezoekerscentrum Oostvaardersplassen
Dag/tijd: Dinsdag 31 mei 2016

Ouderencomité **Marrie Broekhuizen, Ria Dijsselhoff. Secretaris Bep de Bruijn van Ieperen, tel. 0348 - 46 71 53**
Email: E.debruijn1.001@hetnet.nl
Activiteiten locatie: Buurthuis Uitweg, Uitweg 6, 3412 KR Lopikerkapel

Activiteit: **Spellenmiddag: sjoelen, klaverjassen, rummikub en bingo**
Dag/tijd: Dinsdagmiddag 13.30 uur-16.30 uur 15/3-29/3-12/4 2016

Activiteit: 15 maart **spelletjes**
Activiteit: 29 maart **bingo**
Activiteit: 12 april laatste dag seizoen **uitje/gezamenlijk diner**

55+soos
Contactpersoon: **Dhr. G. Markies, tel. 030 - 687 45 00**
Locatie: Buurthuis d'Ouwe School, Lopikerweg Oost 181, 3412 KE Lopikerkapel

Activiteit: **Spellenmiddag: klaverjassen, rummikub, sjoelen en bingo**
Dag/tijd: Woensdagmiddag 6 april en 20 april 2016 van 13.30 -16.30 uur
Woensdag 20 april 2016 is tevens de afsluiting van het seizoen

Vooraankondiging data streekkaarten

Dinsdag	18 okt. 2016	Buurthuis d'Ouwe School, Lopikerkapel
Dinsdag	15 nov. 2016	Dorpshuis Benschop, Benschop
Dinsdag	13 dec. 2016	Buurthuis De Triangel, Polsbroekerdam
Woensdag	18 jan. 2017	St. Dorpshuis Polsbroek, Polsbroek
Woensdag	15 febr. 2017	Dorpshuis De Schouw, Lopik
Woensdag	15 mrt. 2017	Buurthuis De Uitweg

Polsbroek

60+ Polsbroek Secretariaat: **Wijni Teeuw, tel. 0182 - 30 92 84**
Contact: Opgeven bij Riet Verstoep, tel. 0182 - 30 93 01
Activiteiten locatie: Dorpshuis te Polsbroek tenzij anders aangegeven

Activiteit: Dhr. van Toorn: **lezing over Alaska en Canada**
Dag/tijd: Woensdag 23 maart, 14.00 uur
Maaltijd: Vanaf 12.00 uur gezamenlijke maaltijd € 6.50 p.p.

Activiteit: **Bloemschikken voor dames en heren**
Dag/tijd: Donderdagmorgen 21 april 2016, 10.00 uur
Kosten: Workshop € 4,00, voor materiaal wordt gezorgd
Maaltijd: Vanaf 12.00 uur gezamenlijke maaltijd € 6.50 p.p.

Activiteit: **Jaarlijks uitje**
Dag/tijd: 26 mei 2016
Kosten: Nadere informatie volgt

Activiteit: **Meer bewegen voor ouderen**
Dag/tijd: Elke woensdag van 09.00 - 09.50 uur
Kosten: € 3,00 per les. Laatste les 25 mei 2016
Contact: Informatie Tilly van der Putten, tel. 0348 - 55 17 29

Willige Langerak

Ouderencomité **Secretariaat: Sienie Murck, tel. 06 - 104 07 150**
Activiteiten contact: Sienie Murck, tel. 06 - 104 07 150
Locatie: De Bron, tenzij anders aangegeven
Vervoer: Voor vervoer kunt u bellen met Bas de Haay en Janny, tel. 0182 - 38 36 52 - Belangstellenden hartelijk welkom!

Activiteit: Wendy van Buren komt vertellen over **haar werk als edelsmid**
Dag/tijd: Dinsdag 8 maart 2016. Aanvang 14.30 uur
Informatie: Mw. Van Buren neemt zelfgemaakte sieraden e.d. mee die u kunt kopen

Activiteit: **Boeiende presentatie**, door Gijs Metz van Wereldwinkel Schoonhoven
Dag/tijd: Dinsdag 12 april 2016. Aanvang 14.30 uur
Informatie: Er is ook een verkooftafel met Fair Trade producten, zoals koffie, thee, chocolade en leuke cadeau artikelen.

Activiteit: **Onze voorjaarsreis**
Dag/tijd: Dinsdag 24 mei 2016
Locatie: Vertrek vanaf parkeerplaats zwembad 't Wilgerak
Contact: Jenny Klaare, tel. 0182 - 38 35 76
Informatie: Nadere informatie over reisprogramma, vertrektijd en kosten volgt

Activiteit: **Gymnastiek**
Locatie: De Bron - Docent: Jan Troe
Dag/tijd: Donderdag van 10.30 -11.15 uur
Kosten: In overleg
Contact: Gré Hoogendoorn, tel. 0182 - 38 56 26



Niet zo maar een Dorpshuis, kom kennis maken en bekijk onze mogelijkheden!

Stichting Dorpshuis De Schouw

M.A.A. Schakelplein 6 3411 DJ Lopik 0348-553233

www.deschouwlopik.nl

zalen voor...

... Bruiloften, partijen, lunchbuffetten,

... sport en spelactiviteiten,

... vergaderingen en bijeenkomsten,



Bedrijfsleider Léon Boom

Vier het leven

Houdt u van theater, film of musea? En is het voor u niet gemakkelijk om een activiteit buiten de deur te ondernemen? Dan is Vier het Leven echt iets voor u! Vier het Leven organiseert culturele activiteiten voor ouderen onder het motto *samen uit, samen genieten*.

U wordt thuis opgehaald en na afloop van de voorstelling ook weer thuis gebracht. Tijdens het uitje wordt u door een vrijwilliger begeleid in het theater, is er een kopje koffie of thee voor de voorstelling begint en een drankje tijdens de pauze en is er een tafel gereserveerd voor de gasten van Vier het Leven. U betaalt voor deze activiteit de arrangementsprijs die bestaat uit de kosten voor het eigen kaartje, administratiekosten, de kosten voor de consumpties, vervoer en begeleiding.

De kracht van Vier het Leven zit in maatwerk, de persoonlijke aandacht voor de gasten en het wegnemen van drempels. Ouderen gaan niet meer naar het theater omdat:

- ze het niet prettig vinden om 's avonds alleen over straat te gaan
- ze niet meer auto durven te rijden
- degene met wie ze altijd gingen er niet meer is of dat niet meer kan
- ze het ongezellig vinden om alleen te gaan.
- ze door een rollator of een rolstoel minder mobiel zijn. Ook dan kunt u met ons mee!



De vrijwilligers van Vier het Leven nemen zaken over en begeleiden u naar en in het theater. Vier het Leven levert op deze manier een bijdrage aan het voorkomen en verminderen van eenzaamheid onder de ouderen. Vorig jaar zijn er landelijk 20.000 ouderen mee geweest naar theater/film/museumbezoeken.

Voor de regio Nieuwegein vinden de voorstellingen plaats in theater De Kom in Nieuwegein, theater De Slinger in Houten en in kerken in Utrecht voor concerten. Daarnaast worden er regelmatig grote landelijke evenementen bezocht zoals Soldaat van Oranje en musicals in de grote theaters.

Wilt u met ons mee? Drie keer per jaar komt het theaterprogramma uit en kunt u zich voor voorstellingen inschrijven bij het hoofdkantoor, waarna u een bevestiging ontvangt voor welke voorstellingen u ingeboekt staat. U wordt twee dagen van te voren gebeld door de vrijwilliger die u die avond begeleidt en die spreekt met u af hoe laat u wordt opgehaald. Ook andere bijzonderheden worden dan doorgenomen.

Per vrijwilliger gaan er maximaal 3 gasten mee.

Een greep uit de voorstellingen van 1 maart tot en met 30 juni 2016:

de musical Nonsens, Frans Bauer, de opera Il Trovatore van Verdi, Simone Kleinsma en Ode aan Bach (Janskerk in Utrecht).

Heeft u interesse? Dan kunt u bellen met telefoonnummer 035 - 524 51 56 (dagelijks tussen 09.00 en 18.00 uur) of via de mail: info@hetleven.nl. U kunt vrijblijvend informatie aanvragen over de activiteiten bij u in de buurt.

LOPIK

Steunpunt Mantelzorg Lopik

Vaak wordt zorgen voor een ander als iets vanzelfsprekend gezien. En u als mantelzorger doet gewoon wat er op dat moment nodig is. Voor sommige mantelzorgers is de zorg goed in te passen in hun dagelijkse leven, maar voor anderen komt ook het eigen leven er heel anders uit te zien. U kunt bijvoorbeeld moeilijker van huis weg.

Voorkom dat uw zorgtaken een te grote belasting worden. Er zijn verschillende diensten die u kunnen ondersteunen:

- Praten met lotgenoten kan helpen. Er zijn verschillende groepen binnen de gemeente Lopik die elke maand bij elkaar komen. Wilt u meer informatie bel of mail naar onderstaand adres.
- Wilt u eens weg en heeft u vervangende mantelzorg nodig? Er zijn vrijwilligers die kunnen helpen en degene die u verzorgt gezelschap houdt, terwijl u iets voor uzelf kunt doen.
- Wilt u meer weten over de ziekte van Alzheimer en andere vormen van dementie? Dan is bezoek aan het Alzheimercafé een juiste stap. Het Alzheimercafé is open in Lopik elke 4e donderdag van de maand in Dorps-huis De Schouw.

Thema 24 maart: Met dementie zolang mogelijk thuis. 28 April zal het gaan over veiligheid rondom financiën. De datum voor de volgende mantelzorgmaaltijd is vrijdag 1 april. De maaltijd zal in het teken van het voorjaar staan. Voor meer informatie, Ilse Nederend tel. 06 - 174 41 854 of e-mail: i.nederend@stichting-pulse.nl.

Pulse Diensten Lopik

• **Vrijwillige Thuishulp Lopik**

Tel. 0348 - 79 20 06 of i.nederend@stichting-pulse.nl

• **Klussencentrale Lopik**

Tel. 0348 - 79 20 06 of i.nederend@stichting-pulse.nl - b.romijn@stichting-pulse.nl

• **Telefooncirkel Lopik**

Info: Ilse Nederend, tel. 06 - 174 41 854 of i.nederend@stichting-pulse.nl

Steunpunt Mantelzorg

Voor aanmelding en contact: Steunpunt Mantelzorg Lopik, M.A.A. Schakelplein 6 (Dorps-huis De Schouw), Contactpersoon Ilse Nederend, tel. 06 - 174 41 854. Of per mail: i.nederend@stichting-pulse.nl. Activiteiten van Lopik vinden in Lopik plaats.

Alzheimercafé

In Lopik is er elke 4e donderdag van de maand een Alzheimercafé. Tijden: 19.15-21.15 uur in Dorps-huis De Schouw.

Administratie op Orde

Coördinator van Administratie op Orde in Lopik, Babette Romijn. Telefoon 06 - 163 91 806 of mail naar b.romijn@stichting-pulse.nl

Pulse locaties Lopik

Pulse Locaties Dorps-huis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6 in Lopik - Tel. receptie: 0348 - 79 20 06.

Contactgegevens: Ilse Nederend, tel. 06 - 174 41 854 mailadres: i.nederend@stichting-pulse.nl

Babette Romijn, tel. 06 - 163 91 806 mailadres: b.romijn@stichting-pulse.nl

Michiel Berculo, mailadres: m.berculo@stichting-pulse.nl

- Aanschuiftafel in De Schouw - **Babette Romijn**
- Administratie op Orde Lopik - **Babette Romijn**
- Alzheimercafé Lopik - **Ilse Nederend**
- Buurtwerk / Vluchtelingenondersteuning - **Michiel Berculo**
- Maaltijdvoorziening - **Greet Gijsen**
- Steunpunt Mantelzorg / Meldpunt Vrijwillige Thuishulp - **Ilse Nederend**
- Taal-ontmoetingsochtenden Lopik - **Michiel Berculo**

Belangrijke telefoonnummers Lopik

Algemeen alarmnummer:		112
Gemeentehuis:	Raadhuisplein 1, 3411 CH Lopik	0348 - 55 99 55
Politie Lopik:	Dinsdag van 12.00-20.00 uur aanwezig op het gemeentehuis	0900 - 8844
Brandweer:		112

Nuttige adressen

GEZONDHEIDSZORG

Medisch Centrum Lopik: Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik 0348 - 55 21 89

Huisartsen spoednummer: **0348 - 55 41 53**

Dokter Reiners: Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik 0348 - 55 41 95

Medisch Centrum Polsbroek: Jongleveweg 1, 3415 PP Polsbroek 0182 - 30 92 03

Huisartsenpraktijk Benschop: Florijn 3, 3405 BM Benschop 0348 - 45 14 12

Spoednummer: **0348 - 45 21 49**

Huisartsenpost Midden Holland: Bleulandweg 10, 2803 HH Gouda 0182 - 32 24 88

Huisartsenpost Nieuwegein: Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein 0900 - 4201420

GEMEENTE LOPIK

Breed Sociaal Loket Raadhuisplein 1, Lopik. Het Breed Sociaal Loket werkt alleen op afspraak.

Bel of mail voor een afspraak: tel. 0348 - 55 99 55 - bsl@lopiik.nl

Openingstijden ma. t/m do. van 09.00-17.00 uur en op vrijdag van 09.00-12.00 uur. Meer informatie: www.lopiik.nl.

WONEN

Woonzorgcentrum De Schutse: Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik 0348 - 55 17 24

Serviceappartementen Schutseplein Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik 030 - 282 22 51

ZORG EN WELZIJN AAN HUIS

Dagbestedingscoach Marjan Overbeek, Lopikerweg west 21a, 3411 AM Lopik 0348 - 55 39 34

06 - 185 77 756

AxionContinu Thuiszorg/Wijkverpleging E: servicebureau@AxionContinu.nl 06 - 129 86 134

030 - 282 22 77

Univé Leksprong
Wielsekade 8
3411 AA Lopik
[0348] 55 36 67

UNIVÉ
VERZEKERINGEN 

www.unive.nl

Daar plukt ú de vruchten van!



TEL : 030 - 6881431

De ideale rustige omgeving
voor uw feest of diner.

HOVENIERSBEDRIJF
Erik Verhoef

- Tuin ontwerp
- (Sier) bestrating
- Advies
- Beschoeiingen
- Tuin aanleg
- Tuin afscheidingen
- Tuin onderhoud
- Vlonders

Lopikerweg West 22
3411 AM Lopik
T 0348 551 412
www.hoveniersbedrijfverhoef.nl

mantelzorgwoningverhuur.nl



**BIJ FAMILIE THUIS - NIET IN HUIS
MAAR EEN EIGEN THUIS**
Het huren van een mantelzorgwoning
kan de oplossing zijn om zelfstandig te
blijven wonen.

De zorgwoning kan bij u of bij de
mantelzorger in de tuin geplaatst worden.

Samen met eventuele thuiszorg blijft u in
uw vertrouwde omgeving, dicht bij familie,
vrienden, kennissen. Op bijna elke locatie is
een mantelzorgwoning te realiseren.

Het plaatsen en verwijderen
van de woning wordt
door ons gedaan en verzorgt.



Akker Units Verhuur - Lopikerkapel - 0348 50 89 63
www.mantelzorgwoningverhuur.nl - info@mantelzorgwoningverhuur.nl

Fysio Physics fysiotherapie & revalidatie

'Voor elke aandoening de beste behandeling!'



Fysio Physics fysiotherapie & revalidatie

Heeft u lichamelijke klachten, (sport)blessures, revalidatie nodig na een ongeval, operatie of ziekte? Dan bent u bij Fysio Physics in goede handen.

Fysio Physics is sinds 1993 toonaangevend in de fysiotherapie in Nederland. Het team van gespecialiseerde fysiotherapeuten staat dan ook garant voor een bewezen sneller resultaat!

De behandeling

De kracht van Fysio Physics zit 'm in de behandelmethode. Een combinatie van fysio- en/of manuele therapie, aangevuld met speciale tapetechnieken en gerichte oefeningen.

Fysiotherapie aan huis

Bent u slecht ter been of bent u net terug uit het ziekenhuis? Wij doen ook fysiotherapie aan huis.

Afspraak?

Bel voor het maken van een afspraak 088 - 32 32 500.

U heeft geen verwijzing nodig en wij zijn aangesloten bij alle zorgverzekeraars!

Fysio Physics Sport Medisch Expertise Centrum • Linnaeusweg 31 • IJsselstein

088 - 32 32 500 • www.fysiophysics.nl

FYSIO PHYSICS[®]
FYSIOTHERAPIE & REVALIDATIE

Aangesloten bij:
Kon. Ned. Genootschap v. Fysiotherapie



Herinneringen blijven ...

Samen met u geven wij vorm
aan een uitvaart die bij u
en uw overleden dierbare past.



Uitvaartcentrum Monuta Landsman

Baden Powellweg 2, 3401 RR IJsselstein

www.monutalandsman.nl

Tel. 030 - 688 13 53 (dag en nacht bereikbaar)

F: www.facebook.com/MonutaLandsman

E: info@monutalandsman.nl

Uitvaartzorg in IJsselstein / Lopik / Benschop / Cabauw



Robert Landsman
Vormgever
van een herinnering

Monuta  Landsman

De steun bij iedere uitvaart.