



Jaarverslag Stichting Tröst 2019

Algemeen

Het jaar 2019 kende een aantal mooie hoogtepunten waar we er een paar van noemen. De 5 (maandelijke) thema avonden “filosoferen op de scheidslijn van leven en dood” en de nieuwe cursus “rouw, veerkracht en zingeving”. Samenwerken deden we bij de voorstelling “Manna voor de ziel” met de Doopsgezinde kerk, bij de Gemeentelijke Troostdag in mei met de Gemeente Utrecht, bij het symposium in oktober met het Palliatief Netwerk en Humanitas en tijdens de Rouw en Verliesdag met de Centrale Bibliotheek en Humanitas. Ook dit jaar mochten we weer ruim 600 bezoekers verwelkomen. Voor meer gegevens verwijzen we u naar onderstaande tabel.

Het belangrijkste was dat ook in 2019 nabestaanden en hun relaties Stichting Tröst wisten te vinden en dat we een bijdrage konden leveren aan het meer bespreekbaar maken van thema’s rond sterfelijkheid en dood. Bijzonder is dat we met een relatief kleine groep van 16 vrijwilligers zoveel activiteiten konden realiseren. We hebben onze missie ook in 2019 kunnen waarmaken:

Stichting Tröst wil een ontmoetingsplaats zijn voor mensen, die met verlies door de dood te maken hebben. Wij willen een plek bieden waar sterfelijkheid, dood en rouw aandacht krijgen.

Café Tröst

In Café Tröst lag het accent op ontmoeting en aandacht voor ieders verhaal. Elke keer was er een speciaal thema als invalshoek voor het gesprek. Acht keer was er live muziek te horen door muzikanten die niet zelden zelf ook ervaring hebben met verlies en rouw. Afgelopen jaar vonden ook weer nieuwe bezoekers hun weg naar het Café. Veel bezoekers komen maandelijks en vertrekken na een tijdje weer. Een paar keer was er een speciaal Café of werd gekozen voor een andere locatie. M.n. de lunchbijeenkomst in Rotsoord eind december was een succes, deze staat in 2020 ook weer ingepland. Het Café wordt georganiseerd door een hecht team van 7 vrijwilligers, mannen en vrouwen. Een Café Tröst middag wordt verzorgd door 3 vrijwilligers in wisselende samenstelling.

Activiteiten en deelnemers 2020

Activiteit	Doelgroep	Aantal deelnemers
Café TrösT iedere laatste zondag van de maand van 15.00 tot 17.00 uur. In 2018 11 keer.	Nabestaanden/lotgenoten	Gemiddeld ong. 12 bezoekers per middag. Totaal 150 bezoekers
5 Maandelijkse thema avonden met Jurjen van de Groep vanaf 22/1. "Filosoferen over de scheidslijn tussen leven en dood".	Nabestaanden en belangstellenden	Gemiddeld 6 tot 8 bezoekers per avond
8 februari Thema "Verlies van broer/zus" met boekbespreking door Saskia van de Riet	Lotgenoten en belangstellenden	14 gasten
3 februari Troostrijke winterwandeling in het Máximapark	Lotgenoten	4 wandelaars
17 februari Intuïtief schilderen met Welmoed Reitsma	Lotgenoten	9 deelnemers
Zondag 3 maart, muzikale lezing over Ein Deutsches Requiem van Brahms door Tom Hart	Nabestaanden en belangstellenden	35 gasten
Cursus Rouw, Veerkracht en zingeving 5, 12, 19, 26 maart en 9 april door Richard van Dijk	Lotgenoten	8 cursisten
2 april – Muzikale avond over Rouw en Verlies bij Resto van Harte Kanaleneiland	Gasten van de Resto	20 gasten
Voorstelling "Manna voor de ziel" in samenwerking met de Doopsgezinde kerk	Iedereen	50 gasten
14 april – lentewandeling in Zuilen	Lotgenoten	1 wandelaar
26 mei – Gemeentelijke Troostdag in samenwerking met stichting TrösT en Humanitas	Lotgenoten	115 gasten
23 juni Begraafplaats wandeling op Kovelswade door Leonie Brinks	Iedereen	6 deelnemers
28 juli – Zomerwandeling in het Noorderpark in plaats van Café TrösT	Lotgenoten	5 wandelaars
10 oktober Symposium ; Aandacht voor rouw en nazorg" In samenwerking met het Palliatief netwerk en Humanitas	Zorgverleners en vrijwilligers	120 deelnemers
Zo 13 okt – Herfstwandeling	Lotgenoten	2 wandelaars

1 november – een collage maken voor een dierbare, voor ouderen in samenwerking met de bibliotheek	Lotgenoten/ouderen	5 deelnemers
2 november, Allerzielen. Themadag Rouw en verlies in de Centrale bibliotheek Utrecht.	Nabestaanden en belangstellenden	118 deelnemers aan diverse workshops en lezingen
6 november – Middag over rouw en Verlies voor ouderen in samenwerking met de bibliotheek	Lotgenoten/ ouderen	5 deelnemers
10 november – Workshop Beeldend gedenken met Ada de Groot	Lotgenoten	10 deelnemers
1 december “in beweging komen na verlies” dansworkshop met Ellen van de Gruiter	Lotgenoten	6 deelnemers
15 december – Muziek middag met TrösT – optreden van Frederike de Winter en Jan Verheij in de 3 Krone	Iedereen	25 bezoekers

In totaal hebben ruim 600 deelnemers aan onze activiteiten mee gedaan.

PR in 2019

Het vergroten van onze bekendheid is nog steeds een speerpunt voor onze Stichting. Onze inspanningen hebben het afgelopen jaar geresulteerd in meer deelnemers aan onze activiteiten. De doelgroep nabestaanden van onze Stichting fluctueert en dat is begrijpelijk. Zij maken een tijdje gebruik van café TrösT en het activiteiten aanbod en vinden vervolgens weer hun weg in het leven. Dat betekent dat we gebaat zijn bij een grote algemene bekendheid en warme verwijzrelaties en ambassadeurs. Daar hebben we met onze PR in 2019 verder vorm aan gegeven.

PR in 2019

- Met veel inzet is gewerkt aan het verder verbeteren van de website. We zijn overgestapt naar een nieuwe provider
- We hebben een goed ritme gevonden in de berichtgeving naar buiten met de nieuwsbrieven, persberichten, activiteitenladders en advertenties. Op de social media groeit het aantal volgers, momenteel 454 volgers op facebook, ‘op’ twitter staat de teller op 700 en ‘op’ instagram op 71.
- Het blijkt lastig om de pers in de ‘buitengemeenten’ en de niet-schrijvende pers warm te krijgen voor ons aanbod. In 2020 willen we onze inspanningen op dit terrein voortzetten.
- De banden met samenwerkingspartners zijn verder aangehaald o.a. door verwijzing op de sites naar elkaars aanbod.
- Afspraken zijn gemaakt om in 2020 te starten met koffieschenken op twee begraafplaatsen, Tolsteeg en Kovelswade.
- Voorbereidingen zijn getroffen om in een van de Utrechtse wijken te starten met het project ‘compassionate neighbours’ in samenwerking met de Universiteit voor Humanistiek. Doel is om

binnen wijken netwerken op te zetten voor opvang van/door buurtbewoners die met rouw door verlies door de dood te maken hebben.

De boeken van TrösT

Boeken kunnen troosten en zijn een wegwijzer in het land van rouw. Daarom heeft Stichting TrösT een commissie boeken die ook in 2019 actief was met:

- Het bijhouden van een boekenlijst op de website met een handige zoekfunctie en een korte samenvatting (nu rond de 800 titels).
- Het verzorgen van een aanrader-van-de -maand op de website.
- Het adviseren welke boeken of schrijvers voor ons interessant zijn om een lezing te geven.
- Het initiëren van een boekbesprekingen zodra er voldoende belangstelling is via de website en nieuwsbrief. Bij voldoende belangstelling wordt een bijeenkomst georganiseerd

Het Bestuur

Het Bestuur bestaat uit 4 leden en heeft een wisseling gehad voor de functie van secretaris. Renee Lommen nam afscheid van deze functie en we mochten Joke Kranenburg verwelkomen als secretaris. Het bestuur vergaderde in 2019 8 keer. Renee Lommen blijft actief als vrijwilliger en drijvende kracht in de commissie programmering.

De Interne organisatie

De uitvoering van het werk wordt gedaan in 4 verschillende werkgroepen:

- Team café TrösT – met 7 vrijwilligers
- Commissie programmering – met 5 vrijwilligers waarvan 1 nieuwe vrijwilliger.
- PR – commissie– met 4 vrijwilligers
- De commissie boeken – 2 vrijwilligers

De vrijwilligerscoördinator is bij alle vergaderingen aanwezig en is een belangrijke verbindende factor. Zij organiseert ook regelmatig gezamenlijke bijeenkomsten met alle vrijwilligers zoals de zomerborrel en de eindejaarsborrel.

De Vrijwilligers

Stichting TrösT is een vrijwilligersorganisatie met 16 vrijwilligers op 31 december 2019. We namen in 2019 afscheid van 1 vrijwilliger en mochten 2 nieuwe vrijwilliger begroeten.

Vrijwilligers zetten hun verschillende bijzondere kwaliteiten in voor de doelgroep en voelen zich verbonden met Stichting TrösT.

Samenwerking en sponsors

- Sponsors zijn van groot belang voor onze organisatie. Door de steun van onze sponsors is het mogelijk om laagdrempeligheid te realiseren bijvoorbeeld door voor Café TrösT geen bijdrage te vragen. We konden met deze steun ook nieuwe en grotere activiteiten organiseren die vaak niet kostendekkend zijn of een financieel risico in zich dragen. We mochten het afgelopen jaar

opnieuw ook sponsoring ontvangen in natura zoals het beschikbaar stellen van een ruimte voor een workshop en het ontwerpen van de nieuwe flyer en activiteitenladders.

- Bij het organiseren van activiteiten stellen we ons altijd de vraag met wie samenwerking een goede optie zou zijn. In het afgelopen jaar hebben we samengewerkt met vertrouwde organisaties zoals Humanitas, de Bibliotheek, het netwerk Palliatieve zorg en Stichting Hemelrijk (sinds 1-1- 2019 in de plaats gekomen van De jonge Weduwe).
- We zijn ingegaan op de vraag van de Gemeente Utrecht om samen de Gemeentelijke Troostdag te organiseren op 26 mei. Voor deze dag werden nabestaanden die het afgelopen jaar een naaste hebben verloren uitgenodigd.

Financiën

Stichting TrösT is er opnieuw in geslaagd om in 2019 een gemeentesubsidie te verwerven. Daarnaast waren er een aantal sponsoren die onze Stichting steunden met een bijdrage. Het was hierdoor mogelijk om activiteiten te organiseren die niet altijd kostendekkend hoefden te zijn en we hebben meer kunnen doen op het gebied van de PR.

Financieel hebben we het jaar afgesloten met een positief resultaat van € 1269,-. Als we dit bedrag corrigeren voor de vrijwilligers prijs van € 1500,- komen we uit op een klein verlies van €231,- in 2019. Het bedrag van de vrijwilligersprijs staat als bestemmingsreserve op de balans.

Voor de financiële resultaten verwijzen we naar de jaarrekening 2019 op onze website.

Met dank aan allen die ons hebben gesteund en zich hebben ingezet voor Stichting TrösT in 2019 !

Nienke Lamsma
Voorzitter Stichting TrösT

Joke Kranenburg
Secretaris Stichting TrösT

Leo Bedaux
Penningmeester Stichting TrösT

Mariëlle Bedaux
Bestuurslid

Utrecht, 20 maart 2020