



Stichting Steun Bij Rouw
Pijnacker/Nootdorp/Ypenburg

Jaarverslag 2019
met een doorkijk naar 2020

Inhoudsopgave

Woord vooraf	3
Beleidsvisie	
Missie	4
Doelstellingen	4
Doelgroepen	4
Activiteiten	4
Organisatie	
Algemeen	5
Bestuur	5
Fondsen	5
Vrijwilligers	5
Coördinatoren	5
Activiteiten 2019	
Individuele steun aan rouwenden	6
Rouw-gespreksgroepen	6
Rouwcafé	6
Wandelen met lotgenoten	7
Informatieavonden	7
Thema-avonden voor vrijwilligers	7
Overige activiteiten	7
PR-activiteiten	8
Plannen voor 2020	8
Doorkijkje 2020	8
Gegevens Stichting Steun bij Rouw	10

Woord vooraf

Eén van de meest ingrijpende gebeurtenissen in het leven is het verlies van een dierbare door overlijden. De directe omgeving van nabestaanden kan lang niet altijd goed omgaan met vragen en problemen die rouwenden hebben. Ook neemt na verloop van tijd vaak de steun van de omgeving af. Om te proberen dit gemis op te vullen is in 2011 de Stichting Steun bij Rouw Pijnacker/Nootdorp/Ypenburg opgericht. De kern van de stichting bestaat uit mensen met toegesneden deskundigheid en het werk wordt verricht door een groep ervaren en geschoolde vrijwilligers. Centraal bij alle activiteiten staat kwaliteit en betrouwbaarheid in het omgaan met mensen in een rouwproces. Rouwen om een wezenlijk verlies is ingrijpend: het treft de mens in heel zijn wezen: lichamelijk, emotioneel, spiritueel en relationeel.

In individuele gesprekken bieden we een luisterend oor en geven we de ruimte om te praten over alles wat het verlies voor iemand betekent. Deze steun wordt geboden door een vaste vrijwilliger; de frequentie en het tijdstip van de gesprekken worden in onderling overleg bepaald.

Daarnaast organiseert de stichting – voor wie hier behoefte aan heeft – regelmatig gespreksgroepen, meestal voor mensen die hun partner hebben verloren. Als er voldoende belangstelling bestaat voor een gespreksgroep voor ouders die een kind hebben verloren, of voor jongeren die hun vader of moeder hebben verloren, zullen we waar mogelijk ook voor deze doelgroepen een gespreksgroep gaan organiseren.

Lotgenotencontact kan heel belangrijk zijn. De ervaring leert, dat na afloop van een gespreksgroep deelnemers elkaar graag willen blijven ontmoeten. Daarom bieden wij sinds 2013 ook het rouwcafé aan. Rouw en café: het is niet de meest voor de hand liggende combinatie. Bij het woord café moet u in dit geval echter denken aan een plek waar lotgenoten op een ongedwongen manier met elkaar en/of vrijwilligers van de stichting van gedachten kunnen wisselen. Vrij om in te lopen en vrij om uit te lopen. In het kader van lotgenoten contacten bieden we ook maandelijks 'wandelen met lotgenoten' aan.

Naast deze structurele activiteiten organiseert de stichting regelmatig bijeenkomsten met als doel onder andere informatieverstrekking over de thema's dood en rouw.

Afgelopen jaar is er weer veel gerealiseerd. Bij een vrijwilligersorganisatie zoals de Stichting Steun bij Rouw, is dit alleen mogelijk dankzij de inzet van heel veel onbetaalde vrijwilligers. Daarnaast heb je natuurlijk financiële middelen nodig om alles te kunnen realiseren. Om de deelname aan activiteiten zo laagdrempelig mogelijk te houden zijn hieraan voor de deelnemers geen kosten verbonden. De stichting krijgt echter geen subsidie en is helemaal afhankelijk van individuele giften en/of bijdragen van het bedrijfsleven of andere (liefdadigheids-) instellingen. Gelukkig hebben wij die financiële steun afgelopen jaar gekregen zodat wij de geplande activiteiten uit konden voeren. Om dit te kunnen blijven voortzetten hopen wij ook in de toekomst te mogen rekenen op deze steun.

Namens de Stichting Steun bij Rouw

Kees van der Kraan, voorzitter

Beleidsvisie

Missie

De Stichting Steun bij Rouw ondersteunt rouwenden bij het verwerken van het overlijden van een dierbare. De stichting leert het omgaan met dood en rouw en wat hiermee verband houdt. De stichting ontplooit en initieert activiteiten die het verwerken van het verlies stimuleren.

Doelstellingen

Om de missie te realiseren heeft de stichting zich de volgende doelstellingen gesteld:

- Het verstrekken van informatie over de thema's dood en rouw.
- Het bieden van collectieve steun bij rouw.
- Het geven van individuele steun aan mensen die betrokken zijn bij een rouwproces en hier behoefte aan hebben.
- Het werven, selecteren, trainen en inzetten van vrijwilligers ten behoeve van de hierboven genoemde doelstellingen.
- Het samenwerken met instanties en groeperingen die op dezelfde of een aanverwant terrein werkzaam zijn

Doelgroepen

Het werk van de stichting is gericht op alle inwoners van Pijnacker, Nootdorp en Ypenburg die met overlijden van een dierbare te maken hebben (gehad), ongeacht religie of levensopvatting van de betrokkenen.

Activiteiten

Om de doelen van de stichting te verwezenlijken worden diverse activiteiten ontplooid:

- Individuele gesprekken met rouwenden door vrijwilligers
- Lotgenotencontact:
 - Gespreksgroepen
 - Informele bijeenkomsten voor rouwenden zoals het Rouwcafé
 - Wandelen met lotgenoten
- Informatie & advies
 - Informatieavonden
 - Website
 - Voorlichting aan derden
- Samenwerking met instanties en groeperingen die op hetzelfde of een aanverwant terrein werkzaam zijn
- Voortdurende scholing van vrijwilligers
- Andere (incidentele) activiteiten die bij kunnen dragen om doelstelling te kunnen realiseren

Organisatie

Algemeen

De Stichting Steun bij Rouw is in 2011 formeel opgericht en heeft inmiddels de nodige bekendheid verworven in Pijnacker/Nootdorp en Ypenburg. Dit mede door de activiteiten die ontplooid zijn de afgelopen jaren. De stichting is een 100% vrijwilligersorganisatie.

Bestuur

Ook het bestuur bestaat uit (onbetaalde) vrijwilligers. Het bepaalt het beleid in samenspraak met de vrijwilligers op de 'werkvloer', rekening houdend met de maatschappelijke ontwikkelingen, en scheidt de voorwaarden voor het bereiken van de doelen van de stichting. Statutair benoemt het bestuur haar eigen leden. Het bestaat uit drie of meer natuurlijke personen. In 2019 bestond het bestuur uit vier leden.

- Kees van der Kraan, voorzitter
- Joop Schingenga, penningmeester
- Renate van Keulen, secretaris
- Heleen van der Vlist, bestuurslid

Fondsen

De stichting heeft geen winstoogmerk. Zij wordt niet gesubsidieerd. Om zo laagdrempelig mogelijk te zijn, is de ondersteuning vanuit de Stichting voor de deelnemers gratis. Zij is voor het organiseren van haar activiteiten volledig afhankelijk van inkomsten uit donaties, sponsoring en fondsenwerving.

De stichting is als ANBI (Algemeen Nut Beogende Instelling) erkend.

Vrijwilligers

De stichting werkt uitsluitend met onbetaalde vrijwilligers. Er is veel kracht en kwaliteit bij de vrijwilligers om de doelen van de stichting vorm te geven. De vrijwilligers worden door de stichting geselecteerd, getraind en begeleid zodat zij op een verantwoorde manier nabestaanden kunnen ondersteunen. De verantwoordelijkheid voor de uitgevoerde werkzaamheden van de vrijwilligers ligt bij het bestuur.

Coördinatoren

Iedere vrijwilliger wordt door een coördinator in zijn/haar woonplaats begeleid. De coördinatoren onderhouden regelmatig contact met het bestuur en houden zich actief bezig met het ontwikkelen en bewaken van het kwaliteitsbeleid binnen de Stichting. De coördinatoren nemen regelmatig deel aan de vergaderingen van het bestuur.

Activiteiten 2019

Individuele steun aan rouwenden

Als iemand een naaste heeft verloren zal deze op zijn/haar eigen manier verdriet, pijn, woede en andere emoties verwerken. Soms is het echter moeilijk om daar in je eentje je weg in te vinden; en wil hij/zij misschien niet altijd bij vrienden of bekenden aankloppen voor steun en begrip.

Als Stichting Steun bij Rouw kunnen we op die eenzame momenten of bij twijfels en vragen steun bieden. In individuele gesprekken bieden we een luisterend oor en geven we u de ruimte te praten over alles wat het verlies voor de rouwende betekent. Deze steun wordt geboden door een vaste hiervoor opgeleide vrijwilliger; de frequentie en het tijdstip van de gesprekken worden in onderling overleg bepaald.

In 2019 hebben nagenoeg alle dertig vrijwilligers 1-3 rouwenden meerdere malen bezocht.

Deze activiteit vormt de basis voor het realiseren van de doelstelling van de stichting. Alle andere activiteiten sluiten hierop aan.

Rouwgespreksgroepen voor mensen die rouwen om het verlies van hun partner.

Deze gespreksgroep is bestemd voor mensen, die hun partner hebben verloren en die contact willen hebben met lotgenoten. Tijdens deze gesprekken is er gelegenheid om ervaringen met elkaar te delen en van elkaar te leren. In iedere bijeenkomst staat een ander thema centraal, zoals het overlijden en het afscheid; het omgaan met gevoelens van pijn, boosheid, schuld of angst; de steun (of het gemis daaraan) van mensen in je naaste omgeving; eventueel het geloof en de twijfels; alleen verder etc.

In november 2019 is, onder leiding van ervaren gespreksleiders, weer een gespreksgroep gestart. De gespreksgroep komt acht keer bijeen, en wordt in februari afgesloten met een evaluatie.

Voor een Gespreksgroep voor ouders, die een volwassen kind hebben verloren of voor mensen met jonge thuiswonende kinderen die hun partner hebben verloren waren in 2019 onvoldoende aanmeldingen. Bij voldoende belangstelling wordt hier komende jaren wel weer invulling aan gegeven.

Rouwcafé

Elke derde zondag van de maand is een groepje lotgenoten welkom om met elkaar te lachen, te huilen, elkaar te steunen en ervaringen uit te wisselen in het "Huis van Rie" aan de Wilhelminastraat 5 in Nootdorp. Een mooie locatie hiervoor in het centrum van Nootdorp.

De bedoeling van het Rouwcafé is om op een ongedwongen manier met lotgenoten, en/of vrijwilligers van de Stichting Steun bij Rouw, vrij van gedachte te wisselen over alles wat men samen wil delen. Het Rouwcafé draait alweer zes jaar en blijkt duidelijk in een behoefte te voorzien. Er waren in 2019 twaalf bijeenkomsten, variërend van 6 tot 10 bezoekers. Drie wisselende vrijwilligers begeleidden deze bijeenkomsten.

Wandelen met lotgenoten

In 2019 zijn we gestart met een nieuwe activiteit, het wandelen met lotgenoten. Elke eerste dinsdag van de maand verzamelt een groepje lotgenoten bij de molen in Nootdorp. Ze lopen samen met twee vrijwilligers van de stichting een uurtje een ronde in de buurt van de Dobbeplass, om daarna meestal nog iets te drinken in één van de restaurantjes vlakbij. De ervaring leert dat het wandelend vaak gemakkelijker praat over gemis, verdriet en hoe verder.

In 2019 kon het wandelen vanwege het weer twee keer niet doorgaan. In de andere 10 maanden wandelden gemiddeld 5 deelnemers met twee vrijwilligers.

Informatieavonden

De stichting organiseert ook jaarlijks een voor iedereen toegankelijke informatieavond over een onderwerp op het terrein waarop de stichting actief is. Zo werden er eerder lezingen georganiseerd met bekende sprekers over rouw en verlies waaronder Manu Keirse en Marinus van den Berg.

In 2019 is in het kader hiervan in samenwerking met de Wijkgemeente van de Protestantse Gemeente in Nootdorp-Ypenburg een informatieavond georganiseerd met als gastspreker Hella van der Wijst. Het onderwerp van deze avond was: 'De kracht van troost' waarbij aandacht werd besteed aan de troost die onder andere geloof kan bieden in een tijd van rouw.

Thema-avonden voor vrijwilligers

Jaarlijks wordt er tenminste één thema-avond gehouden voor de vrijwilligers. Onderwerpen die afgelopen jaren hierbij aan de orde zijn geweest zijn o.a. 'Rouw binnen andere geloven', 'Familierelaties en Rouw' en 'Rouw bij plotseling overlijden'.

Bij de thema-avond in 2019 stond de vraag 'Mag je confronteren?' centraal. Een vraag waar vrijwilligers soms mee kunnen worstelen tijdens de individuele gesprekken met rouwendes. Anne-Marie Vermaat is deze avond ingegaan op wat er aan vragen / twijfels bij de vrijwilligers leeft.

Overige activiteiten

Naast de hierboven genoemde activiteiten organiseert de stichting nog andere (incidentele) activiteiten of draagt ze bij aan activiteiten welke door andere organisaties worden georganiseerd.

Zo zijn er in december totaal ongeveer 100 lichtjes rondgebracht bij mensen die een partner, vader, moeder of kind in het afgelopen jaar hebben verloren. Juist rond de moeilijke decemberfeestdagen wordt dit bijzonder op prijs gesteld. Daarnaast draagt de stichting bij aan onder andere de organisatie van herdenkingsbijeenkomsten zoals bijvoorbeeld de bijeenkomsten rond Allerzielen.

Ook worden er op verzoek van andere organisaties lezingen of presentaties gegeven over rouw en verlies en over wat de stichting hierbij kan betekenen.

PR-activiteiten

De Stichting heeft veel bekwaamheid en kracht in huis om mensen in rouw te steunen. Het is dan ook belangrijk dat rouwendes kennis hebben van het bestaan van de stichting en de stichting weten te vinden.

De stichting zet hiervoor onder andere de volgende middelen in:

- De website, hiervoor heeft in 2019 een nieuwe vrijwilliger zich gemeld om de website te beheren
- Folders, deze worden in het werkgebied doelmatig (huisartsen, bibliotheek, etc.) verspreid.
- Artikel over lezingen en informatiebijeenkomsten in de plaatselijke huis-aan-huisbladen, kerkbladen en onder andere publicaties van ouderenbonden.
- Folders, flyers en posters over lezingen en dergelijke werden doelmatig verspreid en opgehangen.
- Deelname aan de FLOW-markt in Pijnacker

Plannen voor 2020

Om de continuïteit van de Stichting te waarborgen heeft het bestuur voor het jaar 2020 de volgende plannen.

- De stichting meer bekendheid geven d.m.v. voorlichting aan verenigingen in Pijnacker/Nootdorp en Ypenburg
- Gespreksgroepen organiseren voor verschillende doelgroepen
- Fondsen werven
- Training individuele rouwzorg aanbieden aan (nieuwe) vrijwilligers
- Themabijeenkomst(en) aanbieden aan alle vrijwilligers
- Voorlichtingsbijeenkomst(en) organiseren
- Continueren van alle overige al bestaande activiteiten
- Ontwikkelen van nieuwe activiteiten (naar behoefte).

Doorkijkje 2020

Inmiddels is wel duidelijk dat 2020 een heel bijzonder en moeilijk jaar wordt. Als gevolg van de coronamaatregelen moesten groepsactiviteiten en een geplande voorlichtingsavond tijdelijk worden stopgezet of worden uitgesteld.

Individuele gesprekken zijn, met inachtneming van strenge coronamaatregelen, wel zoveel mogelijk gecontinueerd. Helaas was dit niet in alle gevallen mogelijk. Hoe zich dit verder in 2020 zal ontwikkelen is nog koffiedik kijken. Wij blijven ons met alle vrijwilligers ondanks alles inzetten om binnen de randvoorwaarden zoveel mogelijk activiteiten (gedeeltelijk) te continueren.

Een lichtpuntje in 2020 is wel dat we in het kader van de fondsenwerving naast bestaande sponsors in een bekende uitvaartvereniging uit Delft een nieuwe sponsor hebben gevonden voor een periode van vijf jaar waarmee de

continuering van een groot deel van onze activiteiten op de langere termijn al is zeker gesteld.

Gegevens Stichting Steun bij Rouw (2019)

Bestuur	Kees van der Kraan, voorzitter Joop Schingenga, penningmeester Renate van Keulen, secretaris Heleen van der Vlist, lid
Coördinatoren	Lies Rutten, Nootdorp Nel Heemskerk, Pijnacker Gerla Swart, Ypenburg
Secretariaat	Nelly Bodenheimstraat 4 2642 CG Pijnacker Tel: 015 364 02 29
Website	www.steunbijrouwpony.nl
E-mailadres	info@steunbijrouwpony.nl
Bankrelatie	Rabobank Zuid-Holland Midden NL89RABO01040.49.383
KvK	Kamer van Koophandel Haaglanden nummer 51987597
ANBI	De Stichting Steun bij Rouw is door de Belastingdienst aangemerkt als ANBI (Algemeen Nut Beogende Instelling)

Jaarrekening en overige publicaties

Deze staan op de website van de stichting