



JAARVERSLAG 2022



Inhoud

Foarwurd/Voorwoord	3
Missie en Bestuur	4
Van de bestuurstafel	5
Coördinatoren Projecten.....	6
Coördinatoren Projecten Friesma State.....	6
Bezettingsgraad vrijwilligers UVV-Grou 2022	7
Financieel jaarverslag UVV-Grou 2022.....	8
Activiteiten en Diensten.....	9
Activiteiten en Diensten.....	10
Voor bewoners Friesma State	13
Vervoer Dagcentrum Friesma State	14

Foarwurd/Voorwoord

Foarwurd

Yn de rin fan 2022 krigen we mear en mear frijheid, Corona gong op syn retoer. Dêrtroch koene wy ús aktiviteiten wer op in normale wize útfiere en koene we op de nasjonale dei fan de Frijwillichers op 7 desimber wer mei inoar út iten. Yn restaurant 'Oan't Wetter' ha we in prachtige jûn hân. It die bliken dat de minsken it fijn fûnen om inoar te moetsjen. 80 fan de 100 frijwilligers wiene oanwêzich, in hege opkomst. Troch de komst fan Grou Moby! en de Doarpskeamer binne der aardich wat frijwilligers bykaam. Neist it positive is de oarloch yn de Oekraïne ferskuorrend en hat konsekwinsjes foar ús allegearre op it mêd fan enerzjy en ferhegingen fan de kosten fan it libbensûnderhâld. Wy besykje de kosten foar ús aktiviteiten leech te hâlden en oanfollingen te sykjen by fûnsen en donateurs. It is spitigernôch net mear in fanselsprekkendheid om de UVV te stypjen en frijwilligerswurk te dwaan foar âlderein. Dat begripe wy, it is in oare tiid. Us ledebestân fan sawol donateurs as frijwilligers is 70+. Mei nammen de strukturele ynset wurdt in probleem wêrtroch bygelyks it freonskiplik hûsbesyk ûnder druk komt te stean. Lokkich witte hieltyd mear ynwenners de Doarpskeamer te finen as trefplak en foar aktiviteiten. Yn 2023 binne it oanlûken fan nije frijwilligers en stipers ús spearpunt.

It bestjoer

Voorwoord

In de loop van 2022 kregen we meer en meer vrijheid, Corona ging op zijn retour. Daardoor konden we onze activiteiten weer op normale wijze uitvoeren en konden we op de nationale dag van de Vrijwilliger op 7 december weer samen uit eten. In restaurant 'Oan 't Wetter' hebben we een prachtige avond gehad. Het bleek dat de mensen het prettig vonden elkaar te ontmoeten. 80 van de 100 vrijwilligers waren aanwezig, een hoge opkomst. Door de komst van Grou Moby! en de Doarpskeamer zijn er aardig wat vrijwilligers bijgekomen. Naast het positieve is de oorlog in de Oekraïne verschrikkelijk en heeft consequenties voor ons allemaal op het gebied van energie en verhogingen van de kosten van het levensonderhoud. We proberen de kosten voor onze activiteiten laag te houden en aanvullingen te zoeken bij fondsen en donateurs. Het is helaas niet meer een vanzelfsprekendheid om de UVV te steunen en vrijwilligerswerk te doen voor ouderen. Ons ledenbestand van zowel donateurs als vrijwilligers is 70 +. Vooral het structurele wordt een probleem waardoor bijvoorbeeld het vriendschappelijk huisbezoek onder druk komt te staan. Gelukkig weten steeds meer inwoners De Doarpskeamer te vinden als ontmoetingsplek en voor activiteiten.

In 2023 is het aantrekken van nieuwe vrijwilligers ons speerpunt.

Het bestuur



Foto Jakob van Huizen, fotosessie op de Dag van de Vrijwilliger



Missie en Bestuur

De missie van de UVV Grou luidt:

'De missie van de UVV Grou is het veraangenamen van het leven van ouderen. Wij organiseren activiteiten voor 55+ Grousters, zowel individueel als ook voor groepen waarbij de nadruk ligt op contact en plezier. Onze enthousiaste vrijwilligers zijn actief bij thuiswonenden en bij bewoners van Friesma State. Kwaliteit en betrouwbaarheid staan bij ons hoog in het vaandel.'

Bestuur:

Voorzitter	Jeltsje de Boer
Secretaris	Joke de Vries
Penningmeester UVV-Grou	Minke Smeding
Penningmeester Doarpskeamer	Henk Feenstra
Lid	SytskeRixt Zijlstra
Lid	Tjittie vd Sluis

Postadres: Friesma State

Oostergoostraat 52-54
9001 CM Grou
T. 06-19865261 (secretariaat)
e-mail: uvv.grou@gmail.com
website: www.uvv-grou.nl



Van de bestuurstafel

Sint Piter middag

In 2022 hebben we niet gezamenlijk kunnen vieren in verband met corona. Wel was er een alternatief programma bij Roorda State en de Boldert. Sint Piter en Aldemar waren hierbij aanwezig.

Activiteiten en Diensten (enkele uitgelicht)

Het koor en de gym willen graag nieuwe leden om kostendekkend te kunnen voortbestaan. De Bingo loopt prima, het is niet alleen het spel zelf maar ook het onderlinge contact is belangrijk. En de leuke prijsjes vallen in de smaak. De duofiets willen we graag vaker door het dorp zien, maar buiten Friesma State wordt er nog te weinig gebruik van gemaakt.

De Doarpskeamer, 'Trefplak en Brûsplak'

In april zijn we verhuisd van Friesma State naar de Muldyk. Een mooie eigen plek, onder dak met Amaryllis en de Kringloopwinkel. Steeds meer ouderen weten de weg te vinden, we organiseren voor iedereen wat wils. We ontwikkelen de plek naar draagkracht van het aantal vrijwillige gastvrouwen/heer. We zijn momenteel 2 middagen open. We willen graag meer open maar dan moeten er gastvrouwen/gastheren bij.

Grou Moby!

Het vervoer met de auto met chauffeur groeide maar het is nog niet kostendekkend. En om 7 dagen per week te roosteren kunnen er altijd meer vrijwilligers bij. Vooral de bezetting van de telefoondienst gaat moeizaam. Terwijl het voor inwoners zo fijn is dat we dagelijks bereikbaar zijn.

Dag van de Vrijwilliger

Zoals in het voorwoord benoemd konden we er dit jaar weer een gezellig samenzijn van maken. Ook was er door de gemeente Leeuwarden een vrijwilligersfestival georganiseerd in de Neushoorn in Leeuwarden. Enkele vrijwilligers zijn daar naar toe geweest.

V-O-L (vrijwilligers organisaties Leeuwarden)

Leeuwarden kent een sterke sociale basis met vele vrijwilligersorganisaties die allemaal een ander aandachtsgebied hebben, maar in de praktijk ook een mooie gemeenschappelijke missie hebben. (Uit het koersdocument van de gemeente Leeuwarden uit 2018). Met de 'Kracht van samen' is de V-O-L nieuw leven in geblazen. In November hebben we een workshop gehad om onze gezamenlijke doelen te vinden. Dit heeft geleid tot twee aandachtsgebieden: Erkenning en het werven en vasthouden van vrijwilligers. Daar gaan we mee aan de slag. Vereniging UVV Nederland Er zijn nog 22 leden aangesloten. In de coronatijd hoefden we geen lidmaatschapsgeld te betalen. Er zijn jaarlijks twee algemene vergaderingen, meestal in Amersfoort, waar de voorzitter en de secretaris naar toegaan. Iedere afdeling is zelfstandig en hebben diverse activiteiten. We willen in kaart brengen om te zien wat ons bindt en wat de waarde van het lidmaatschap is.



Coördinatoren Projecten

Bingo

Anneke Hylkema 622407

Vriendschappelijk huisbezoek en Ondersteuning Mantelzorgers

Gepke de Boer-Pel 621287

Hanne Sikkema 621536

Practische hulp

Anneke Bouma 621725

Baukje Langhout 622952

Gymnastiek 'Nut en Nocht'

Minke Smeding 621416

Koor 'Sjongnocht'

Thea Leistra 623629

Grou Moby!/: auto met chauffeur en duofiets

Tineke Meter uvv.grou@gmail.com

De Doarpskeamer 'Kofje mei in praatsje'

Marike Bakker 622180

Tessa Blaauw 06-12291596

De Doarpskeamer 'Ite mei in Praatsje'

Archan Zijlstra 06-42430674

Coördinatoren Projecten Friesma State

Duofiets

Tineke Meter uvv.grou@gmail.com

Huiskamerproject

Limmy Scheper 623616

Activiteitenbegeleiding

Mien Bosma 621748

Vervoer dagcentrum

Tineke Meter uvv.grou@gmail.com



Bezettingsgraad vrijwilligers UUV-Grou 2022

	Aantal mannen	Aantal vrouwen	Totaal
Totaal aantal vrijwilligers op 1/1/2022	36	62	98
Totaal aantal vrijwilligers op 31/12/2022	41	62	103
waarvan:			
- bestuursleden	2	5	7
- coördinatoren		9	9

Leeftijdsverdeling:	Aantal mannen	Aantal vrouwen	
- t/m 29 jaar		2	2
- 30 t/m 49 jaar	1	3	4
- 50 t/m 69 jaar	17	39	56
- 70 jaar en ouder	21	20	41

Financieel jaarverslag UUV-Grou 2022

Financieel jaarverslag 2022			
INKOMSTEN	2022	UITGAVEN	2022
<i>Gymnastiek</i>	1.422	Gymnastiek	1.500
Subsidie Gymnastiek	544		-
Koor	2.545	Koor	3.117
Subsidie Koor	930		-
Sint Piterdei	-	Sint Piterdei	183
		Onkosten Vrijwilligers	193
	5.441		4.993
Donaties	2.348	Vrijwilligersdag	2.343
Noorderbreedte	2.150	Bestuur	264
Amarylles	435	Representatie	784
		PR/Kantoor	816
	4.933		4.206
Subsidie Brochure	1.000	Nieuwe Website/Brochure	1.724
<i>Electrische Auto & Duofiets</i>		<i>Electrische Auto & Duofiets</i>	
>Rittenkaart	2.330	>PR/Kantoor	461
>Dorpsbudget	1.730	>Aanschaf Laptop	429
		>Onkosten Vrijwilligers	300
		>Abonnementen	2.418
		>Onderhoud	2.625
	4.060		6.233
Van Reserve	1.723		
	17.157		17.157

Toelichting:

Het overzicht is een verkorte versie van het accountantsrapport. Een verzoek om meer informatie kan worden gestuurd naar uvv.grou@gmail.com

De subsidie voor gymnastiek en koor is steun in verband met inkomstenderving in de coronaperiode. Naar aanleiding van het opzeggen van leden en het niet kunnen werven van nieuwe leden. Hierdoor konden we deze activiteiten blijven aanbieden zonder verhoging van de contributie.

Activiteiten en Diensten

Vriendschappelijk huisbezoek – Vervanging mantelzorg – Wandelen Friesma State

Eind dit jaar waren we met drieëntwintig vrijwilligers. Negen van deze vrijwilligers kwamen in Friesma State. Sommigen gingen alleen wandelen met een bewoner, dit is dus afhankelijk van de weersomstandigheden, anderen gingen ook op bezoek of met de betreffende bewoner een bakje drinken in de kantine. Anja Westra is contact persoon van deze vrijwilligers, zij hield ons op de hoogte van ontwikkelingen en veranderingen betreffende de bewoners en vrijwilligers in Friesma State.

Elf vrijwilligers kwamen bij iemand thuis op bezoek. Twee vrijwilligers waren dit jaar even niet inzetbaar. Er zijn koppelingen gestopt, dit onder meer door verhuizen of overlijden van de cliënt. Een aantal vrijwilligers hebben zich afgemeld bij ons project en er zijn nieuwe vrijwilligers bij gekomen.

Aanvragen kwamen van familie, Amaryllis en Ouderenzorg van de huisartsen.

We zijn een paar keer bij iemand thuis geweest na een aanvraag waarbij bleek dat "huisbezoek" niet helemaal was wat ze zochten. Wij konden dan andere mogelijkheden binnen de UUV aanbieden.

We hebben onze vrijwilligers voor de zomervakantie en met de kerst een kaartje gestuurd. Daarnaast hebben we telefonisch contact gehad.

Op 21 oktober hadden we een koffieochtend met onze vrijwilligers in Friesma State

Hanne Sikkema en Gepke de Boer

Praktische hulp

Via dit project kunnen mensen hulp ontvangen voor zaken die hun **tijdelijk** niet meer lukken. Hierbij kunt u denken aan:

- Boodschappen halen;
- Vervoer naar ziekenhuis, dokter o.i.d.;
- Kleine klusjes waar geen vakman voor nodig is;
- Bezoek aan de bibliotheek, o.i.d.

Er zijn op het moment elf vrijwilligers.

We zijn het afgelopen jaar een paar keer benaderd voor klusjes in huis en voor boodschappen doen. Ook zo nu en dan voor een ritje buiten Grou.

De vrijwilligers die wij (praktische hulp) hebben doen meestal ook vrijwilligers werk voor een ander project bij UUV.

Baukje Langhout en Anneke Bouma

Activiteiten en Diensten

Bingo

De bingo loopt goed en heeft een gemiddeld bezoekersaantal van 20 personen. De locatie is op elke laatste donderdagmiddag van september tot en met april in het restaurant van Friesma State. Het betreft een vaste groep gasten die zelf komen of door middel van vervoer met Grou Mobyl. Vaste organisatoren Anneke Hylkema en Minke Smeding organiseren dit al vanaf het begin en met veel plezier zorgen zij voor een leuke middag vermaak met het bingo spel, leuke prijzen en een kop koffie of thee. Het stukje sociale contact is zeer belangrijk. Tijd en ruimte om bij te praten is er zeker. Zij krijgen ook regelmatig van de gasten te horen hoe leuk het is op zo'n middag 'een prijsje is leuk maar niet de hoofdzaak om te komen'. Men kijkt altijd weer uit naar de volgende keer.

Minke Smeding

Gymnastykferiening 'Nut en Nocht'

Dit is een gymgroep die in 2022 gestart is met 15 leden. Elke woensdagochtend doen zij in de sporthal te Grou gymnastische oefeningen onder leiding van Wim Krul. Beginnend met het los maken van de spieren en dan vaak in een spelvorm verder bezig met het lichaam. De dames hebben veel plezier en ieder doet op eigen niveau mee. Ook wordt er met enige regelmaat koffie gedronken. Het sociale stukje vindt men ook belangrijk. Opmerking van gym-leden als: 'ik voel spieren die ik nog nooit eerder heb gevoeld' en 'ik voel mijn conditie vooruit gaan' zijn leuke opmerkingen. Eind van het jaar telde de groep 18 leden. Invallessen worden door Hinke Volbeda gedaan. Zij doet het op haar eigen wijze en ook dan heeft de groep weer veel plezier. Eind van het jaar wordt er gezamenlijk koffie gedronken en in januari kijkt iedereen er weer naar uit om te beginnen.

Coördinator van de gymgroep is Hetty Wijbenga.

Minke Smeding

Zangkoor Sjongnocht

Het koor Sjongnocht begon in 2022 met 13 leden. De gevolgen van de Corona periode heeft enkele leden doen besluiten om te stoppen, maar gelukkig zijn er ook 2 nieuwe leden bij gekomen en is het jaar afgesloten met een ledenaantal van 15. Het koor repeteert op de maandagmiddag en zij bepalen samen met de gediplomeerde dirigent Jelly Meijer wat voor repertoire ze gaan zingen. Men heeft ook meerdere optredens verzorgt zoals in Friesma State en met de kerst in de Sint Piterkerk. Het plezier van het zingen staat voorop en dat straalt de groep ook uit. Maar het ledenaantal kan altijd groter dus interesse, kom dan een keer meezingen en kijk of het iets voor je is. Coördinator van de groep is Thea Leistra.

Minke Smeding

Grou Moby! (auto met chauffeur, duofiets en vervoer Friesma State)

Auto met chauffeur

Onze mooie opvallende auto wordt al een bekend gezicht in Grou. Er wordt steeds meer gebruik gemaakt van de GrouMoby! Begonnen we in 2021 met 15-20 ritten in de week, is het nu gemiddeld al 60-70 ritten in de week.

Er zijn veel vaste klanten, die wekelijks naar het koor, gymnastiek of de doarpskeamer gebracht worden. Maar ook afspraken bij de kapper, pedicure of huisarts en tandarts worden vaak met de GrouMoby! gedaan. En natuurlijk voor de wekelijkse boodschappen.

We krijgen veel positieve reacties, zoals: "heerlijk dat ik nu zelf naar de winkel kan of op bezoek bij mijn vrienden".

Er is een groep van zo'n 45 zeer enthousiaste vrijwilligers actief bij de GrouMoby! Ook zij beleven veel plezier aan het rijden of telefoon opnemen. Gezellig een praatje maken en altijd blije mensen in de auto.

Tineke Meter

Duo-Fiets

De twee duo-fietsen bij Friesma State worden regelmatig gebruikt voor bewoners van Friesma State.

Eén duo-fiets is speciaal aangepast voor Huntington patiënten. Een vrijwilliger die ook assisteert bij het dagcentrum, fietst regelmatig met bezoekers hiervan.

De duo-fietsen mogen ook gebruikt worden door inwoners van Grou met bv een familielid. In het voorjaar van 2023 willen we hier wat meer publiciteit aan geven.

Van Pleatslik Belang Grou hebben we een bijdrage mogen ontvangen uit het Doarpsbudget. Hier hebben we voor de duo-fiets van UVV een nieuwe accu kunnen aanschaffen. Hiermee kan zo'n 100 km gefietst worden, waardoor we nu ook meer buiten Grou kunnen fietsen. We zijn erg blij met deze gift.

De eerste fietstocht naar Reduzum is al geweest. De bewoner zag allemaal bekende plaatsen terug, een zeer geslaagde tocht.

Om in de zomer weer meer te kunnen fietsen, zijn we altijd op zoek naar meer vrijwilligers.

Tineke Meter

Doarpskeamer

Elke dinsdagmiddag, woensdagochtend en vrijdagmiddag is de Doarpskeamer geopend voor iedereen die even binnenkomt lopen voor een bakje thee/koffie en een praatje, spelletje, puzzel of iets knutselen. Zelfs als je niks wilt ben je van harte welkom.

Deze ontmoetingsplek wordt gemiddeld door zo'n 8 á 10 mensen bezocht.

Daarnaast kun je er ook terecht voor het Repair-café dat elke eerste donderdag van de maand geopend is van 13:30-16:30 uur. Hier probeert men alle kapotte apparatuur met een stekken weer te fixen.

Elke tweede donderdag van de maand kun je terecht van 10:00-11:30 uur voor onze UP-gesprekken. Dit zijn groepsgesprekken met een gespreksleider en een bepaald thema. Deze gesprekken worden door de deelnemers als zeer waardevol omschreven en alles wat hier besproken wordt blijft ook daar in de Doarpskeamer. Dit vertrouwen zorgt ervoor dat er soms hele diepgaande gesprekken plaatsvinden.

Verder proberen we wel elke week iets creatiefs, sportiefs of educatiefs te organiseren en willen we van onze bezoekers altijd graag horen wat ze missen in Grou.

Tessa Blaauw en Marike Bakker

Ite mei in Praatsje

2022 was het startjaar van Ite mei in praatsje.

In mei 2022 zijn er 6 aangemelde (1 was met kennisgeving niet aanwezig) vrijwilligers bij elkaar geweest om het project samen door te spreken.

De invulling; hoe vaak, wordt het de eerste en derde donderdag van de maand, op welk tijdstip gaan we eten, s 'morgens vanaf 10:30 uur inloop, hoeveel vrijwilligers hebben we per keer nodig, we denken aan 2 gastvrouwen bij 15 deelnemers en 2 kooksters.

Afgesproken wordt dat we in september van start gaan. De eerste donderdag was proefdraaien met alle vrijwilligers, hierbij werd bekend dat 2 vrijwilligers waren afgehaakt, maar dat er 3 dames van het Habibti café gaan meedraaien met de kookvrijwilliger.

De opkomst is de laatste maanden van 2022 nog niet geweldig, er zijn ook enkele donderdagen niet doorgegaan omdat er geen aanmeldingen waren.

Wij gaan vol goede moed op naar 2023.

Tjittie van der Sluis

Voor bewoners Friesma State



Friesma State

Oostergoostraat 52-54

9001 CM Grou

www.noorderbreedte.eu/friesma-state

Huiskamerproject

Op de huiskamers zijn momenteel 16 vrijwilligers.

Nieuwe vrijwilligers zijn van harte welkom.

De vrijwilliger doet geen zorgtaken.

Zij is gastvrouw op de huiskamer.

Nu de corona weer voorbij is kunnen de mensen weer naar de activiteiten en weer buiten wandelen.

Heb je interesse om je als vrijwilliger op te geven neem dan contact op met Anja Westra coördinator welzijn-activiteiten Friesma State.

Limmy Scheper

Activiteiten begeleiding

Wy binne mei 8 vrijwilligers dwaande by de aktiviteiten. Eltse dei is der (útsein op freed) wol in aktiviteit. Ien fan de froulju is tongersdei-te-moarns fêste begeliedster fan de soos mei help fan ien fan de oare vrijwilligers. De aktiviteiten rinne o.e.m. juni. Hoe't it nei it simmerskoft komme sil is noch net bekend om't der wer in ferbouwing plak fine sil.

Mien Bosma

Vervoer Dagcentrum Friesma State



Vervoer dagcentrum Friesma State

Met de bus van Friesma State worden door vrijwilligers, op maandag en donderdag, cliënten voor het dagcentrum opgehaald. Door wijzigingen in de zorgverzekeringen worden nieuwe cliënten niet meer met de bus vervoerd, maar met een taxi. Hierdoor wordt er momenteel maar één cliënt vervoerd.

Er is een vaste groep chauffeurs, die dit al jaren met veel plezier doet.

De vrijwilligers rijden ook op de bus bij uitjes van de bewoners van Friesma State. Bv. naar de Orchideeën Hoeve of naar Aqua Zoo. Dit wordt georganiseerd door de woongroepen van Friesma State.

Tineke Meter