



Jaarplan 2017 Bijzonder Aktief

Bijzonder Aktief zet zich in voor sportmogelijkheden voor mensen met een verstandelijke beperking in Oss en omgeving.

1. Inleiding

Zoals in het Beleidsplan 2012-2016 staat omschreven, worden jaarlijks de doelen voor het volgende kalenderjaar gedetailleerd uitgewerkt in een jaarplan.

In dit jaarplan 2017 wordt de organisatie van Bijzonder Aktief omschreven evenals haar visie en missie. Er is een opsomming van de doelstellingen die Bijzonder Aktief in 2017 wil realiseren. Vervolgens worden alle doelstellingen beschreven.

Het Jaarplan is een handboek voor bestuursleden en vrijwilligers. Het biedt de deelnemers en hun ouders/verzorgers duidelijkheid over de stichting.

2. Omschrijving Bijzonder Aktief

adres	Bourgondiëstraat 86
postcode en woonplaats	5346 RD Oss
telefoon	0412-630608
e-mail	h.zopfi@hccnet.nl
website	www.bijzonderaktief.nl
bankrekeningnummer	NL10RABO0140433953

Ingeschreven bij Kamer van Koophandel Oost Brabant 41081893

Overkoepelende organisatie waarbij de instelling is aangesloten

naam	Gehandicaptensport Nederland
adres	Wattbaan 31-49
postcode en woonplaats	3439ML Nieuwegein

telefoon	035 751 38 70
e-mail	info@gehandicaptensport.nl
website	www.gehandicaptensport.nl

Bijzonder Aktief is een zelfstandige stichting en is ontstaan uit een initiatief van het team van de Bernadetteschool (so/vso zmlk) en het bestuur van de V.O.G.G. afdeling Oss en omstreken. De datum van oprichting is 11 december 1981. Stichting V.O.G.G., voorheen kortweg De Sportclub Oss genoemd, heeft per 03-10-2013 de naam en de statuten officieel veranderd in Stichting Bijzonder Aktief.

3. Missie en Visie

Missie

Het mogelijk maken van sportbeoefening door mensen met een verstandelijke beperking.

Toelichting:

Het behartigen van de belangen van mensen met een verstandelijke beperking op het gebied van sport, spel en recreatie. Door de stichting worden sport- en sociale activiteiten georganiseerd. De deelname is voor alle leeftijden voor personen uit Oss en regio. Voorop staat het plezier beleven.

Visie:

Bijzonder Aktief richt zich op ontwikkelen, stimuleren en organiseren van activiteiten op het gebied van sport en bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking om hen op deze wijze niet alleen fysiek, maar ook mentaal fitter te maken, zodat zij met meer zelfvertrouwen en een beter zelfbeeld in het leven staan en daarmee de kwaliteit van hun leven bevorderd wordt.

4. Doelstellingen die Bijzonder Aktief in 2017 wil realiseren:

- Het aanbieden van activiteiten, passend bij de mogelijkheden en wensen van de deelnemers (zie hoofdstuk 5)
- Ambities op sport- en organisatieniveau (zie hoofdstuk 6)
- Ambities op deelnemers- en vrijwilligersniveau (zie hoofdstuk 7)

Tijdens alle vergaderingen van zowel het dagelijks als van het algemeen bestuur zal aandacht geschonken worden aan het realiseren van deze doelstellingen.

5. Doelstelling: Het aanbieden van activiteiten, passend bij de mogelijkheden en wensen van de deelnemers.

Bijzonder Aktief wil op de eerste plaats in 2017 aan haar ongeveer 80 deelnemers een groot aantal reguliere sportactiviteiten aanbieden. (zie: A De reguliere sportactiviteiten). Daarbij wordt gebruik gemaakt van vrijwilligers. Alleen bij fitness is assistentie van een professional. Voor iedere sport- en sociale activiteit wordt door het bestuur een vrijwilliger aangewezen als coördinator. Zij zijn het eerste aanspreekpunt en verschaffen mondelinge en schriftelijke informatie aan zowel ouders, verzorgers van de sporters, de sporters en de vrijwilligers.

Op de tweede plaats biedt Bijzonder Aktief een aantal aan sport verwante extra activiteiten aan en bovendien organiseert zij enkele sociale activiteiten. (Zie: B. Extra sport- en sociale activiteiten).

A. De reguliere sportactiviteiten**Zwemmen**

In het instructiebad wordt het eerste half uur besteed aan aquajoggen voor de liefhebbers. Het tweede half uur is bestemd voor vrij zwemmen. Iedere zwemmer neemt op eigen niveau deel aan de activiteiten. Wij vinden het prettig als de deelnemers watervrij zijn. Er wordt geen zwemles gegeven. Het doel van het zwemmen is lekker ontspannen bezig zijn in het water, onder begeleiding van ervaren en enthousiaste vrijwilligers. In de kleedlokalen hebben we vaak behoefte aan hulp van ouders.

Voor wie: alle leeftijden
Waar: Golfbad Oss, Euterpelaan 1 in Oss
Wanneer: zaterdagochtend 10.00 – 11.00 uur

Judo

Judo is een fysieke sport waarbij de deelnemers leren vallen en opstaan, winnen en verliezen. De judoka's beginnen met een warming-up en oefenen vervolgens verschillende worpen en (val)technieken en hebben daarbij op een gecontroleerde manier lichamelijk contact. Dit alles op een plezierige en veilige manier en onder deskundige leiding. Iedere judoles wordt afgesloten met een spel. Een aantal keren per jaar wordt aan een judotoernooi deelgenomen.

Voor wie: alle leeftijden
Waar: Sportzaal Hub Noord Brabant, Ruwaardstraat 15 in Oss
Wanneer: maandagavond 20.00 – 21.00 uur

Fitness

Speciaal voor de leeftijdsgroep van 16 jaar en ouder bestaat de mogelijkheid aan fitness te doen. Iedere week werkt een groep van ongeveer tien deelnemers aan hun conditie met behulp van allerlei fitnessapparatuur. Dit gebeurt uiteraard onder leiding van hulpvaardige vrijwilligers en onder toezicht van een fysiotherapeut.

Voor wie: vanaf 16 jaar
Waar: Topfysiotherapie Slebus & Wijnakker, Schadewijkstraat 8 in Oss
Wanneer: dinsdag- en donderdagavond 19.00 – 20.00 uur

Tafeltennis

Samen tafeltennissen, vrienden maken en plezier hebben staat voorop. De deelnemers oefenen met zijn tweeën of met zijn vieren, spelen wedstrijdjes met elkaar en de sportieve leiding en verbeteren de motoriek door lichamelijke inspanningen. Een aantal keren per jaar vindt een uitwisseling plaats met bevriende verenigingen.

Voor wie: vanaf 12 jaar
Waar: Sportzaal Hub Noord Brabant, Ruwaardstraat 15 in Oss
Wanneer: maandagavond 19.00 – 20.00 uur

Zaalsport

Bij het zaalsporten staat plezier in het spel voorop. Elke les wordt gekozen uit de vele sporten en bewegingsmogelijkheden die in een gymzaal mogelijk zijn. Dit gebeurt in allerlei variaties en spelvormen. Belangrijk is dat de sporters op hun eigen niveau en vanuit hun eigen interesse en mogelijkheden kunnen zaalsporten onder gemotiveerde begeleiding.

Voor wie: alle leeftijden
Waar: Sportzaal Hub Noord Brabant, Ruwaardstraat 15 in Oss
Wanneer: donderdagavond 19.00 – 20.00 uur

Bowlen

Tijdens het bowlen spelen we partijtjes en trainen uiteraard naar vermogen op techniek. Om te bowlen moet je minstens 16 jaar zijn. Er wordt gespeeld op een officiële bowlingbaan waarbij de puntentelling automatisch plaatsvindt. Deelnemers kunnen zelf een drankje aan de bar bestellen. De gemotiveerde begeleiders zijn zelf ook actieve bowlers.

Voor wie: vanaf 16 jaar

Waar: Bowlingcentrum Rusheuvel, Rusheuvelstraat 5 in Oss.

Wanneer: donderdagavond 19.00 – 20.00 uur

Voor meer informatie

Zie de website: www.bijzonderaktief.nl

Contributies

Judo, tafeltennis, zaalsport, zwemmen € 37,50 per sport per halfjaar.

Fitness € 65,00 per halfjaar. Bowlen € 70,00 per halfjaar.

Afspraken bij judo

Voor de les:

- De deelnemers aan de judolessen van Bijzonder Aktief dragen een judopak tijdens de judolessen.
- De deelnemers aan de judolessen van Bijzonder Aktief worden verzocht hun teen- en vingernagels bij te houden om zodoende geen verwondingen te krijgen of toe te brengen.
- De deelnemers aan de judolessen van Bijzonder Aktief dragen een schoon judopak.

Tijdens de les:

- De deelnemers van Bijzonder Aktief moeten in alle rust deel kunnen nemen aan de judolessen, daarom worden ouders / verzorgers verzocht niet de judozaal binnen te lopen.
- De ouders / verzorgers van de deelnemers van Bijzonder Aktief mogen de laatste 5 min. van de les naar zijn of haar deelnemer in de judozaal komen kijken.
- De judoles van Bijzonder Aktief wordt geleid door de aangestelde leraar en een assistent.

-Aan wedstrijden voor deelnemers van Bijzonder Aktief wordt in overleg met de leraar deelgenomen. Dit omdat de aangestelde leraar zich verantwoordelijk voelt of deelname aan wedstrijden ook verantwoord is.

Het gradueren:

- Het gradueren van de deelnemers gebeurt door de judoleraar.
- Het gradueren zal op 4 verschillende momenten in het sportjaar worden beoordeeld door de aangestelde leraar. (4 x per jaar een kleurtje aan de band en 2 x paar jaar een bandexamen, indien hier kandidaten voor zijn)
- Het gradueren zal gebeuren tijdens de reguliere judoles en hierbij zijn natuurlijk alle ouders / verzorgers van harte welkom om te komen kijken.

Betrokkenheid:

- De betrokkenheid van de ouders wordt zeer op prijs geteld.
- Als u een idee heeft dat ten goede komt aan de deelnemers van Bijzonder Aktief, kom er mee naar de leraar.

B. Extra sport- en sociale activiteiten

Extra sportactiviteiten

Uitwisseling

Per jaar is er tweemaal een sportuitwisseling van de tafeltennissers met Swift uit Deventer. Eenmaal vindt de uitwisseling plaats in Deventer en ook eenmaal in de zaal van de Bernadetteschool in Oss.

Om het jaar willen we meedoen aan de "Special Olympics". In 2012 was het in Den Bosch, in 2014 in Heerenveen en in 2016 in Nijmegen. Het is een evenement waarbij een aantal sporters een leuk, muzikaal en sportief weekend kunnen hebben.

De judoka's doen jaarlijks mee aan enkele toernooien bij andere verenigingen.

Sociale activiteiten

Feestavond bij sint en carnaval

De feestavonden voor zowel sint als carnaval zijn in de kantine van KV DOT voor alle deelnemers, vrijwilligers en hun verwanten. Er zijn draaiboeken voor de feestavonden.

Voor de vrijwilligers is er jaarlijks een barbecue.

Na de grote vakantie houden we een rommelmarkt ten bate van activiteiten van Bijzonder Aktief. (zie: Draaiboek Rommelmarkt).

6. Doelstelling: Ambities op sport- en organisatieniveau

Bijzonder Aktief heeft voor 2017 de volgende ambities op sport- en organisatieniveau:

- Bezien of er samenwerkingsverbanden met andere instellingen mogelijk zijn.
- Deelname aan toernooien door tafeltennissers en judoka's.

Bij het sportonderdeel judo zijn afspraken over kleding, omgang tijdens de les, betrokkenheid e.d. vastgelegd. Voor ouders, voogden, deelnemers en vrijwilligers schept dat duidelijkheid.

7. Doelstelling: Ambities op deelnemers- en vrijwilligersniveau

Bijzonder Aktief heeft voor 2017 de volgende ambities op deelnemers- en vrijwilligersniveau:

- Doorgroeien van 80 deelnemers richting 100.
- Uitbouw van het aantal vrijwilligers van 26 naar 35.
- Organiseren van clinics voor vrijwilligers en belangstellenden.

Bijzonder Aktief is laagdrempelig en wil dat blijven door slechts een geringe deelnemersbijdrage te vragen. Verdere inkomsten voor de stichting komen uit de jaarlijkse rommelmarkt, deelname aan de RABO bank clubkascampagne en van de gemeentelijke subsidies van Oss, Bernheze en Landerd. Bij speciale evenementen wordt gezocht naar sponsoring.

Uit een financieel overzicht van de penningmeester, waarbij alle kosten en inkomsten per deelnemer berekend zijn, blijkt dat bij zwemmen en judo financiële tekorten zijn. Daarom is het wenselijk dat we meer deelnemers krijgen. Hoe meer deelnemers hoe lager de kosten zijn per gemiddelde deelnemer.

De deelnemersbijdrage is voornamelijk gebaseerd op de hoogte van de zaalhuur.

De bekostiging en reservering van de materiële activa, zoals bijvoorbeeld judomatten, ballen en tafeltennistafels, worden niet per sport maar over alle deelnemers berekend.

Meer deelnemers betekent ook weer meer vraag naar vrijwilligers. Het is wenselijk dat er per sport minimaal twee vrijwilligers zijn. Men kan dan elkaar ondersteunen en zo nodig vervangen bij ziekte of afwezigheid.

We proberen de huidige vrijwilligers te houden; we verzorgen voor hen onder meer voor een barbecue, een bijeenkomst rond de jaarwisseling, een jaarafsluiting en soms een groepsbijeenkomst rondom een speciaal thema.

Om nieuwe aanwas te genereren, wordt de huidige vrijwilligers gevraagd te proberen nieuwe vrijwilligers te vinden. Vacatures voor vrijwilligers worden gemeld bij het Vrijwilligerspunt Oss.

Er worden clinics georganiseerd op het gebied van EHBO en sporten met mentaal gehandicapten. Daarmee scholen we de vrijwilligers. Tijdens de clinics zijn niet alleen de eigen vrijwilligers welkom. Ook staan deze bijeenkomsten open voor belangstellenden. We hopen uiteraard daarmee nieuwe vrijwilligers te werven.

We proberen de begeleiding van de vrijwilligers vanuit het dagelijks bestuur vorm te geven. We hebben voor vrijwilligers de volgende taakomschrijving:

Taakomschrijving Vrijwilligers Bijzonder Aktief

Onder **vrijwilligers** verstaan wij die mensen die zich bij onze stichting hebben ingeschreven als vrijwilliger en zich regelmatig inzetten voor een bepaalde sporttak en daarnaast ook bereid zijn voor de stichting de handen uit de mouwen te steken.

Aan- of afwezigheid van een sporter en de rol daarin van de coördinator

De penningmeester (ledenadministrateur) levert de coördinator per sport een lijst aan met de n.a.w. gegevens van de deelnemers. Tevens krijgt elke coördinator van een sport een lijst met relevante medische gegevens.

De coördinator zorgt ervoor te beschikken over een actuele lijst waarop telefoonnummers van contactpersonen van de deelnemers staan.

De coördinator van een sport houdt een aanwezigheidsregistratie bij.

Als een sporter zich niet heeft afgemeld, dan doet de coördinator navraag.

Als een sport onverwachts niet door kan gaan, dan geeft de coördinator dat door aan de sporters of hun begeleiders.

Als er onduidelijkheden zijn, dan belt de coördinator met één van de leden van het dagelijks bestuur. (Henny 0412-630608; Wim 06-16884674; Ton 0412-647140)

Het volgende is uit het Huishoudelijk Reglement

Artikel 6: VRIJWILLIGERS

1. “Bijzonder Aktief” werkt met vrijwilligers zowel bestuurlijk als voor alle te beoefenen sporten en andere activiteiten door “Bijzonder Aktief” georganiseerd.
2. De vrijwilligers staan ingeschreven in het bestand en zijn verzekerd via de overkoepelende organisatie Gehandicaptensport Nederland gedurende de uren waarin zij voor “Bijzonder Aktief” actief zijn.
3. De minimum leeftijd voor een vrijwilliger bij “Bijzonder Aktief” is 16 jaar.
4. Vrijwilligers zijn minimaal 15 minuten voor aanvang van een activiteit aanwezig tot minimaal 15 minuten na afloop van de activiteit.
5. Vrijwilligers onderschrijven de Omgangsvormen die zijn opgesteld door Gehandicaptensport Nederland. De Gedragsregels staan op onze website.
6. Vrijwilligers wordt gevraagd een verklaring omtrent gedrag te overleggen. Eventuele kosten zijn voor rekening van Bijzonder Aktief.
7. Vrijwilligers zijn akkoord met het Huishoudelijk Reglement.

Bescherm elkaar en hou je aan de gedragsregels:

1. zorg voor een gezellige en veilige sfeer
2. laat de sporter in zijn waarde
3. waardeer en respecteer elkaar
4. geen machtsmisbruik of intimidatie
5. geen aanrakingen die als seksueel of erotisch kunnen worden ervaren

Behalve vrijwilligers kennen we ook **hulpouders**. Daaronder rekenen we die mensen die zo nu en dan hand- en spandiensten verlenen, zoals bijvoorbeeld bij het aan- en uitkleden bij het zwemmen. Hulpouders en ook andere geïnteresseerden kunnen zich ook als vrijwilliger inschrijven.

Hulpouders vernemen van de coördinatoren wat ze kunnen doen.

