



**DIKKE**  
VINGER

**JAARVERSLAG 2022**

# JAARVERSLAG 2022

## 1 INHOUD

<b>1 INHOUD</b>	<b>2</b>
<b>2 VOORWOORD</b>	<b>3</b>
<b>3 MISSIE, VISIE EN PRINCIPES</b>	<b>4</b>
3.1 MISSIE	4
3.2 VISIE	5
3.3 PRINCIPES	5
<b>4 DOELSTELLINGEN</b>	<b>6</b>
4.1 INFO	6
4.2 SUPPORT	7
4.3 ACTIE	7
<b>5 IMPACT EN BEREIK</b>	<b>8</b>
5.1 SOCIALE MEDIA	8
5.2 IN DE MEDIA	8
5.3 PODCAST	9
<b>6 ACTIVITEITEN 2022</b>	<b>9</b>
6.1 MEETINGS INTERN	9
6.2 SUPPORTGROEP	10
6.3 STAGEBEGELEIDING	10
6.4 OVERIG	11
<b>7 FINANCIËN</b>	<b>12</b>
7.1 JAARREKENING 2022	12
<b>8 ORGANISATIE</b>	<b>12</b>
8.1 ALGEMENE GEGEVENS	12
8.2 BESTUUR	13

# JAARVERSLAG 2022

## 2 VOORWOORD

Dikke Vinger is ondertussen al meer dan een jaar officieel een stichting en daar zijn we nog steeds heel trots op. Dit jaar was voor ons een jaar van groei en uitdagingen.

Met onze sociale activiteiten, zoals de kledingruil en stranddag, blijven we voldoende mensen bereiken die samen willen komen in een gezellige en veilige sfeer. Ook onze supportgroepen zijn nog steeds een vaste waarde binnen onze stichting. Daar hebben we dit jaar zelfs een uitbreiding gezien: we hebben nu ook een tak in Amsterdam die supportgroepen organiseert. Verder hebben we twee stagiairs begeleid en meegewerkt aan onderzoeken van studenten.

Onze groei brengt ook uitdagingen met zich mee. We zijn ons er bijvoorbeeld erg van bewust dat onze organisatie weinig divers is, met een wit bestuur en een hoofdzakelijk wit publiek. Daar willen we actief verandering in brengen. Eind 2022 hebben we de Spark-subsidie van Mama Cash ontvangen om onze supportgroepen te kunnen uitbreiden naar verschillende thema's. We willen deze supportgroepen laten leiden door mensen die deel uitmaken van intersecties zoals dik/queer, dik/bipoc en dik/neurodivers. We maken hiermee een eerste stap van ons kernprincipe om inclusiviteit nog beter in de praktijk te brengen.

In dit jaarverslag lees je verder nog meer over onze missie, visie, doelstellingen, werkzaamheden en financiën.

Namens het bestuur van Stichting Dikke Vinger,  
Anoesjka M. Minnaard - voorzitter  
Sigrid N. van der Meer - secretaris  
Jenny Klijnsmit - penningmeester

# JAARVERSLAG 2022

## 3 MISSIE, VISIE EN PRINCIPES

### 3.1 MISSIE

Stichting Dikke Vinger creëert ruimte voor dikke mensen. Omdat iedereen recht heeft op een leven vrij van stigmatisering en discriminatie.

De organisaties die in Nederland actief zijn (ook in 2022) voor de belangen van dikke mensen, zijn niet vrij van stigma. Zij richten zich voornamelijk op 'ob\*sitas' en 'overgew\*cht' met de BMI als basis. Zij gaan ervan uit dat gewichtsverlies de gezondheid en kwaliteit van leven van dikke mensen verbetert en leggen daarmee de verantwoordelijkheid om af te vallen grotendeels bij het individu.

Stichting Dikke Vinger daarentegen wil niet het gewicht van mensen veranderen (in de hoop dat zij dan niet meer gestigmatiseerd worden), maar de systemen aanpakken die dikke mensen buitensluiten, benadelen en beperken.

Dikke Vinger is dan ook de eerste stichting in Nederland die de belangen van dikke mensen op een inclusieve manier benadert. Want dikke mensen verdienen – onafhankelijk van gewicht, leefstijl of gezondheidsstatus – respect en een gelijkwaardige behandeling.

Daarmee sluit de stichting zich als Nederlandse organisatie aan bij internationale organisaties die binnen de social justice-beweging strijden voor fat acceptance en fat liberation. We dienen daarmee het algemeen belang door ons actief in te zetten voor een samenleving waarin dikke mensen gelijkwaardig kunnen leven, vrij van stigma en discriminatie.

# JAARVERSLAG 2022

## 3.2 VISIE

In onze maatschappij bestaan er veel vooroordelen over dikke mensen. Ze worden veelal bestempeld als lui en ongezond, waardoor ze regelmatig bespot en benadeeld worden: van de media tot de mode-industrie, van de huisarts tot de arbeidsmarkt.

Stichting Dikke Vinger wil daar verandering in brengen. Wij zetten ons in voor een samenleving waarin dikke mensen hun leven kunnen leiden zonder opmerkingen te krijgen van anderen, waarin zorgverleners verder kijken dan gewicht en waarin ze niet de druk voelen om af te vallen als voorwaarde om gerespecteerd te worden.

Kortom, wij bouwen aan een maatschappij waarin dikke mensen het onvoorwaardelijke recht hebben op een gelijkwaardige behandeling en een leven vrij van stigmatisering en discriminatie.

## 3.3 PRINCIPES

Stichting Dikke Vinger staat voor:

- Verbinding van dikke mensen onderling
- Een scherpe en genuanceerde houding
- Onafhankelijkheid
- Toegankelijkheid
- Inclusiviteit

De stichting wil deze kernwaarden op elk moment zo goed mogelijk in de praktijk brengen op een intersectionele manier. De stichting committeert zich om hierin te blijven groeien en leren zodat we onze principes kunnen blijven actualiseren.

# JAARVERSLAG 2022

## 4 DOELSTELLINGEN

Om de missie en visie van Stichting Dikke Vinger te kunnen realiseren werken we projecten en activiteiten uit waarmee we verandering brengen op 3 verschillende niveaus:

- intrapersoonlijk (eigen gevoelens);
- interpersoonlijk (contact tussen mensen);
- institutioneel niveau (structuur en organisatie van de samenleving).

Deze veranderingen willen we bereiken door onder andere:

- Bijeenkomsten, campagnes, projecten, evenementen en andere activiteiten te organiseren;
- Trainingen, workshops en lezingen te geven;
- Ons beschikbaar te stellen als gesprekspartner, consultant, of ervaringsdeskundige - bijvoorbeeld bij beleidsmakers in de zorgsector en de overheid.

Dikke Vinger werkt vanuit drie pijlers om de doelstellingen in de praktijk om te zetten: info (informereren en voorlichten), support (verbinding en ondersteuning) en actie (bestaansrecht en representatie).

### 4.1 INFO

Met het onderdeel 'Info' willen we mensen informeren en voorlichten. De werkzaamheden die we hiervoor uitvoeren, zijn o.a.:

- Informeren via onze website, de media en sociale media over het bestaan en de gevolgen van discriminatie, vooroordelen en stigmatisering van dikke mensen.

# JAARVERSLAG 2022

- De media informeren over hoe ze stigmatisering en stereotypering kunnen voorkomen in hun teksten en beeldmateriaal, zoals in ons project [Dik in de media](#).
- De medische wereld informeren over de ervaring en toegankelijkheid van dikke mensen in de zorg, en hoe daar rekening mee te houden op een gewichtsinclusieve manier, zoals in ons project [Dik Bij De Dokter](#).

## 4.2 SUPPORT

Het onderdeel 'Support' is voor dikke mensen om elkaar te ondersteunen door ervaringen met elkaar te delen. De werkzaamheden die we hiervoor uitvoeren, zijn o.a.:

- Supportgroepen (online en offline) organiseren.
- Evenementen organiseren om schaamte rondom dik zijn te doorbreken en andere dikke mensen te ontmoeten, zoals een kledingruil, stranddag, picknick, online quiz, etc.
- Een podcast en sociale-media-kanalen beheren om de verbinding tussen (dikke) mensen te bevorderen.

## 4.3 ACTIE

Met het onderdeel 'Actie' richten we ons op bestaansrecht en representatie van dikke mensen. De werkzaamheden die we hiervoor uitvoeren, zijn o.a.:

- Een maatschappelijk debat op gang brengen over de fysieke ontoegankelijkheid voor dikke mensen op het gebied van o.a. zorg, vervoer, kleding en uitgaansgelegenheden.

# JAARVERSLAG 2022

- Kritische teksten publiceren, o.a. blogs op de website en onze [open brief aan de WHO](#).
- Sociale-media-acties uitvoeren, zoals op [International No Diet Day](#).
- In gesprek gaan met organisaties en instellingen, zoals ons [overleg](#) met de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd van het ministerie van VWS over het Toezichtsproject op persoonsgerichte leefstijlbegeleiding vanuit het Nationaal Preventie Akkoord.

## 5 IMPACT EN BEREIK

### 5.1 SOCIALE MEDIA

#### Status 1 januari 2022

Instagram	3440 volgers
Facebook	936 volgers
Facebook online supportgroep	403 leden
Mailchimp	296 subscribers

#### Status 31 december 2022

Instagram	4094 volgers
Facebook	1152 volgers
Facebook online supportgroep	510 leden
Mailchimp	401 subscribers

### 5.2 IN DE MEDIA

- 6 januari** Sassy interview over Dik bij de Dokter [deel 1](#) en [deel 2](#)
- 10 januari** [Live interview](#) bij Rijnmond Vandaag  
[Rotterdamse belangenclub Dikke Vinger](#) – Artikel op Rijnmond
- 15 maart** ["Mensen denken vaak: dik zijn is je eigen schuld"](#) – Interview van Libelle



# JAARVERSLAG 2022

<b>9 april</b>	<a href="#">Interview Volkskrant</a>   Medisch
<b>4 mei</b>	<a href="#">Interview Telegraaf</a>   Vrouw
<b>5 mei</b>	<a href="#">Radio-interview</a> bij Villa VdB
<b>23 juli</b>	<a href="#">Hoe (on)gezond is dik zijn?</a> – Artikel van Brainwash
<b>14 augustus</b>	<a href="#">Vette Pret</a> – Reportage van Trouw over de stranddag
<b>20 oktober</b>	<a href="#">De Incomplete Stijlgids</a> – WomenInc
<b>29 november</b>	<a href="#">Fat Phobia</a> : de angst om dik te worden – Podcast van Centrum voor Intuïtief Eten

## 5.3 PODCAST

De hosts van de Dikke Vinger podcast hebben het over alles wat met dik-zijn te maken heeft. Van fatshaming tot daten, van eetbuien tot sporten, van kleding tot doktersbezoeken ... alles behalve diëten of afvallen.

**25 maart** Podcast S2.3 Intuïtief eten ft Femke Buwalda

## 6 ACTIVITEITEN 2022

### 6.1 MEETINGS INTERN

<b>21 februari</b>	Actiegroep meeting
<b>2 mei</b>	Actiegroep meeting
<b>5 mei</b>	Inclusiemeeting
<b>6 mei</b>	Bestuursoverleg
<b>27 mei</b>	Bestuursoverleg
<b>25 september</b>	Actiegroep borrel
<b>1 september</b>	Actiegroep meeting
<b>14 september</b>	Bestuursoverleg
<b>24 november</b>	Bestuursoverleg

# JAARVERSLAG 2022

## 6.2 SUPPORTGROEP

In de supportgroep kun je praten over waar je allemaal tegenaan loopt als dik persoon en hoe we elkaar kunnen ondersteunen met onze kennis en ervaringen.

Tijdens de supportgroep worden geen dieet- en sporttips uitgewisseld of calorieën geteld. We voeren fijne gesprekken en steunen elkaar.

<b>23 april</b>	Supportgroep Rotterdam (13 deelnemers)
<b>16 november</b>	Supportgroep Amsterdam (22 deelnemers)
<b>13 december</b>	Supportgroep Rotterdam (13 deelnemers)
	Supportgroep Amsterdam (13 deelnemers)

## 6.3 STAGEBEGELEIDING

**24 juni**                    [BMI vs. ivf](#). Mogen drie letters het verloop van je leven bepalen? – Amber Oostra (HBO Rechten)

In dit onderzoek werd gekeken naar de BMI-grens die wordt gehanteerd bij ivf-behandelingen in Nederland.

Het doel was om uit te vinden of het hanteren van deze grens een schending van mensenrechten vormt.

Juridisch gezien biedt het onderzoek een sterk argument om niet per definitie op basis van BMI een ivf-behandeling te weigeren.

**5 december**                    International perspectives on gender & sexuality – Sophia Bax-Wooten (SIT Study Abroad)

# JAARVERSLAG 2022

Deliverables: Workshop over het belang van zelfbehoudspraktijken onder pleitbezorgers en bondgenoten vanuit een identiteitsbewust kader en paper met onderzoeksbevindingen over deze workshop.

## 6.4 OVERIG

<b>6 mei</b>	<a href="#">Open brief aan de WHO</a>
<b>7 mei</b>	Kledingruil Rotterdam (34 deelnemers)
<b>11 mei</b>	Overleg met NHG nav één vandaag
<b>15 juni</b>	Overleg met Domus medica
<b>13 augustus</b>	Stranddag (25 deelnemers)
<b>9 november</b>	Bespreking Masterclass Dik & Zwanger met Vraag de Vroedvrouw

# JAARVERSLAG 2022

## 7 FINANCIËN

### 7.1 JAARREKENING 2022

Aan het einde van het boekjaar 2022 (1 januari tot 31 december) zijn de boeken afgesloten door de penningmeester. Jaar 2022 is het eerste volledige jaar met een jaarrekening.

De jaarstukken zijn opgesteld bestaande uit de jaarrekening, de balans, de verlies- en winstrekening, en een staat van baten en lasten over het betreffende boekjaar.

De boekhouder (KAS-solutions) heeft de definitieve jaarrekening gemaakt.

Het bestuur heeft de stukken beoordeeld, gecontroleerd en goedgekeurd en de penningmeester gedechargeerd. De jaarrekening is te vinden op onze website [dikkevinger.org/stichting-dikke-vinger](https://dikkevinger.org/stichting-dikke-vinger)

## 8 ORGANISATIE

### 8.1 ALGEMENE GEGEVENS

Statutaire naam: Stichting Dikke Vinger

Organisatietype: Stichting

Opgericht: 25 mei 2021

KvK nummer: 82885133 te Rotterdam

Banknummer (IBAN): NL48 TRIO 0320321207

Fiscaal nummer (RSIN): 862640829

Btw-nummer: NL862640829B01

# JAARVERSLAG 2022

Adres: Van Wijngaardenlaan 25, 3078 JP Rotterdam  
Telefoonnummer: 0031 634041609 (penningmeester)  
Website: [www.dikkevinger.org](http://www.dikkevinger.org)  
E-mail: [info@dikkevinger.org](mailto:info@dikkevinger.org)

## 8.2 BESTUUR

Titel: Voorzitter  
Naam: Anoesjka M. Minnaard  
Bevoegdheid: Gezamenlijk bevoegd  
(met andere bestuurders, zie statuten)

Titel: Secretaris  
Naam: Sigrid N. van der Meer  
Bevoegdheid: Gezamenlijk bevoegd  
(met andere bestuurders, zie statuten)

Titel: Penningmeester  
Naam: Jenny Klijnsmit  
Bevoegdheid: Gezamenlijk bevoegd  
(met andere bestuurders, zie statuten)