

stichting
ZIEK
GELUKKIG

JAARVERSLAG
2024

INHOUD

Voorwoord.....	2
Visie en Missie.....	3
Activiteiten.....	4
Samenwerkingen.....	8
Begroting, jaarrekening en balans.....	10

VOORWOORD

Beste lezers,

Met trots presenteren wij u het jaarverslag van Stichting Ziek Gelukkig over 2024 – een jaar waarin verbinding, groei en impact centraal stonden. Dankzij de inzet van onze vrijwilligers, partners en donateurs hebben we wederom betekenisvolle stappen kunnen zetten in het verbeteren van de mentale zorg binnen het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis.

Ook dit jaar hebben wij ons onverminderd ingezet om in samenwerking met het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis de mentale ondersteuning voor mensen die ziek zijn systematisch te verbeteren. Daarnaast zorgen wij voor geluksmomentjes voor mensen die ziek zijn en hun naasten.

Naast dat we de afgelopen jaren ontzettend hard hebben gewerkt om zowel intern als extern de stichting op te bouwen hebben we in 2024 een heel goed jaar gehad. De evenementen die we zelf hebben georganiseerd en die door mensen zelf zijn gestart zijn allemaal heel goed ontvangen. Als stichting hebben we vanaf moment 1 altijd het doel gehad om geld in te zamelen voor het Antoni van Leeuwenhoek maar wel op een manier waarin we samen kunnen zijn of die mensen een lach op het gezicht brengt.



Bestuursleden Stichting Ziek Gelukkig

Dit is het eerste jaar waarin de basis goed was waardoor de impact op evenementen en acties vergroot kan worden. Dit heeft ons als stichting ontzettend doen groeien en nog meer duidelijk gemaakt waarvoor we het doen.

Dit jaarverslag biedt een gedetailleerd overzicht van onze prestaties, financiële gezondheid en de vele verhalen van hoop en veerkracht die ons werk kenmerken. Wij zijn dankbaar voor de onvermoeibare inzet van ons team, de betrokkenheid van onze partners en de genereuze bijdragen van onze donateurs. Zonder jullie steun zouden deze prestaties niet mogelijk zijn geweest.

Namens het hele team van Stichting Ziek Gelukkig danken wij iedereen die in 2024 aan onze zijde stond. We kijken vol energie en vertrouwen uit naar wat 2025 ons zal brengen.

Namens het gehele bestuur, een dankbare en warme groet,

Stichting Ziek Gelukkig

VISIE EN MISSIE

Na ons missie en visie traject van eind 2023 – begin 2024 hebben we veel duidelijker wat het doel is van de stichting. Dit heeft ons in 2024 ontzettend geholpen om duidelijkheid te krijgen binnen de stichting waardoor we ook beter naar buiten konden communiceren waar we voor staan.

Conclusie, de aanpassingen van deze belangrijke kern elementen zijn erg goed bevallen afgelopen jaren en zijn nu de fundering van de stichting.

- **Visie**

Mensen die ziek zijn helpen om gelukkiger te worden ondanks hun omstandigheden.

- **Missie**

Wij bieden financiële ondersteuning voor onderzoek en systeemverandering op het gebied van mentaal welzijn binnen het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis. Daarnaast bieden wij handvatten en geluuksmomentjes voor mensen die ziek zijn en hun naasten.

ACTIVITEITEN

DAM TOT DAMLOOP 2024

Ook dit jaar heeft Stichting Ziek Gelukkig met trots deelgenomen aan de Dam tot Damloop 2024. Met ongeveer 40 enthousiaste lopers werd er een fantastisch bedrag van **€16.026** opgehaald voor het Antoni van Leeuwenhoek (AvL). Een indrukwekkende prestatie waarmee we wederom bijdragen aan het project **Ziek Gelukkig**, dat zich inzet voor het welzijn en geluk van mensen met kanker.

De Dam tot Damloop bestaat uit twee onderdelen: **Damloop by Night** op zaterdagavond en de officiële **Dam tot Damloop** op zondag. Beide edities stonden in het teken van sportieve inzet, samenhang en het steunen van een prachtig goeddoel.

Damloop by Night: Het mooiste van Zaandam in 5 mijl

Op zaterdagavond gingen vier dappere lopers van start aan de sfeervolle 5 mijl door Zaandam. Om 20:00 uur klonk het startschot en renden zij samen met honderden anderen door het feestelijke centrum van de stad. Langs de route stonden familieleden, vrienden en toeschouwers om de deelnemers aan te moedigen. De gezellige sfeer, muziekpodia en drukbezochte barretjes maakten deze avond tot een waar hardloopefeest.



Dam tot Damloop: van Amsterdam naar Zaandam

Zondagochtend was het tijd voor de iconische 10 mijl van Amsterdam naar Zaandam. Meer dan 30 lopers van Stichting Ziek Gelukkig stonden aan de start, klaar voor de uitdaging. Het weer was stralend, misschien zelfs iets te warm, maar gelukkig boden buurtbewoners verfrissing met tuinsproeiers langs het parcours. Na de start op de Prins Hendrikkade en de indrukwekkende passage door de IJ-tunnel, volgde een energieke tocht richting de finish in Zaandam. Overal langs de route werden de renners luidkeels aangemoedigd door supporters.

Het was indrukwekkend om te zien met hoeveel toewijding en liefde voor de stichting onze lopers deze fysieke en mentale uitdaging zijn aangegaan. Dankzij hun inzet en de steun van talloze donateurs is er een prachtig bedrag opgehaald, dat volledig ten goede zal komen aan het project Ziek Gelukkig binnen het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis.

Namens het bestuur van Stichting Ziek Gelukkig willen we alle lopers, donateurs en vrijwilligers van harte bedanken voor hun betrokkenheid en inzet tijdens de Dam tot Damloop 2024.



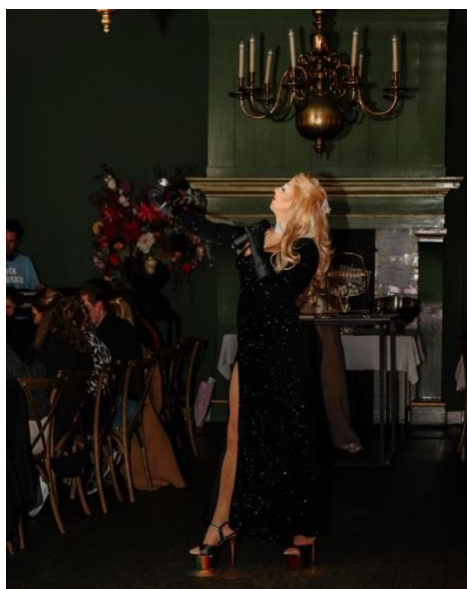
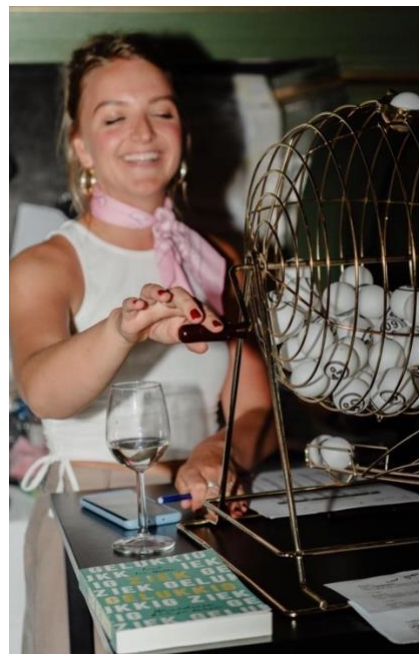
GLAMOUR BINGO: een feest met impact

In 2024 organiseerden we voor de tweede keer onze **Bingo**, het evenement dat inmiddels is uitgegroeid tot een waardevolle traditie binnen Stichting Ziek Gelukkig. Waar we in 2023 begonnen met een intieme editie in Café Tapmarin, kozen we dit jaar voor een grotere opzet in het sfeervolle en prestigieuze **West Indisch Huis** in Amsterdam. Met ruimte voor zo'n 80 tot 100 gasten groeide niet alleen de capaciteit, maar ook de impact.

De avond was een sprankelend feest, met dank aan onze eigen **drag queen Miss Amy** en support van **DJ Paul en MC Jasper**, die het publiek trakteerden op een programma vol humor, emotie en energie. De prijzen – waaronder talloze restaurantcheques – werden genereus beschikbaar gesteld door onze vrienden en relaties, waarvoor wij bijzonder dankbaar zijn. De organisatie en de avond zelf was weer een groot feest, met speciale dank aan de vrijwilligers die zich inzetten om alles op rolletjes te laten verlopen.

Tijdens het evenement brachten we ook het boek van **Ruud**, de schilderijen van Harma en de waar onze stichting voor staat onder de aandacht, waarmee we ons verhaal koppelden aan de avond. Wat begon als een feest voor vrienden en familie is inmiddels uitgegroeid tot een avond waar ook nieuwe gezichten aanschuiven – mensen die geraakt zijn door ons verhaal en zich daarna als ambassadeur aan **Stichting Ziek Gelukkig** verbinden.

De Glamour Bingo was een uniek moment van verbinding, plezier en bewustwording en er is met dit evenement ruim €2400 opgehaald. Een blijvende traditie die in 2025 ongetwijfeld een vervolg krijgt.



INDIVIDUELE ACTIES

Naast dat we als stichting elk jaar zelf een paar evenementen organiseren zijn er dit jaar ook meerdere acties door mensen zelf gestart. Dit is een supermooie manier om geld in te zamelen en mensen kunnen het helemaal op hun eigen manier en tempo invullen.

Individuele actie - Tom van Haandel

Tom heeft contact gezocht met de stichting omdat hij geld wou inzamelen voor Stichting Ziek Gelukkig door het lopen van de **100km hardloopwedstrijd** in Winschoten. WAUW. Op vele vlakken is dit een ongekennde prestatie geworden. Naast dat Tom de 100km heeft uitgelopen heeft hij ook **15.701 euro** opgehaald. WAUW WAUW WAUW. We zijn Tom ontzettend dankbaar voor de waanzinnige prestatie die hij heeft geleverd en het prachtige bedrag dat hij hiermee heeft opgehaald.



Individuele actie – Nijmeegse vierdaagse

Op 16 juli 2024 hebben Rowie, Elsemiek en Sanne de **Nijmeegse vierdaagse** gelopen voor Stichting Ziek Gelukkig. Wat een prestatie! 160 km gewandeld en daarmee hebben ze maar liefst **3967 euro opgehaald!** Deze meiden waren vanaf moment één zo gemotiveerd om een geweldige prestatie neer te zetten en daarmee ook heel veel lol te hebben. In de vier dagen zijn we overladen met foto's van tijdens het lopen en na het lopen. We zijn Rowie, Elsemiek en Sanne waanzinnig dankbaar voor deze geweldige actie en dit ontzettend mooie bedrag waar ze daarmee hebben opgehaald.



Individuele actie – Gerda, Lars en Sanne

Dit prachtige bedrag hebben Gerda, Lars en Sanne opgehaald namens hun man en vader voor Stichting Ziek Gelukkig. Jans overleed aan de gevolgen van kanker en vroeg zijn vrouw om in plaats van bloemen geld in te zamelen voor Stichting Ziek Gelukkig. Wij zijn Gerda, Lars en Sanne ontzettend dankbaar voor deze geweldige gift en de liefdevolle gedachte aan Jans.



UITDELEN GELUKSMOMENTJES

Rond de feestdagen zijn we met Stichting Ziek Gelukkig langsgegaan in het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis met een krat vol Tony's Chocolonely-repen. Dit deden wij om stil te staan bij de mensen die de kerstperiode in het ziekenhuis moesten doorbrengen.

We gingen van kamer naar kamer om de repen persoonlijk te overhandigen aan patiënten en hun naasten. en hen een klein geluksmomentje te brengen.

De reacties waren hartverwarmend. Van verraste blikken tot oprechte dankbaarheid, het liet zien hoe waardevol zo'n simpel gebaar kan zijn. Het zijn precies dit soort momenten die ons herinneren waarom we doen wat we doen: aandacht geven, een beetje geluk verspreiden en mensen laten voelen dat ze er niet alleen voor staan.



SAMENWERKINGEN

De samenwerkingen met House of Deeprelax en met Miriam Pieneman hebben we in 2024 voortgezet. We zijn ontzettend blij en trots met deze power bedrijven achter ons.

HOUSE OF DEEPRELAX

In 2022 zijn we een samenwerking aangegaan met House of Deeprelax. House of Deeprelax heeft in 2023 een op maat gemaakt Yoga Nidra pakket gemaakt op basis van de voorkeuren van Ruud. Dit konden wij vervolgens via de verpleegkundige in het AvL gratis aanbieden aan de mensen die daar behoefte aan hadden. We hebben hier super goede feedback op gekregen. We begrijpen dat het niet voor iedereen is weggelegd maar de mensen die hier baat bij hebben kunnen we op deze manier goed bereiken.

Er zijn mooie gesprekken met House of Deeprelax om deze samenwerking door te zetten. Hopelijk kunnen we meerdere mooie projecten starten om mensen binnen het AvL een steuntje in de rug te geven.

Dankjewel, House of Deeprelax
www.houseofdeeprelax.com

MIRIAM PIENEMAN

In 2022 zijn we een samenwerking met Miriam aangegaan. Miriam zij heeft haar expertise als coach meerdere keren dit jaar ingezet. Dit doet zij door mensen mentaal te ondersteunen en coachen bij het omgaan met hun ziekte. Hierin biedt ze ook een programma aan dat de 'geluksroute' wordt genoemd. Dit is specifiek voor mensen die opzoek zijn naar een stip op de horizon na of tijdens hun ziekteproces.

In het afgelopen jaar heeft Miriam meerdere mensen geholpen tijdens hun ziekte traject. Doormiddel van coaching en het opzetten van een doel zijn er meerdere mensen heel erg bij geholpen. We zijn daarom ook ontzettend trots op onze samenwerking met Miriam en hopen die de komende jaren voort te blijven zetten.

Dankjewel, Miriam
www.miriampieneman.com



Miriam Pieneman

HARMA ATELIER

Harma, Ruuds moeder, is een gepassioneerde kunstenares, die al jaren prachtige schilderijen maakt. Ze schildert intuïtief: vanuit het gevoel ontstaat een kleurrijk werk, waarbij het aan een ieders fantasie is om het werk betekenis te geven.

In 2022 zijn er al prachtige schilderijen gemaakt en verkocht door Harma. Maar in 2023 gaat dit nog velen malen beter. Doormiddel van een nieuwe website en tomeloze inzet van Harma zijn er weer ontzettend veel schilderijen gemaakt en verkocht. Daarnaast doet Harma ook meerdere schilder evenementen en ook workshops voor kinderen.

We blijven Harma altijd steunen omdat zij onderdeel is van de stichting maar ook voor ons allemaal een speciaal plekje in ons hart heeft. Dat Harma dan ook nog op haar eigen mooie manier wat geld inzameld voor de stichting is prachtig en zijn we ontzettend blij mee en trots op.

Dankjewel, Harma.

www.harma-atelier.nl



Schilderijen van Harma



BEGROTING, JAARREKENING EN BALANS

BEGROTING

	2025	2024
	EUR	EUR
Baten van particulieren	32.000	30.000
Som van de baten	32.000	30.000
Lasten		
Besteed aan de doelstellingen	25.000	25.000
Wervingskosten	7.000	4.000
Kosten beheer en administratie	800	800
Som van de lasten	31.800	29.800
	200	200
Saldo financiële baten en lasten	-200	-200
Saldo van baten en lasten	0	0

JAARREKENING

BALANS

(na resultaat bestemming)

Activa		31 december 2024	31 december 2023
Liquide middelen	1.	42.230	34.213
Totaal		42.230	34.213
Passiva			
Eigen vermogen		0	0
Reserves	2.	41.940	33.492
Totaal vermogen		41.940	33.492
Kortlopende schulden	3.	290	721
Totaal		42.230	34.213

STAAT VAN BATEN EN LASTEN

		2024	2023
Baten	4. EUR	EUR	
Baten van particulieren	<u>40.755</u>	<u>24.735</u>	
Som van de baten		40.755	24.735
Lasten	5.		
Besteed aan de doelstellingen	24.996	619	
Wervingskosten	6.639	3.977	
Kosten beheer en administratie	<u>601</u>	<u>708</u>	
Som van de lasten		32.236	5.304
		19.431	19.431
Saldo financiële baten en lasten	6.	-195	-194
Saldo van baten en lasten		8.324	19.237
<u>Resultaatbestemming</u>			
Toevoeging/ onttrekking aan:			
Reserve		8.324	19.237

TOELICHTING BEHORENDE BIJ DE JAARREKENING 2024

ALGEMENE GRONDSLAGEN VOOR DE OPSTELLING VAN DE JAARREKENING

Algemeen

Stichting Ziek gelukkig, statutair gevestigd te Amsterdam, wordt aangemerkt als Algemeen Nut Beogende instelling (ANBI) volgens artikel 5b Algemene wet inzake rijksbelastingen. De grondslagen die worden toegepast voor de waardering van activa en passiva en de resultaatbepaling zijn gebaseerd op historische kostprijs. Voor zover niet anders is vermeld, zijn zowel de activa als de passiva tegen nominale waarde gewaardeerd.

Baten en lasten worden toegerekend aan het jaar waarop ze betrekking hebben.

De jaarrekening is opgesteld in euro's.

Verslaggevingsperiode en vergelijkende cijfers

Deze jaarrekening is opgesteld uitgaande van een verslagperiode van 01-01-2024 tot en met einde boekjaar 31-12-2024. De vergelijkende cijfers zijn opgesteld uitgaande van een verslagperiode van 01-01-2023 tot en met 31-12-2023.

De gehanteerde grondslagen van waardering en van resultaatbepaling zijn ongewijzigd gebleven ten opzichte van het voorgaande jaar. Ten behoeve van het inzichtelijk maken van vergelijkende cijfers is het mogelijk dat er herrubricering heeft plaatsgevonden van de van balans en/of staat van baten en lasten posten.

Schattingen

De opstelling van de jaarrekening vereist dat het bestuur oordelen vormt en schattingen en veronderstellingen maakt die van invloed zijn op de toepassing van grondslagen en de gerapporteerde waarde van activa en verplichtingen, en van baten en lasten. De daadwerkelijke uitkomsten kunnen afwijken van deze schattingen. De schattingen en onderliggende veronderstellingen worden voortdurend beoordeeld. Herzieningen van schattingen worden opgenomen in de periode waarin de schatting wordt herzien en in toekomstige periode waarvoor de herziening gevolgen heeft.

GRONDSLAGEN VAN WAARDERING VAN ACTIVA EN PASSIVA EN RESULTAATBEPALING

Algemeen

De grondslagen die worden toegepast voor de waardering van activa en passiva en de resultaatbepaling zijn gebaseerd op historische kostprijs. Voor zover niet anders is vermeld, zijn zowel de activa als de passiva tegen nominale waarde gewaardeerd.

Baten en lasten worden toegerekend aan het jaar waarop ze betrekking hebben.

Liquide middelen

Liquide middelen bestaan uit banktegoeden en worden gewaardeerd tegen nominale waarde.

Reserve

Het reserve is het vrij besteedbaar vermogen waarover de daartoe bevoegde organen zonder belemmering door wettelijke of statutaire bepalingen kunnen beschikken voor het doel waarvoor de stichting is opgericht.

Kortlopende schulden

Kortlopende schulden worden bij eerste verwerking gewaardeerd tegen reële waarde.

Kortlopende schulden worden na eerste verwerking gewaardeerd tegen geamortiseerde kostprijs, zijnde het ontvangen bedrag rekening houdend met agio of disagio en onder aftrek van transactiekosten. Dit is meestal gelijk aan de nominale waarde.

Saldo van baten en lasten

Het saldo van baten en lasten wordt bepaald als zijnde de opbrengsten verminderd met alle hiermee verbonden, aan het boekjaar toe te rekenen kosten. De kosten worden bepaald met inachtneming van de hiervoor reeds vermelde waarderingsgrondslagen.

TOELICHTING OP DE BALANS PER 31 DECEMBER 2024

1. Liquide middelen

	2024	2023
Rekening Rabobank	42.230	34.213
	42.230	34.213

2. Reserves

	2024	2023
Beginstand	33.492	14.255
Toevoeging resultaat	8.324	19.237
Eindstand	41.940	33.492

Voorstel tot bestemming van het resultaat over het boekjaar 2024

Het resultaat van 8.324 EUR wordt volledig toegevoegd aan het reserve.

3. Kortlopende schulden

<u>Handelscrediteuren</u>	2024	2023
Crediteuren	290	721

TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN OVER 2024

4. Baten

	2024	2023
Baten van particulieren	6.728	3.777
Baten Dam tot Damloop	16.026	12.518
Baten individuele acties	14.497	0
Baten bingo	2.903	2.080
Baten schilderijen	600	1.200
Baten House of Deeprelax	0	5.160
	40.754	24.735

Verschil tussen de begrote baten van 2024 (€30k) en de werkelijke baten 2024 (€40,8k) is ontstaan Doordat de individuele acties €14,5k hebben opgebracht, dit is meer dan wij hadden begroot.

5. Lasten

<u>Besteed aan de doelstellingen</u>	2024	2023
Schenking AVL	22.500	0
Lasten kerstactie	439	619
Lasten Coachingsessies	2.057	0
Totaal	24.996	619

<u>Wervingskosten</u>	2024	2023
Lasten Dam tot Damloop	4.730	2.585
Lasten Bingo evenement	532	497
Representatiekosten	1.015	895
Drukwerk en transportkosten	362	0
Totaal	6.639	3.977

<u>Kosten beheer en administratie</u>	2024	2023
Telefoon en Internet	0	0
Websitekosten	390	341
Administratiekosten	211	219
Totaal	601	708

Verschil tussen begrote kosten (€29,8k) en daadwerkelijke kosten (€32,2k) is ontstaan doordat Stichting Ziek Gelukkig aan een visietraject heeft deelgenomen en meer kaarten heeft verkocht voor de Dam tot Damloop dan begroot.

6. Saldo financiële baten en lasten

	2024	2023
Bankkosten	195	194