

INFORMATIE-BOEKJE



SPORTCLUB VOOR MENSEN MET

EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING

NOORD OOST FRIESLAND

SEIZOEN 2022 - 2023



Uitgave van:

Sportstichting voor mensen
met een verstandelijke beperking
DODADO

Tjaerdaweg 19
9105 KD Rinsumageest
Telefoon: 0511-424380
s.dantuma1@knid.nl
Website: www.dodado.nl

Bank :ING-bank Dokkum
Rekeningnr.: NL 48 INGB 066 66 15 845

Voor overige informatie betreffende
DODADO kunt u terecht bij:

Dhr. S.Dantuma
Tjaerdaweg 19
9105 KD, Rinsumageest
Tel : 0511-424380

Augustus 2022
Oplage : 300

DODADO

DODADO is een sportstichting voor mensen met een verstandelijke beperking. Deze stichting organiseert al meer dan veertig jaar een zestal sporten in de regio Noord Oost Friesland.

Bij de beoefening van de verschillende sporten staat het recreatief bezig zijn voorop; dat wil niet zeggen dat we geen prestaties leveren en wedstrijden spelen.

We proberen alles tijdens het sporten normaal te laten verlopen en daar waar nodig passen we het sporten aan, aan de mogelijkheden en onmogelijkheden van onze deelnemers.

Bij DODADO kan men in een week meerdere sporten beoefenen, zoals badminton, spinning ,zwemmen, zaalvoetballen, wandelen en dansen.

Bij alle activiteiten is een hoofdleider/ster aanwezig die vanuit zijn/haar kunde en/of ervaring de eindverantwoording heeft over de activiteit.

Daarnaast zijn er bij de activiteiten veel vrijwilligers die meehelpen om de activiteit goed te laten verlopen. De vrijwilligers begeleiden o.a. de deelnemers bij het omkleden ,tijdens het sporten en bij bepaalde oefeningen.

Samen met de hoofdleider/ster verzorgen de vrijwilligers het programma van de activiteit.

Sportstichting DODADO is een begrip geworden. In de wereld van mensen met een verstandelijke beperking in Noord-Oost Friesland is hun “sport-club” niet meer weg te denken.

Het aantal deelnemers is door de jaren gestegen van 45 tot ongeveer 125 nu.

De meeste deelnemers wonen in een woonvoorziening, ongeveer een-vierde deel woont bij de ouders thuis.

De leeftijd varieert van 6 tot 80+

CONTRIBUTIE:

Deelnemersbijdrage voor het seizoen 2022-2023

Leden beneden de 18 jaar	€ 60,-
Leden van 18 jaar en ouder	€100,-
Wandelen	€130,-
Dansen	€ 55,-
Spinning	€110,-

Leden beneden de 18 jaar (€60,-) en leden boven de 18 jaar (€100,-) kunnen voor de hierbij genoemde bedragen aan de volgende sporten meedoen: badminton, voetballen en zwemmen

Voor de volgende sporten gelden andere bedragen; hiervoor dient altijd apart te worden betaald

- Dansen
- Spinning
- Wandelen

LET OP:

De penningmeester gaat ook dit seizoen verder werken met incasso's. Voor u en voor ons gemakkelijker Maak zoveel mogelijk gebruik maken van automatische Incasso!!

Ga je verhuizen?

Vergeet niet je adreswijziging door te geven aan het secretariaat!!



Sport voor mensen met een verstandelijke beperking

Een sportclub voor mensen met een verstandelijke beperking zit anders in elkaar dan een gewone sportclub.

De deelnemers kunnen niet helpen in de organisatie en zijn vaak afhankelijk van vrijwilligers.

Belangrijk voor ieder mens:

Bewegen als recreatiemogelijkheid ten behoeve van de lichamelijke ontwikkeling, waarbij het sporten afgestemd wordt op eigen mogelijkheden van ieder mens.

Mensen met een verstandelijke beperking zijn wat betreft hun sportactiviteiten dus afhankelijk van anderen en staan vaak buiten spel. In de loop der jaren is gebleken dat mensen met een verstandelijke beperking op hun eigen niveau goed mee kunnen doen. Bovendien is gebleken dat sportactiviteiten de bewegingsvrijheid van mensen met een verstandelijke beperking vergroot, het gevoel van gelijkwaardigheid stimuleert en zo mogelijk de sociale contacten verbetert.

Belangstelling voor elkaar, samen bezig zijn, plezier hebben in de activiteiten, begrip, acceptatie, maar ook waardering buiten sen spelsituaties om zijn zeer belangrijk

Sport is voor mensen met een verstandelijke beperking ook een doorbreking van de sleur en erbij horen, want je zit op een club

De sporttas staat meestal al vroeg, keurig, ingepakt klaar!!




De activiteiten:

Sport:	Badminton	
Contactpersoon:	Dineke Taal, Dokkum, Tel: 06-12645011 Durkje Wiersma, Dokkum Tel: 06-23004556	
Dag:	Maandagavond (wekelijks)	
Tijd:	19.00-20.00uur	
Waar:	Sporthal: De Doelstien Woudweg, Dokkum	

Sport:	Zwemmen	
Contactpersoon:	S.Louwsma Dokkum Tel: 06-53481831 S.Tinga, Waaxens Tel: 06-15600022	
Dag:	Maandagavond (wekelijks)	
Tijd:	19.30-20.00uur, 20.00-20.30uur 20.30-21.00uur	
Waar:	Zwembad: Tolhuisbad Dokkum	
Bijzonderheden:	Bij verhindering afbellen tussen: 17.30-18.00uur	

Sport:	Spinning	
Contactpersoon:	Sportstudio Dokkum Cindy Monsma 0519-220091	
Dag:	Dinsdagavond (wekelijks)	
Tijd:	18.30-19.15 uur	
Waar:	Sportstudio Dokkum Bocksmeulen 33a, Dokkum	

Sport:	Zaalvoetbal:	
Contactpersoon:	Hilda Koopmans, Twijzelerheide Tel: 06-22165465 Petra v/d Heide, Damwâld Tel: 0511-423295	
Dag:	Donderdagavond (wekelijks)	
Tijd:	19.00-20.00uur	
Waar:	Sporthal: Tolhuispark Tolhuispark, Dokkum.	

Sport:	Dansen, waaronder stijl- Dansen, disco-dansen en country-line dansen	
Contactpersoon:	A.Holwerda, Oosternijkerk Tel: 0519-241247	
Dag:	Zaterdagmiddag (2 - wekelijks)	
Tijd:	13.45-15.30 uur Let op: gewijzigde eindtijd!	
Waar:	Dorpshuis: De Nespel Ids de Beer strjitte 1 A 9143 WG Nes	
Data:	10 en 24 sept, 8 en 22 okt, 5 en 19 nov, 3 en 17 dec 2022, 14 en 28 januari, 11 en 25 febr, 11 en 25 maart, 8 en 22 april 2022	

Sport:	Wandelen	
Contactpersoon:	A.Dijkstra, Hantum Tel: 06-21977841 anja@kantoor-service.info	
Bijzonderheden:	Het nieuwe wandelseizoen 2023 zal van start gaan in het voorjaar van dat jaar	

ACTIVITEITEN-KALENDER

We gaan uit van onderstaande data. In verband met de dan geldende corona maatregelen zijn wijzigingen mogelijk. De coördinatoren geven eventuele wijzigingen aan de sporters door.

Maandag 5 september 2022	badminton
Maandag 5 september 2022	Zwemmen
Dinsdag 6 september 2022	Spinning
Donderdag 2 september 2022	Zaalvoetbal
Zaterdag 10 september 2022	Dansen
April 2023	Start nieuwe wandelseizoen

DODADO VAKANTIEROOSTER 2022-2023

Herfstvakantie	17 oktober tot en met 21 oktober 2022
Kerstavakantie	26 december tot en met 6 januari 2023
Voorjaarsvakantie	27 februari tot en met 3 maart 2023
Paasvakantie	10 april 2023
Meivakantie	1 mei tot en met 5 mei 2023
Hemelvaartsdag	18 en 19 mei 2023
Afsluiting seizoen	In de week van 22 tot en met 26 mei 2023

HET IS VOOR DE VRIJWILLIGERS FIJN WANNEER ZE WETEN DAT JE

NIET KUNT KOMEN, ZE KOMEN SPECIAAL VOOR JOU.

DAAROM:

ALTIJD AFBELLEN (CONTACTADRES), ALS JE ECHT NIET KUNT KOMEN



Zorg ervoor dat je op tijd aanwezig bent bij je sport, zodat

deelnemers/vrijwilligers niet hoeven te wachten op jou

en op tijd kunnen beginnen

DE VRIJWILLIGER

Een vrijwilliger is iemand die zich uit vrije wil voor onbetaalde activiteiten inzet.

Het is vaak moeilijk bij jezelf na te gaan waarom je dit werk bent gaan doen, of wilt gaan doen.

Je vrijwilligerswerk is in zoverre een vrijblijvende zaak, dat niemand te verplichten is tot iets; komen en gaan is iemands vrije keuze, maar..... vrijwilligershulp is geen vrijblijvende hulp.

Vrijwilligers die zich opgeven nemen verplichtingen aan, die vooraf goed overdacht moeten zijn. Om contacten te leggen is het belangrijk dat je regelmatig komt. Bovendien wordt er op je gerekend.

In de contacten met de deelnemers is het goed om jezelf te zijn en om op basis van gelijkwaardigheid met elkaar om te gaan. Geduld, moed en stimuleren zijn centrale begrippen voor een vertrouwensrelatie.

Onze deelnemers komen niet alleen voor de sporten, maar ook voor de gezelligheid. De sfeer in de club bepaalt in hoge mate het plezier voor de deelnemers en vrijwilligers.

De leiding bij de sporten is volledig in handen van vrijwilligers. Per sport is steeds hoofdleiding aanwezig, die verantwoordelijk is voor de uitgevoerde activiteit als geheel, daarbij bijgestaan door voldoende vrijwilligers om de veiligheid tijdens en het plezier in het sporten te waarborgen.

Minimum leeftijd vrijwilligers: **16 jaar**, met uitzondering voor de zwemvrijwilligers. Daarvoor is de minimumleeftijd **18 jaar**.

Ook voor vrijwilligers geldt: afmelden bij verhindering!!

Rechten en plichten

Verzekeringen:

Iedere vrijwilliger is via de Gehandicapten Sportbond Nederland verzekerd tijdens de sportactiviteiten.

De verzekering is automatisch van kracht zodra en zolang de vrijwilliger staat geregistreerd bij sportstichting "DODADO".

De verzekering dekt uitsluitend de aansprakelijkheid van deelnemers, vrijwilligers en bestuursleden inclusief aansprakelijkheid tegenover elkaar, behalve voor schade aan goederen.

Indien de schade is gedekt onder een andere aansprakelijkheidsverzekering, is deze verzekering niet van kracht.



Bestuurssamenstelling DODADO

Voorz: **vacant**

Secr: **Dhr. S.Dantuma,Tjaerdaweg 19**
9105 KD,Rinsumageest, 0511-424380

Penningm: **Dhr. A.Louwsma, Birdaarderstraatweg 23**
9101VA, Dokkum, Tel: 06-52120881

Mevr. D.Wiersma,Elzenlaan 55
9103 RD,Dokkum,06-23004556

Mevr. A. Dijkstra,Hearewei 20
9147 BN, Hantum, 06-21977841

Mevr. S.Louwsma, Birdaarderstraatweg 23
9101VA, Dokkum, Tel: 06-53481831

Mevr.A.Holwerda,De Buorren 37
9137 RP,Oosternijkerk,0519-241247

Mevr. H.Koopmans,De Welle 6
9287NV,Twijzelerheide,06-22165465