

# INFORMATIE-BOEKJE



**SPORTCLUB VOOR MENSEN MET**

**EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING**

**NOORD OOST FRIESLAND**

**SEIZOEN 2023 - 2024**



Uitgave van:

Sportstichting voor mensen  
met een verstandelijke beperking  
**DODADO**

Tjaerdaweg 19  
9105 KD Rinsumageest  
Telefoon: 0511-424380  
[s.dantuma1@knid.nl](mailto:s.dantuma1@knid.nl)  
Website: [www.dodado.nl](http://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 2023  
Oplage : 300

# DODADO

DODADO is een sportstichting voor mensen met een verstandelijke beperking. Deze stichting organiseert al meer dan veertig jaar een vijftal 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, zwemmen, zaalvoetballen, wandelen en dansen.

Bij alle activiteiten is een coördinator 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 coördinator 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 2023-2024

Badminton	€ 75,-
Zwemmen	€125,-
Wandelen	€150,-
Dansen	€ 75,-
Voetbal	€110,-

### 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

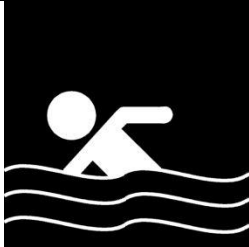
Sport is voor mensen met een verstandelijke beperking ook een doorbreking van de sleur en erbij horen, want je zit op een club

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



**De activiteiten:**

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

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

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.

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

<b>Sport:</b>	Dansen, waaronder stijl- Dansen, disco-dansen en country-line dansen	
<b>Contactpersoon:</b>	A.Holwerda, Oosternijkerk Tel: 0519-241247	
<b>Dag:</b>	Zaterdagmiddag (2 - wekelijks)	
<b>Tijd:</b>	13.45-15.30 uur	
<b>Waar:</b>	Dorpshuis: De Terp Dokters Fiif, Oosternijkerk	
<b>Data:</b>	9 en 23 sept, 7 en 21 okt, 4 en 18 nov, 2 en 16 dec 2023, 13 en 27 januari, 17 febr, 2, 16 en 30 maart, 13 en 20 april 2024	

<b>Sport:</b>	Wandelen	
<b>Contactpersoon:</b>	A.Dijkstra, Hantum Tel: 06-21977841  anja@kantoor-service.info	
<b>Bijzonderheden:</b>	Het nieuwe wandelseizoen 2024 zal van start gaan in het voorjaar van dat jaar	

## ACTIVITEITEN-KALENDER

### Startdata nieuwe seizoen

<b>Maandag 4 september 2023</b>	<b>Badminton</b>
<b>Maandag 4 september 2023</b>	<b>Zwemmen</b>
<b>Dinsdag 5 september 2023</b>	<b>Spinning</b>
<b>Donderdag 7 september 2023</b>	<b>Zaalvoetbal</b>
<b>Zaterdag 9 september 2023</b>	<b>Dansen</b>
<b>Voorjaar 2024</b>	<b>Start nieuwe wandelseizoen</b>

### DODADO VAKANTIEROOSTER 2023-2024

Herfstvakantie	23 oktober tot en met 27 oktober 2023
Kerstvakantie	25 december 2023 tot en met 5 januari 2024
Voorjaarsvakantie	19 februari tot en met 23 februari 2024
Paasvakantie	1 april 2024
Meivakantie	29 april tot en met 3 mei 2024
Hemelvaartsdag	9 en 10 mei 2024
Afsluiting seizoen	In de week van 20 tot en met 24 mei 2024

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





## 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, Leppa 17**  
**9101PS, Dokkum, Tel: 06-52120881**

**Mevr. D.Taal, Spriens 3**  
**9155 AK, Raard, 06-12645011**

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

**Mevr. S.Louwsma, Leppa 17**  
**9101PS, 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**