



JAARVERSLAG 2022

*Stichting Yoga en Meditatie
Eemnesserweg 29,
3743AD Baarn
Email claudia@equilibrium.nu
Telefoonnummer +31641810056*

Inhoud

Voorwoord van de voorzitter.....	3
1. Verslag van het bestuur	4
1.2 Activiteiten 2022	4
2. Toekomst.....	5
2.2 Activiteiten 2023	5
3. Organisatie.....	6
3.1 Bestuur	6
3.2 Vrijwilligers	6
4. Jaarrekening.....	7
4.1 Jaarrekening.....	7
5. Begroting 2023	9

Voorwoord van de voorzitter

Beste Lezer,

Hierbij het tweede jaarverslag van onze stichting. In 2022 heeft de eerste groep vrouwen, in een financieel kwetsbare positie, het jaartraject afgesloten met een retraite in juni. De groep heeft het Yogaprogramma als zeer positief ervaren. Een aantal deelnemers is gestart met een opleiding en zijn gestart met solliciteren. De deelnemers gaan inmiddels zelfstandig verder, er is wel contact, geen begeleiding vanuit de stichting.

In september 2022 zijn wij gestart met onze tweede groep vrouwen. In tegenstelling tot de voorgaande groep hebben wij gemerkt dat het selecteren van kandidaten de nodige aandacht vergt. Mensen die zich in een kwetsbare positie bevinden lopen daar niet mee te koop. Door subsidies van het “Lokaal Preventie Akkoord”, de gemeente Baarn en particuliere donaties is de stichting financieel gezond en hebben wij een goede basis voor het uitvoeren van onze activiteiten.

Door de oud-deelnemers en hun netwerk te betrekken bij het bereiken van nieuwe kandidaten verwachten wij hierin succesvoller te zijn. Wij zien dit jaar met vertrouwen tegemoet.

1. Verslag van het bestuur

1.2 Activiteiten 2022

Voor groep 2021-2022 zijn 10 yogalessen, 7 meditatiesessies, 2 wandelsessies en 2 lessen omgaan met geld gegeven.

Als afsluiting van het SYM Yogaprogramma 2021-2022 is in juni 2022 een driedaagse retraite “Met hart en ziel” gehouden in de Leonardushoeve te Belfeld.

In september 2022 is de tweede groep (groep 2022-2023) gestart. Deze groep heeft in de maanden september t/m december 8 yogalessen, 3 meditatiesessies, 2 wandelsessies en 1 les omgaan met geld ontvangen. Het Yogaprogramma voor deze groep gaat verder in 2023 en wordt met een retraite in juni afgesloten.

Het kennismaken en opstarten van de tweede groep (7 personen) vroeg om aanpassing qua lesinhoud: minder lichamelijke oefeningen, meer meditatie en yoga nidra lessen. De groep vrouwen bracht een nieuwe dynamiek mee. Ook door gevarieerde leeftijd. (twee vrouwen rond de 30 jaar). Ook de wandelmeditatielessen vroegen om aanpassing vanwege de beperkte energie en de beperkingen van de deelnemers.

Onderwerpen van meditatie en yoga zijn geweest:

- Voelen en beleven van je geest en je lichaam.
- Bewustwording: Wat zijn je overtuigingen? In hoeverre zijn ze belemmerend? Hoe kom je in je kracht te staan? Wat zou je graag willen? Hoe werk je daaraan?

Het valt op dat bij deze groep de mindere financiële middelen samengaan met chronische lichamelijke klachten. Maar de motivatie om mee te doen is groot.

Eén deelnemster is na 3x gestopt, het lukte haar niet, door haar beperkte energie en beperkingen, gemotiveerd te blijven en mee te blijven doen.

Er zijn koffiebonen uitgedeeld door “Aandacht van Daan”, zie AandachtvanDaan.nl, voor een gratis kopje koffie of thee bij “De Generaal”. De vrouwen hebben hiervan genoten.

Er is tijd besteed aan het zoeken naar een geschikte plek voor het Retraite in juni 2023. Veel onderkomens bleken te duur, bezet of niet geschikt. Fijn iets gevonden te hebben in de Bronhoeve te Cothen.

Naast de activiteiten voor de deelnemers is er tijd besteed aan het onderhoud van de website, subsidieaanvraag bij de gemeente Baarn en het werven van nieuwe deelnemers voor het Yogaprogramma 2022-2023.

2. Toekomst

In september dit jaar willen wij weer starten met een nieuwe, derde, groep vrouwen en aan hen dezelfde activiteiten bieden als de vorige groepen. Dit betekent dat wij op tijd gaan starten met het aanwerven van kandidaten.

2.2 Activiteiten 2023

In de periode januari t/m juni 2023 ontvangt de groep 2022-2023 11 yogalessen, 7 meditatiesessies, 3 wandelsessies en 1 les omgaan met geld.

De afsluiting van het Yogaprogramma 2022-2023 vindt weer plaats met de retraite “Met hart en ziel” in de Bronhoeve te Cothen op 17 t/m 18 juni.

In september 2023 start weer een nieuwe groep vrouwen (groep 2023-2024).

De groep 2023-2024 ontvangt in 2023: 8 yogalessen, 3 meditatiesessies, 2 wandelsessies en 1 les omgaan met geld.

Naast de activiteiten voor de groepen wordt ook dit jaar weer tijd besteed aan het werven van nieuwe deelnemers voor het Yogaprogramma 2023-2024, subsidieaanvragen en alles wat nodig is om de stichting goed te laten functioneren.

3. Organisatie

Stichting Yoga en Meditatie
Eemnesserweg 29
3743AD Baarn
Kvk 82905991
RSIN 862648737
NL38 RABO 0370 7164 93
De stichting heeft een ANBI status.

3.1 Bestuur

In 2022 is onze Penningmeester Erna Wegman uit het bestuur getreden. Zij is opgevolgd door Sanneke van Leeuwen. De samenstelling van het bestuur is nu als volgt:

Voorzitter: mevr. C.M. Veltmeijer-Meireilles
Penningmeester: mevr. C.J. Vink-van Eijk
Secretaris: mevr. S.H. van Leeuwen



Claudia Veltmeijer



Corrie van Eijk



Sanneke van Leeuwen

3.2 Vrijwilligers

In 2022 heeft Margaret van Rijn zich bij de stichting gevoegd als yogadocente. Wij zijn zeer blij met haar inzet.
De lessen in "Omgaan met geld" zijn ingevuld door Nora van Asselt. Wij zijn Nora zeer dankbaar voor haar inzet.



Margaret van Rijn

4. Jaarrekening

4.1 Jaarrekening

In 2022 heeft de stichting een subsidie van €4.500 ontvangen in het kader van het Lokaal Preventieakkoord. Dit bedrag wordt door ons verdeeld over 3 jaren. Ook heeft de stichting van de gemeente Baarn een subsidie in het kader van het "Algemeen nut van de samenleving". SAM² heeft een bedrag van €1.200 geschonken voor de retraite.

Het bedrag van de huur van de yogaruimte is €150 hoger uitgevallen omdat ook de huur van 2021 deels is vergoed.

Stichting Yoga en Meditatie				
Winst- en Verliesrekening 2021				
<i>in euro</i>				
	Werkelijk	Begroot	Werkelijk	
	2022	2022	2021	
Inkomsten				
Donaties via de bank organisaties	400,00	300,00	-	
Donaties via de bank particulieren	435,00	1.000,00	2.105,00	
Contante donaties particulieren	606,50	500,00	370,35	
Subsidies	7.200,00	5.000,00	1.000,00	
	8.641,50	6.800,00	3.475,35	
Uitgaven				
Bank en creditcard kosten	123,61	120,00	33,15	
Balansboeking kas naar bank	50,00			
Communicatie Website Folders etc.	236,98	200,00	139,00	
Contributies abonnementen overig	121,00	210,00	481,09	
Huur Yoga ruimte	850,00	700,00		
Retraite	1.914,20	2.250,00		
	3.295,79	3.480,00	653,24	
Resultaat	5.345,71	3.320,00	2.822,11	

Stichting Yoga en Meditatie			
Balans per 31 december		2022	2021
<i>in euro</i>			
Activa			
Bankrekening		8.167,82	2.772,11
Kasgeld		-	50,00
Totaal activa		8.167,82	2.822,11
Passiva			
Bestedbaar vermogen		5.000,00	2.822,11
Continuïteitsreserve		3.167,82	-
Totaal passiva		8.167,82	2.822,11

5. Begroting 2023

Uitgaven				
Onderwerp	Aantal	Kosten/stuk	Kosten	Opmerking
Bankrekening en kosten Rabo	1	€ 120,00	€ 120	Jaarlijks terugkerend
Onderhoud website, eHerkenning, ..	1	€ 200,00	€ 200	Jaarlijks terugkerend
Vergoeding vaste lasten yogaruimte	31	€ 28,00	€ 868	Jaarlijks terugkerend
Ontwerpen en drukken studiematerialen	6	€ 35,00	€ 210	Jaarlijks terugkerend
Retraite juni 2023	10	€ 175,00	€ 1.750	Jaarlijks terugkerend
Onvoorziene uitgaven	1	€ 142,00	€ 142	Jaarlijks terugkerend
Totale kosten			€ 3.290	
Inkomsten				
Onderwerp			Opbrengsten	Opmerking
Donaties via de bank (geschat)			€ 490	
Donaties contant (geschat)			€ 50	
Eenmalige subsidie Preventieakkoord			€ 1.500	€4.500 verdeeld over 3 jaar. Toegekend in 2022.
Subsidie gemeente Baarn			€ 1.250	Wordt aangevraagd
Totale opbrengsten			€ 3.290	