

# Jaarverslag 2022

”

*Wij moesten afscheid nemen van onze moeder, maar hoe doe je dat? En hoe leef je dan door? Het HDI heeft ons hier zó bij geholpen.*

Jade en Maran



**Helen Dowling Instituut**  
Psychologische zorg bij kanker

# Inhoud

Ontmoet Helen \_\_\_\_\_ 6

Onze zorg \_\_\_\_\_ 10

Wetenschappelijk onderzoek \_\_\_ 16

Helen Dowling Academie \_\_\_\_\_ 21

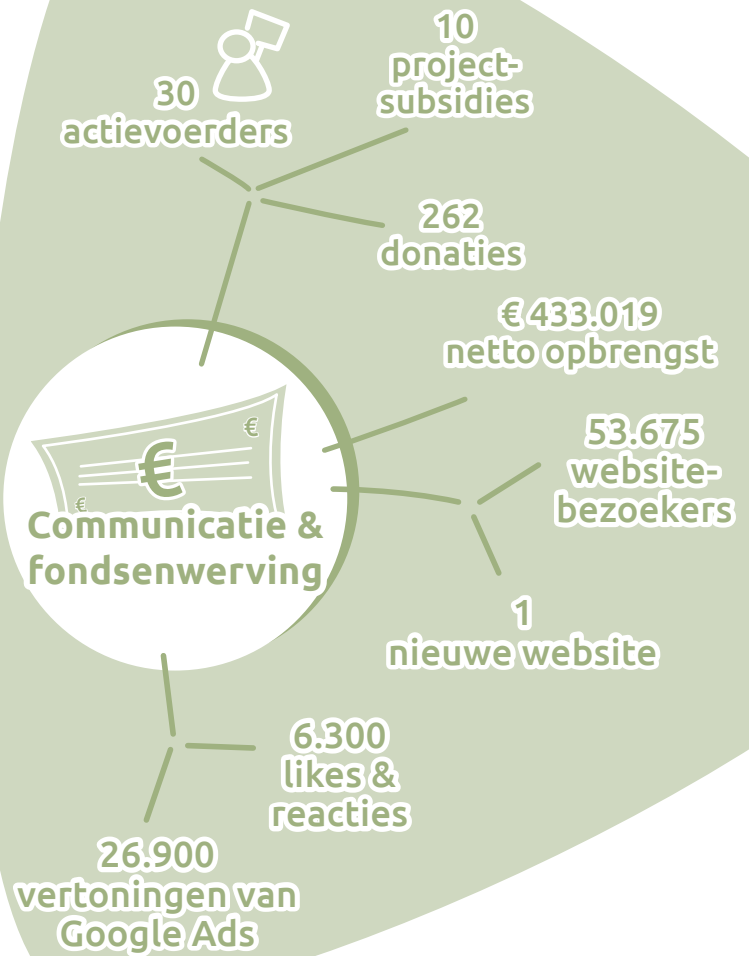
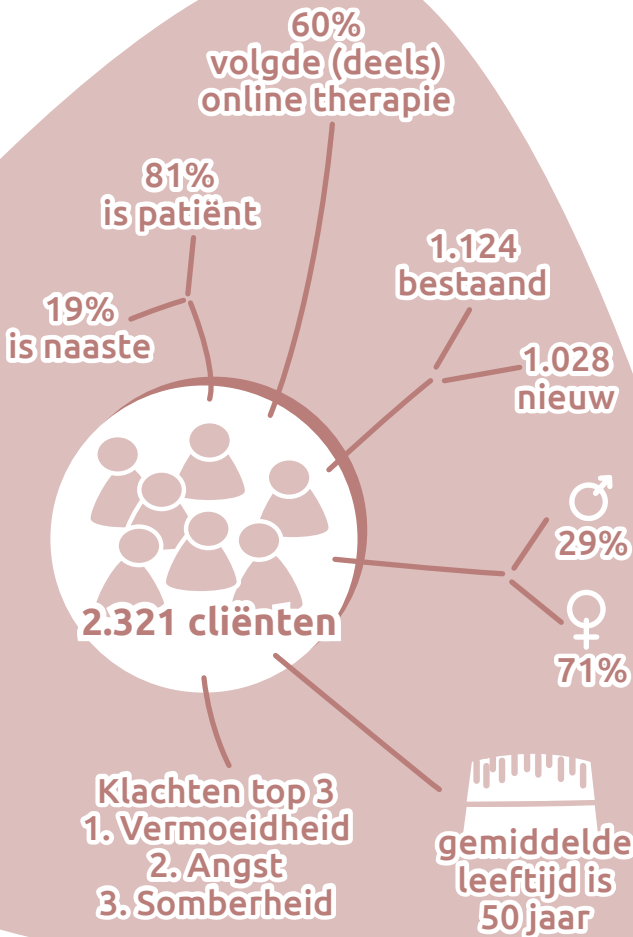
Goed doel \_\_\_\_\_ 32

Organisatie \_\_\_\_\_ 33

Werken bij het HDI \_\_\_\_\_ 37

# 2022 in één oogopslag

Helen Dowling Instituut  
45 vrijwilligers & 62 medewerkers





# Voorwoord

2022 zou je kunnen omschrijven als een jaar dat begon met zacht tromgeroffel en eindigde met een bigband. We begonnen aarzelend, met ingehouden adem of corona ons opnieuw zou overvallen. Maar na een paar maanden werd live behandelen weer 'normaal', kwamen wij als Raad van Toezicht weer fysiek bijeen en ging evenement na evenement door. In 2022 waren ook de gesprekken over het Integraal Zorgakkoord (IZA) dat als doel heeft de zorg betaalbaar te houden in de toekomst door passende zorg te bieden. Het HDI maakt zich hiervoor klaar, bijvoorbeeld door meer behandelingen online beschikbaar te maken bij de huisarts-praktijk. Een mooi voorbeeld van laagdrempelige zorg dichtbij.

Maar er gebeurde uiteraard veel meer in 2022. Absoluut hoogtepunt was de opening van onze gloednieuwe prachtige locatie in Utrecht, geheel uit sponsoring tot stand gekomen door, alwéér, door ons fantastische netwerk. Die mogelijk maakten dat er 350 cliënten van de wachtlijst gestreept konden worden. Ge-wel-dig! Dat geldt trouwens ook voor de locatie, die niet alleen centraal gelegen is, goed toegankelijk met het ov en van alle gemakken voorzien maar vooral ook de fijne sfeer van het HDI heeft. Dat zit 'm in de vormen en kleuren, maar vooral in de mensen die er werken én aan dat werk bijdragen.

Namens de hele Raad van Toezicht,

**Michiel van Roozendaal**



Beeld: Daniël Verschuren

"Namens de Raad van Toezicht dank ik alle vrijwilligers, medewerkers, leden van de cliëntenraad en de ondernemingsraad. Zonder jullie was het jaar niet half zo geslaagd!"



Beeld: Pim Geerts

Samen bereiken we meer en worden dromen werkelijkheid. Dit jaar is het bewijs geleverd met de opening van onze prachtige nieuwe locatie in Utrecht. Een fijne plek voor cliënten en een streep door onze veel te lange wachtlijst. Achter de schermen werken wij hard om onze zorg verder te verbeteren. Wij willen in 2023 graag het keurmerk TopGGZ behalen. Hiervoor moeten we aantonen dat we hoog specialistische zorg combineren met wetenschappelijk onderzoek, onze behandelingen steeds verbeteren en doen aan kennisoverdracht. Dit doen wij vanuit onze drie pijlers die samen het fundament vormen van ons werk dat we met zoveel passie doen.

Er is uiteraard veel meer te vertellen over 2022. In dit jaarverslag nemen we je mee door ons jaar.

Veel leesplezier.

**Anette Pet  
Hanneke Haanraads  
(Directie)**



# Over het Helen Dowling Instituut

Het Helen Dowling Instituut (HDI) is opgericht in 1988 en is het oudste en het grootste psycho-oncologische centrum van Nederland en bieden iedere cliënt zorg op maat die écht werkt. Dat weten we, omdat we voortdurend wetenschappelijk onderzoek doen naar wat voor wie werkt en waarom.

Al onze kennis en ervaring op het gebied van oncologie en vitaliteit delen wij met de zorg via scholing vanuit de Helen Dowling Academie. Sinds 2020 hebben wij de Leerstoel 'Wat werkt voor wie in de psycho-oncologie?' aan TilburgUniversity. Een mijlpaal in de geschiedenis van ons instituut en voor ons hoofd wetenschappelijk onderzoek Marije van der Lee een prachtige stap om als professor psycho-oncologie nog meer op de kaart te zetten en te werken aan haar doel: mensen die leven met de gevolgen van kanker in staat stellen hun leven weer op te pakken of zo goed mogelijk afscheid nemen.

## Wij zijn een goed doel!

Om mensen met kanker en hun naasten en nabestaanden de psychologische zorg te bieden die aansluit bij hun wensen en behoeften én om onze zorg continu te kunnen verbeteren, worden we jaarlijks gesteund door vele particulieren, bedrijven en filantropische stichtingen. Deze steun stelt ons in staat onze zorg voortdurend te innoveren en nieuwe behandelingen te ontwikkelen. Samen met iedereen die ons steunt werken wij zo aan een betere kwaliteit van leven voor mensen die worstelen met de mentale gevolgen van kanker en hun naasten en nabestaanden.



# Ontmoet Helen Dowling



Hoeveel er kan gebeuren in één ontmoeting weten Helen Dowling en Marco de Vries als geen ander. Hun eenmalige ontmoeting zorgde voor de oprichting van het Helen Dowling Instituut in 1988. Nog elke dag vinden bij ons bijzondere ontmoetingen plaats. Een ontmoeting waarin wij een verschil maken voor cliënten, maar waarin wij ook geraakt en geïnspireerd worden. Net als Marco door Helen.

[Klik hier om meer te lezen over Helen en onze historie:](https://hdi.nl/over-ons/historie/)

<https://hdi.nl/over-ons/historie/>

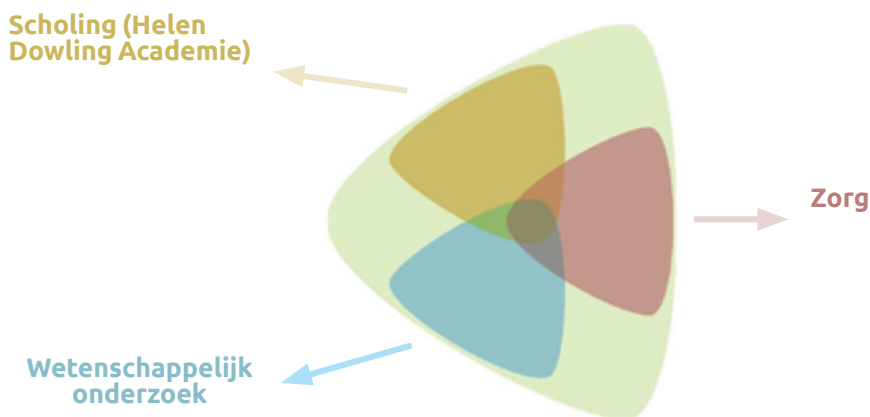
# Visie en missie

## Onze missie

Elke dag werken wij aan één missie: mensen met kanker en hun naasten bieden wat zij nodig hebben om de regie over hun leven, daar waar mogelijk, te herpakken. Wat daarvoor nodig is verschilt per persoon, daarom krijgt elke cliënt zorg op maat. Zorg die wij voortdurend toetsen en innoveren vanuit onze afdeling wetenschappelijk onderzoek. Onze kennis over psycho-oncologie en vitaliteit delen we via scholing met andere zorgprofessionals.

## Drie pijlers

Wij werken dagelijks aan deze missie vanuit onze drie pijlers:



## Onze kernwaarden

### Toonaangevend

Wij zijn gespecialiseerd in psychologische zorg bij kanker. Onze therapeuten beschikken over kennis en kunde over specifiek deze ziekte, op medisch en psychologisch gebied. Om te zorgen dat onze behandelingen blijven aansluiten op de behoeften van cliënten verrichten wij wetenschappelijk onderzoek. Onze jarenlange ervaring en expertise op het gebied van de psycho-oncologie maken we breed beschikbaar via training en scholing, zodat zoveel mogelijk mensen hiervan kunnen profiteren. Zorg, scholing en onderzoek vormen een unieke drie-eenheid die ons een toonaangevende instelling maakt op het gebied van psycho-oncologie in Nederland.

### Op eigen wijze

Wij zijn een onafhankelijk instituut met een eigen gezicht binnen de grote zorgsector. Dat maakt ons wendbaar. Ook kunnen we keuzes maken die het beste zijn voor onze cliënten. Onze kwaliteit en aandacht voor cliënten zijn niet in een standaardprotocol te vatten. We gaan voor maatwerk en zetten dat stapje extra om mensen de regie over hun leven terug te geven. Dankzij onze donateurs kunnen wij méér bieden dan de basiszorg die verzekeraars vergoeden.

### Met aandacht

Persoonlijke aandacht is voor ons geen luxe, maar pure noodzaak voor goede zorg. Van ontvangst tot nazorg steunen wij mensen in de moeilijkste periode van hun leven. We hebben aandacht voor individuele behoeften en wensen en kijken samen naar de best passende behandeling. Geen behandeltraject is bij ons hetzelfde. Wat voor de een werkt, werkt niet altijd voor de ander. Daarom bieden wij zorg op maat. Zodat iedereen de zorg krijgt die écht werkt voor hem of haar.

**[Klik hier om meer te lezen over ons:](https://hdi.nl/over-ons/)**

<https://hdi.nl/over-ons/>



# Jaar in beeld

Februari,  
maart, april

## 4 februari ►

Pien is een van de actievoerders die voor Wereldkankerdag een HARTenloop uitstippelde en zo een mooi bedrag ophaalde voor verbetering van onze zorg. Bedankt Pien en andere HARTenlopers! Zie [hdi.nl/hartenloop](https://hdi.nl/hartenloop)



## ◀ 18 maart

Reikten we het allereerste Helenbord uit aan onze algemeen directeur Hanneke Haanraads. Dit bord siert nu de muren van elke HDI-locatie. Ook doopten we ons jaarlijkse concert om van Heldenconcert naar Helenconcert om onze naamgever te eren. Zij is tenslotte ons lijntje met de muziek en wij zijn trots haar naam te dragen!

## 3 april ►

Tijdens een tweedaagse training van onze Helen Dowling Academie werken zorgprofessionals aan hun vitaliteit en dat is verhelderend en leerzaam maar vooral ook leuk.



# “Ik hoorde dingen waar ik zelf de woorden niet voor had”

Als je iets heftigs overkomt is het belangrijk erover te praten. Maar wat als je allebei nou geen prater bent?! Toen de kanker van Wilma uitgezaaid bleek en de gynaecoloog aanraadde voor gesprekken naar het Helen Dowling Instituut te gaan, voelden Henk en Wilma allebei een drempel. En die werd nog hoger toen het HDI een groepsbehandeling voorstelde. “We zijn heel bij dat we het toch hebben gedaan.”

Henk en Wilma zijn getrouwd en hebben drie kinderen, waarvan alleen de jongste nog thuis woont. In het voorjaar van 2021 wordt bij Wilma eierstokkanker vastgesteld. Ze had daarvoor al heel lang buikklachten. Henk: “De huisarts kwam er niet achter wat er aan de hand was. Iedere keer werd het voor darmklachten aangezien. Tot ze op een zondag niet meer kon liggen. Er bleek een tumor van 11 centimeter in haar buik te zitten. Bij een kijkoperatie werden er ook uitzaaïngen ontdekt. De huisarts zei toen: wat hebben we over het hoofd gezien? Dat was heel moeilijk om te horen.”

## Nog meer uitzaaïngen

In juli 2021 wordt Wilma geopereerd. Tijdens de operatie ontdekt de arts dat er nog meer uitzaaïngen zijn. Ook deze worden meteen weggehaald. Na de operatie ondergaat Wilma chemokuren. Henk: “Dat hele traject was erg heftig. Eerst de schrik dat het kanker was. Daarna alle grote operaties en de impact daarvan op je lijf, maar ook emotioneel. Want horen dat na drie jaar nog maar dertig procent van de mensen met deze diagnose in leven is, hakt er echt in. Op jezelf en je gezin.”

## “We zijn allebei heel moe sinds Wilma ziek is”

Henk is overal bij, elk gesprek en elk ziekenhuisbezoek. Toch krijgt hij tijdens de groepsessies bij het HDI pas echt het inzicht wat er allemaal vanbinnen is gebeurd, bij hen beiden. “De ervaringen

van lotgenoten waren waardevol en hierdoor praatte Wilma makkelijker. Ze deelde gevoelens en angsten waarvan ik wel wist maar die we nooit zo de aandacht hadden gegeven. Daardoor begreep ik beter wat ze doormaakt en wat voor impact het heeft op haar. Ook heb ik door de behandeling bij het HDI meer inzicht in hoe gevoelens als angst en vermoeidheid werken en hoe je ermee om kan gaan. We zijn allebei heel moe sinds Wilma ziek is. Dan denk je al gauw aan rust nemen. Maar door de therapie weet ik dat je bij psychische vermoeidheid beter kunt bewegen. Dus gaan we juist samen wandelen en praten. Dat helpt

## “Door de sessies begreep ik beter wat ze doormaakt”

enorm. Ik heb het idee dat ik haar beter kan steunen en beter weet wat ik kan doen samen verder te kunnen.”

## “Wat je voelt krijgt opeens een naam”

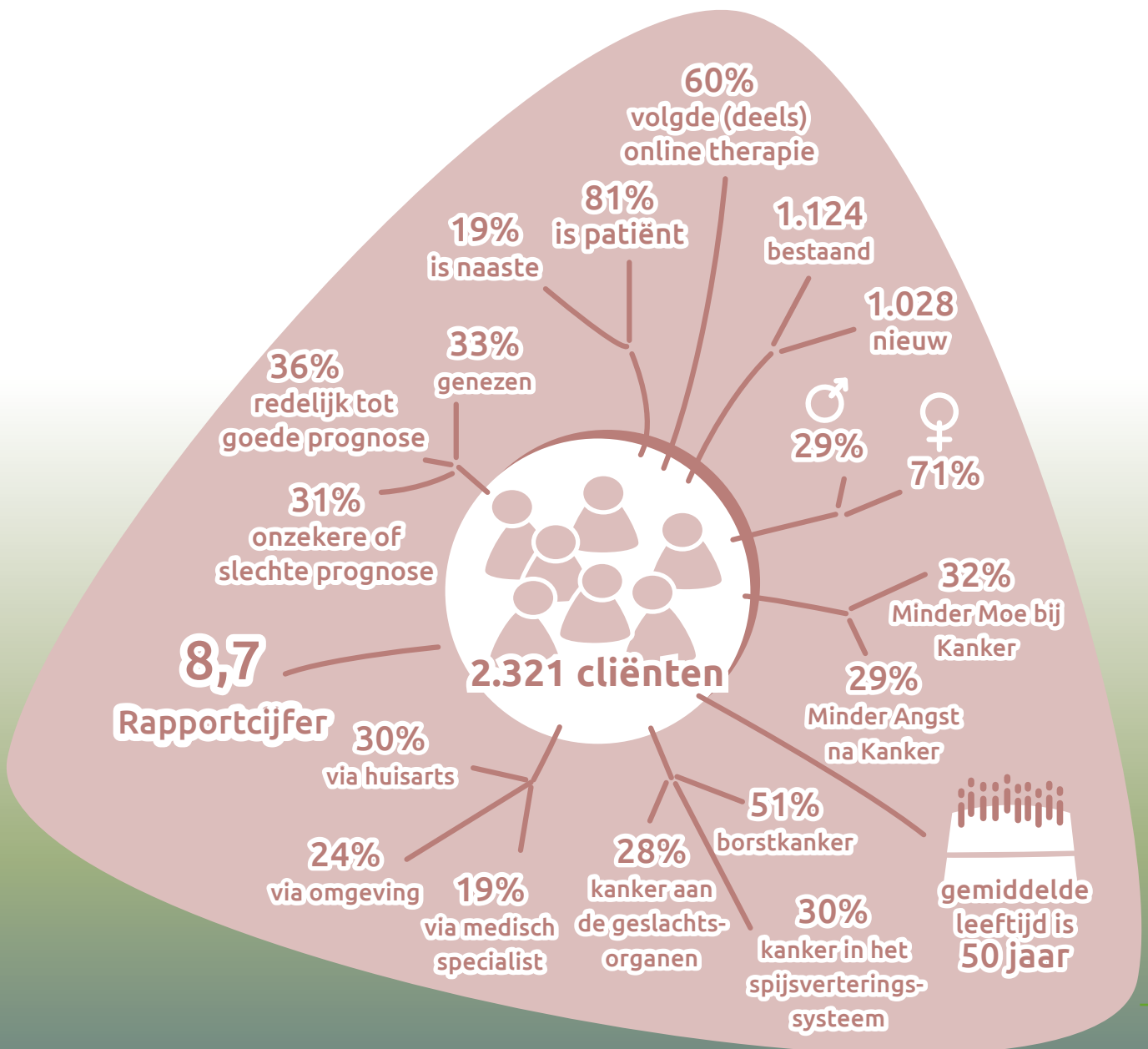
Het verbaasde Henk ook wat de dynamiek van de groep bij hemzelf teweeg bracht. “Ik vind het heel bijzonder hoe open je met elkaar kan zijn, terwijl je elkaar niet kent. Ik was erbij als enige man, als enige partner en hield me eerst op de achtergrond, omdat ik vond dat het niet om mij draait. Maar al gauw bleek dat ze het fijn vonden het perspectief van een partner te horen. Dat dat hen ook weer verder hielp. Dat ik zo ook kon bijdragen, was heel fijn. Ook mijzelf heeft het veel gebracht. Ik hoorde mensen gevoelens onder woorden brengen waarvan ik dacht: dat voel ik ook, ik had er alleen de woorden niet voor. Wat je voelt krijgt opeens een naam. Daardoor snap ik mezelf beter en kan ik nu ook beter praten over wat ik voel. Met Wilma en tijdens de individuele gesprekken met de therapeut van het HDI, maar ook met onze kinderen. Door de behandeling ervaren we als gezin meer begrip en steun.



# Het jaar van Onze zorg

## 1 op de 3

mensen blijft ernstig vermoeid na kanker. Soms jaren na de medische behandeling nog. Dit heeft veel impact, ook op de partner. Bovendien kunnen partners ook bijdragen aan verbetering of juist instandhouding van de vermoeidheid. Daarom onderzoeken wij wat koppels nodig hebben. Dit doen we door hen te vragen naar hun wensen en behoeften. Met de uitkomsten van dit onderzoek ontwikkelen we een koppelvriendelijke variant van onze bestaande effectieve behandeling Minder moe na kanker: Samen minder moe. Meer lezen over ons onderzoek? Ga naar pagina 19.





# 8,7

## Voor onze zorg

Elke cliënt krijgt bij ons zorg op maat. Tijdens de intake stel je samen met de therapeut een behandelplan op dat past je wensen en behoeften. De individuele aandacht en de persoonsgerichte benadering worden enorm gewaardeerd door onze cliënten, die hun behandeltraject gemiddeld een 8,7 geven. Een waardering die ons motiveert om onze persoonlijke én professionele kwaliteitszorg te blijven bieden.

# 1

## Nieuwe locatie

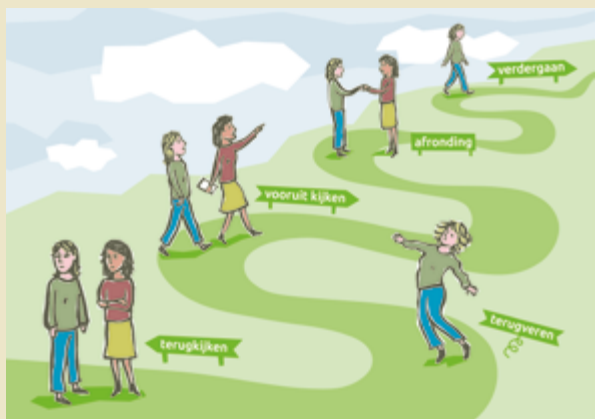
Behalve hoofdlocaties in Bilthoven en Arnhem Op 5 september 2022 openden wij een nieuwe 6-kamerlocatie in Utrecht. Op een centraal gelegen plek, makkelijk te bereiken met het openbaar vervoer. Deze prachtige nieuwe locatie kwam geheel tot stand vanuit sponsoring. Van het projectmanagement tot het ontwerp en de meubels. Met dank aan onze trouwe achterban.



# 1

## Nieuwe module voor cliënten

Verdergaan na je behandeling kan spannend voelen. Daarom bereiden we onze cliënten graag zo goed mogelijk hierop voor. Hiervoor ontwikkelden we in 2022 een speciale online module die hierbij helpt: de Verdergaan module. Dit is een mooie manier om terug te kijken op de weg die je als cliënt hebt afgelegd, je voor te bereiden op het afsluiten van de behandelingen en hoe je daarna omgaat met uitdagingen.





## Vlag & wimpel

Keurmerk Basis GGZ

Vooruitstrevend,  
innovatief en  
structureel bezig  
met reflectie

Ook in 2022 behaalden wij met vlag en wimpel het keurmerk Basis GGZ



# 9,1

Op Zorgkaart Nederland

“Het HDI zorgt voor een professionele psychische begeleiding bij kanker. Mijn ervaring is dat het een warm bad is en je op een fijne, correcte en, serieuze manier de behandeling ingaat en dit gedurende de hele periode zeer goed wordt voortgezet. Ik kan het echt iedereen aanraden die psychische klachten ondervind na de diagnose van kanker om welke vorm dan ook. Je voelt je gesterkt en op de zware momenten ook goed bijgestaan. Echt een enorme aanrader!”

“Ik ben bij het Helen Dowling Instituut terecht gekomen samen met mijn man, die op dat moment beenmergkanker had. In een hele korte tijd is hij overleden, we stonden nog op de wachtlijst bij het HDI. Ik zat diep in de put en heb contact gezocht. Gelukkig kon ik eerder terecht. Ik ben zo ontzettend

goed geholpen. Met mijn therapeut hebben we steeds gekeken naar wat ik nodig had en zo ben ik langzamerhand uit die put gekomen. Zelfs sterker dan ik voorheen was. Het verdriet om het verlies van mijn geliefde blijft natuurlijk. Maar ik kan er beter mee omgaan en ik heb in deze periode ook mogen werken aan andere thema's die mijn persoonlijkheid raakten. Die komen vanzelf op als je zo'n verdriet hebt. En daar was oog en fijne zorg voor.”

“In één woord een warm bad! Na het afsluiten van m'n eerste sessie – aantal behandelingen – gaf mijn behandelaar aan dat ik altijd mocht terugkomen mocht ik die behoefte voelen. Dat heb ik gedaan omdat ik het idee had dat ik nog een stap moest / kon maken. Met behulp van EMDR therapie heb ik nieuw inzicht gekregen. Een nieuwe en andere herinnering gekregen. Had geen ervaring met deze vorm van therapie. Ik ben er heel erg goed in begeleid. Alle tijd & aandacht om mij hier vertrouwd mee te maken. Ik heb écht een volgende stap kunnen maken. Daar ben ik het HDI intens dankbaar voor.”

*Ik ben trots hoe onze therapeuten samen met onze cliënten door de uitdagingen van twee jaar corona zijn gekomen. 2022 is het jaar waarin we voor het eerst durfden terugkijken. En er gebeurden meer mooie dingen. Zoals de opening van onze nieuwe locatie in Utrecht. Waar onze therapeuten net als op onze drie andere locaties er elke dag vol voor gaan om persoonsgerichte kwaliteitszorg te bieden aan elke cliënt. Want dat is wat ons drijft!*

**Klik hier om meer te lezen over onze zorg:**

<http://www.hdi.nl/behandeling>

Anette Pet,  
directeur Zorg



12

JAARVERSLAG  
2022

# "Ik hoorde ongeveer gelijktijdig dat ik zwanger was en dat ik mijn moeder ging verliezen"

In december 2016 kreeg Marans moeder Miriam te horen dat ze kanker had. Even leek het goed af te lopen, maar twee jaar later bleek de kanker uitgezaaid. Het gezin worstelde met het naderende afscheid en vond hulp bij het Helen Dowling Instituut (HDI). Dochter Maran: "Ik was compleet in paniek. Bang dat ik iets zou vergeten te vragen en dat het straks niet meer kon. Mijn moeder had veel zorgen hoe het verder moest met ons, al deed ze haar best om dat zo min mogelijk te laten merken."

"Toen mijn moeder helemaal overstuur belde was ik aan het werk als verpleegkundige in hetzelfde ziekenhuis. Drie tellen later stond ik naast haar. Het hakte er ontzettend in. Ik ben meteen met haar en haar partner naar huis gegaan en heb mijn broertje en zusje gebeld. Met elkaar zo'n eerste slecht-nieuwsgesprek voeren was heel moeilijk en verdrietig. De vraag of dit het einde zou betekenen, schoot meteen door mijn hoofd. Mijn moeder was even compleet ontdaan, maar herpakte zich snel en stond er vanaf dat moment heel positief in. Tot het einde heeft ze met man en macht geprobeerd om ons gezinsleven zo normaal mogelijk te laten zijn."

## Rugklachten

Het gezin bestond behalve Maran uit Jade en Fabian, die op dat moment respectievelijk 24, 21 en 18 jaar oud waren, en Frans, de partner van Miriam. Om te genezen moest Miriam een ingrijpende buikoperatie ondergaan, waarbij haar baarmoeder, eierstokken en zoveel mogelijk lymfeklieren werden verwijderd. Een jaar bleef het rustig, maar toen kreeg Miriam vreselijke buik- en rug- en darmklachten. De kanker bleek uitgezaaid op drie plaatsen. Curatief behandelen was nog steeds mogelijk met 37 bestralingen en 5 chemo's.

## Schuldig

Opnieuw ging Miriam vol vertrouwen en strijdbaar het behandeltraject in, al zag Maran wel dat ze het mentaal moeilijker kreeg. "Ze hield dat stuk bij ons weg. Haar verdriet deelde ze met haar man, haar vriendinnen en haar therapeut bij het HDI. We werden wel overal in betrokken hoor, er werd niets achtergehouden. Maar ze wilde ons niet belasten met haar zorgen en verdriet. Ze voelde zich vreselijk schuldig dat zij ons al dit verdriet aandeed, al hebben wij dit natuurlijk geen moment zo gevoeld. Nu ik zelf moeder ben begrijp ik goed waarom ze dat zo voelde. Je wilt je kinderen beschermen."

## Palliatief behandelen

Na alle behandelingen was er geen kanker meer zichtbaar en vierden ze samen het leven. Tot de herfst van 2018, toen de kanker opnieuw uitgezaaid bleek. Alleen palliatief behandelen was nog mogelijk. De gedachte die door ieders hoofd was geflitst, was opeens werkelijkheid. "Ik had net ontdekt dat ik zwanger was en hoorde ongeveer gelijktijdig dat ik





mijn moeder ging verliezen. Zwanger worden was mijn grote wens, maar mijn andere grote wens was dit met mijn moeder te delen.”

### **Geen waanzinnige praters**

“Na het slechte nieuws zijn we als gezin naar het HDI gegaan. Dat was heel zinvol, omdat je merkt dat je het alle vijf anders beleeft en er anders mee omgaat. Die verschillen vormen een uitdaging, zeker omdat we niet van die waanzinnige praters zijn. De therapie heeft ons geholpen inzicht te krijgen in hoe de ander ermee omgaat, wat hij of zij nodig heeft en om met elkaar in gesprek te gaan en te blijven. Mijn moeder, zusje en ik waren toen ook alle drie al individueel in behandeling bij het HDI. En ook mijn broertje is nog een keer alleen geweest. Het is fijn om je kopzorgen te delen met iemand die er verder vanaf staat dan de hoofdrolspelers in dit slechte verhaal.”

### **Blinde paniek**

“Na het nieuws dat alleen een levensverlengende behandeling mogelijk was, raakte ik totaal in paniek. Alsof ik elke mogelijke vraag die ik nog zou krijgen nú moest stellen, want straks kon het niet meer en dan zou ik spijt krijgen. In die blinde paniek zat ik voor het eerst in de stoel bij mijn therapeut van het HDI. Zij hielp mij helder krijgen wat ik van mijn moeder graag wilde meenemen naar de toekomst. Ook liet ze me op een andere manier naar mijn moeder kijken, door haar nog meer te leren kennen als persoon. Hoe was haar jeugd, hoe staat ze in het leven, wat vindt ze belangrijk, wat zijn haar normen en waarden? Als ik dat wist, kon ik vanuit die kennis later vragen ook zelf beantwoorden. Dat gaf me veel rust voor de toekomst. Ook kreeg ik andere gesprekken met mijn moeder. Dit was heel waardevol om samen te beleven.”

### **Lichtpuntje in donkere periode**

“Dat mijn moeder de zwangerschap heeft mogen meemaken en tien maanden de omarol in het leven van mijn zoontje Wolf heeft mogen vervullen, was een ongelooflijk geschenk. Ze was zo trots en genoot van iedere minuut als oma. De hele zwangerschap en de geboorte van haar eerste kleinkind was een lichtpuntje in een hele donkere periode. De band met mijn moeder werd extra speciaal door dit samen te delen het heeft ons nog dichterbij elkaar gebracht als gezin.”

### **Gemis**

“En toen kwam de dag dat ze er niet meer was. Ik dacht me goed voorbereid te hebben, maar het viel me zó ontzettend tegen. We waren enorm hecht met elkaar. Mijn ouders zijn gescheiden toen wij heel jong waren, wij zijn opgevoed door mijn

moeder. Die band die we hadden was heel intens en hecht. Het is niet te beschrijven hoe het voelt om zo'n belangrijk persoon te verliezen, wat voor gemis dat geeft. Wat me ook tegenviel is dat de wereld gewoon doorgaat. Na een week moet je alweer aan het werk. Bovendien had ik een kind van nog geen één, dat mij voortdurend nodig had. Het gaf mij liefde, troost en afleiding maar tegelijkertijd ook amper een moment om alleen te zijn met mijn verdriet. Mensen vroegen er ook al snel steeds minder naar. Alles bij elkaar zorgde het ervoor dat ik het lastig vond mijn gevoel toe te laten, laat staan op te zoeken.”

### **Sterfdag**

“Ondertussen maakte er zich vanbinnen opnieuw een paniek van mij meester. Hoe moest ik verder gaan ondanks dit grote verdriet en gemis? Ergens wilde ik alles houden zoals het was. Mijn moeder was een enorm familiemens en hechtte erg aan tradities. Pasen, Kerst, noem het maar op: alles werd gevierd. Ik wilde dat allemaal precies zo voortzetten, zodat er niets veranderde. Ook hier hebben de gesprekken met Martine ontzettend bij geholpen. Ze hielp mij inzien dat het gewoonweg niet meer hetzelfde was, dat we met elkaar een nieuwe vorm moesten vinden. Dat lukt steeds beter. Sinds mijn moeders overlijden zijn we elke dertigste van de maand, haar sterfdag, samen. Dan eten we, praten we en soms gaan we naar haar toe.”

### **De bloemetjes van oma**

“Als ik eerlijk ben zag ik er negen van de tien keer vreselijk tegenop om naar het HDI te gaan. Bij het HDI zoek je je verdriet juist op en ga je de diepte in, naar je verlies, je gevoel, dat wat ik moeilijk toeliet in het echte leven. Dat is heel heftig. Tegelijkertijd helpt het je je verdriet beetje bij beetje te verwerken, ook buiten de muren van het HDI. Alsof iemand je terugduwt naar een plek waar je in het dagelijkse werkende leven juist van weggeduwd wordt. Soms voel ik: ik wil dichtbij haar zijn. Dan ga ik naar haar toe, hier vlakbij aan de bosrand. Mijn zoontje gaat vaak mee, naar de bloemetjes van oma. Zo blijft ze ook onderdeel van zijn leven. Ik snap nu goed mijn moeders zorgen om ons. Als ‘de patiënt’ wegvalt sta je voor een ongelooflijk zware taak als nabestaanden: zonder je dierbare verdergaan. Je omgeving begrijpt dit niet geheel, omdat je pas weet hoe dat is als je het zelf meemaakt. Dan is het heel fijn dat er een plek als het HDI bestaat, een plek waar je kan huilen en instorten en wordt opgeraapt. En belangrijker: waar je jezelf leert oprapen.”

### **#hartvoornabestaanden**

# Jaar in beeld

Mei

## 2 mei ►

Jasmijn verloor haar vader aan kanker. Om haar tranen om te zetten in iets moois richtte ze Paperhug op. Hiervoor ontwierp ze kaartjes die altijd per twee komen, zodat je op eentje iets liefs kan schrijven voor iemand met kanker. Zij regelt dit, je hoeft het kaartje alleen maar terug te sturen (zonder verzendkosten). Wij hadden de eer om deze bijzondere kaartjes uit te delen aan onze cliënten en het genoeg om Jasmijn te ontvangen op het HDI!



## ◀ 8 mei

Moederdag zonder je moeder. Maran hoorde gelijktijdig dat ze zwanger was en dat ze haar moeder ging verliezen. Na het slechte nieuws zijn ze als gezin naar het HDI gegaan voor hulp bij het naderende afscheid. "Ik was compleet in paniek. Bang dat ik iets zou vergeten te vragen en dat het straks niet meer kon. Dat mijn moeder de zwangerschap heeft mogen meemaken en tien maanden de omarol heeft kunnen vervullen was een ongelooflijk geschenk." Lees het hele verhaal van Maran op pagina 13-14.

## 11 mei ►

Genieten van golfen voelt extra goed als je er een goed doel mee steunt, vonden de deelnemers van het allereerste benefietgolftoernooi dat Rotary op Seyst voor het HDI organiseerde. Bekijk de video voor een impressie.

Klik op onderstaande link om de YouTube video van het Charity Golftoernooi te bekijken

<https://www.youtube.com/watch?v=jE-kq2K05AQ>



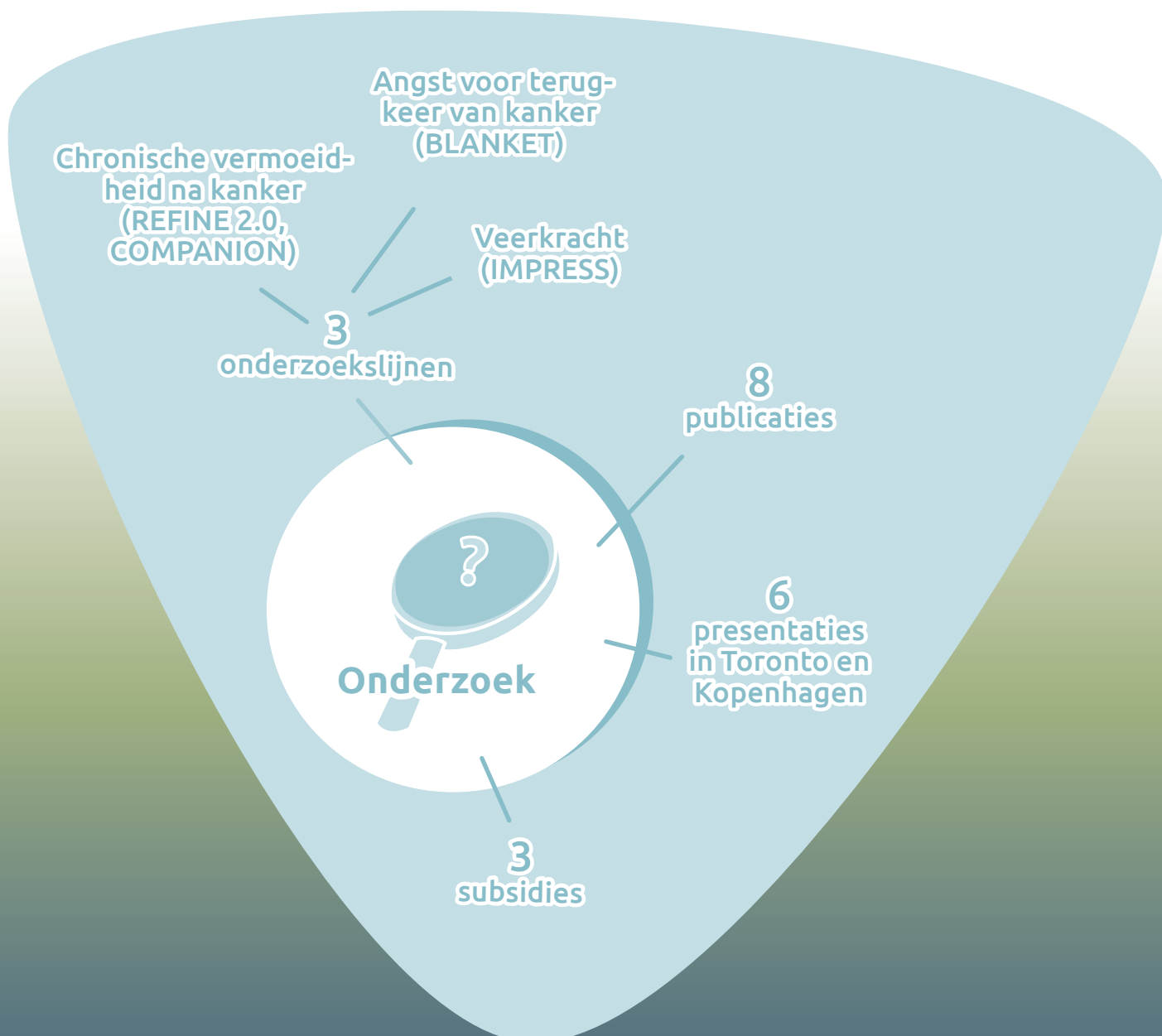
15

JAARVERSLAG  
2022

# Wetenschappelijk onderzoek

## Een kijkje bij onderzoek

Behalve dat wij trots zijn dat we een eigen afdeling wetenschappelijk onderzoek in huis hebben, is het ook ontzettend handig want in de behandelkamer ontstaan vaak vragen. Waarom werkt deze doorgaans effectieve behandeling niet voor deze persoon? En waar heeft dat mee te maken? Onze behandelaren stappen met deze vraag naar onze onderzoekers. Sterker nog, ons hoofd wetenschappelijk onderzoek Marije van der Lee is zelf behandelaar. Zo maakt onderzoek letterlijk deel uit van de praktijk en dat komt de zorg ten goede, want zo blijven we reflecteren en innoveren. Onze onderzoekers nemen je mee langs de hoogtepunten van hun projecten in 2022.







Laura Zwanenburg  
Beeld: Pim Geerts

## IMPRESS

Met de invoering van immunotherapie en doelgerichte therapie, hebben veel patiënten met uitgezaaide kanker een langere overlevingsduur. Dat is goed nieuws maar het brengt ook veel onzekerheid met zich mee. Met het IMPRESS-project onderzoeken we hoe we de veerkracht van deze specifieke groep patiënten kunnen ondersteunen en verbeteren en psychische klachten zoveel mogelijk voorkomen.



### Onderzoeker Laura Zwanenburg vertelt:

“Afgelopen december is het eerste artikel van het IMPRESS-project gepubliceerd in het Journal of Cancer Survivorship. Hiervoor interviewde ik 17 doorlevers en stelde hen vragen over hoe het was om te horen dat de behandeling aansloeg en hoe zij de onzekere prognose ervaren. Deelnemers noemen dat ze niet weten tot welke groep ze behoren: de gezonde mensen die kanker hebben overleefd, of de mensen die binnen afzienbare tijd aan kanker zullen sterven. Het voelt alsof ze in een schemerzone tussen gezondheid en ziekte in leven. Hierdoor kunnen ze niet meer zorgeloos leven en hebben ze moeite hun oude leven weer op te pakken. Benieuwd naar welke andere thema's het meeste naar voren kwamen tijdens het interviewen en naar de rest van het artikel? Lees het hieronder.”

### IMPRESS-onderzoek (2021-2025)

In samenwerking met: prof. dr. Karijn Suijkerbuijk en José Koldenhof (UMC Utrecht) en dr. Eeske van Roekel (Tilburg University). *Financieel mogelijk gemaakt door: KWF Kankerbestrijding.*

**Klik op onderstaande link om meer te lezen over dit onderzoek:**

<https://hdi.nl/leven-in-de-twilight-zone/>

## BLANKET

Angst voor terugkeer van kanker is een van de meest voorkomende klachten waar mensen mee worstelen na deze ziekte. Het HDI biedt hiervoor de zelfhulpbehandeling Minder Angst na Kanker. Uit onderzoek blijkt dat deze behandeling beter werkt als mensen begeleid worden tijdens het behandelproces. In het BLANKET-onderzoek wordt nagegaan of het mogelijk is om deze begeleiding te bieden vanuit de huisartspraktijk. Het gaat dan om cliënten die last hebben van zorgen, maar niet dusdanig dat behandeling door een psycholoog nodig is.



### Onderzoeker Yvonne Luigjes vertelt:

“Een van de meest voorkomende psychologische klachten bij kanker is angst voor terugkeer of verergering van de ziekte. Hoe vaak deze angst voorkomt is in verschillende studies onderzocht. Wij bundelden samen met een groep internationale collega's data van meer dan 11.000 mensen van 46 onderzoeken uit 13 landen. Hieruit blijkt dat 59% van de mensen matige angst voor terugkeer ervaart en 19% ernstige angst. Deze angst komt vaker voor bij jonge dan bij oude mensen. Bovendien komt het vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. Er zijn geen verschillen tussen mensen die nog in behandeling zijn en bij wie de behandeling al is afgerond, ook al is dit al langer geleden. Omdat het zoveel voorkomt is aanvullend onderzoek belangrijk om de zorg hierop af te kunnen stemmen.”

### BLANKET-onderzoek (2018-2022)

In samenwerking met: dr. Charles Helsper en prof. dr. Niek de Wit, UMC Utrecht (Julius Centrum). *Financieel mogelijk gemaakt door: KWF Kankerbestrijding.*

**Klik op onderstaande link om meer te lezen over dit onderzoek:**

<https://hdi.nl/onderzoek/blanket/>



Yvonne Luigjes  
Beeld: Pim Geerts



Rosalie van Woezik  
Beeld: Frank Emous

## REFINE 2.0.

Hoewel er effectieve behandelingen zijn tegen aanhoudende vermoeidheid weten we onvoldoende welke het meest effectief is voor wie. Kortom, wat werkt voor wie? Dit hebben we onderzocht in het REFINE-project. In REFINE 2.0 onderzoeken we hoe we de Energie inZicht-app kunnen implementeren in de dagelijkse klinische praktijk. Een belangrijke vraag daarbij is: hoe sluiten we zo goed mogelijk aan bij de wensen en behoeften van cliënten en therapeuten?



### Onderzoeker Rosalie van Woezik vertelt:

"We startten met de ontwikkeling van een training voor therapeuten en het uitzoeken van de mogelijkheden van een wachtlijstcoach. Hierna zullen 40 cliënten een maand lang de app invullen. De gegevens worden teruggekoppeld naar de behandelaren, die hiermee bij de start van de behandeling met behulp van deze nieuwe tool een persoonlijk advies kan geven."

### Over de Energie inZicht-app:

"In 2022 legden we de laatste hand aan onze Energie inZicht-app en konden we deze voor het eerst echt gebruiken. De app helpt vermoeidheid na kanker in kaart te brengen door de belangrijkste factoren van vermoeidheid per cliënt vast te stellen met een persoonlijk netwerkrapport. Dit stelt de therapeut in staat om hier vervolgens de behandeling op af te stemmen. Over de vorderingen van ons onderzoek verschenen in 2022 relevante publicaties naar de centrale rol die vermoeidheid speelt in het depressienetwerk na kanker en hoe de Energie inZicht-app veelbelovend is om de zorg voor vermoeidheid na kanker te personaliseren."

### REFINE 2.0-onderzoek (2021-2023)

Mogelijk gemaakt door: Stichting VIOZ (Vrienden In Oncologische Zorg).

**Klik op onderstaande link om meer te lezen over depressieve symptomen bij kanker:**

<https://hdi.nl/>

[looking-at-individual-symptoms-the-dynamic-network-structure-of-depressive-symptoms-in-cancer-survivors-and-their-preferences-for-psychological-care/](#)

**Klik op onderstaande link om meer te lezen over smartphone gebruik:**

<https://hdi.nl/>

[using-smartphone-based-ecological-momentary-assessment-and-personalized-feedback-for-patients-with-chronic-cancer-related-fatigue-a-proof-of-concept-study/](#)



Sophie van Dongen  
Beeld: Pim Geerts

## COMPANION

Vermoeidheid na kanker heeft veel impact. Ook op de partner, die vaak veel opvangt en zelf in stilte lijdt. Maar ook op de relatie. Want hoe zeg je wat je nodig hebt? En weet je dat überhaupt zelf wel? Met COMPANION onderzoeken we hoe we partners kunnen helpen met vermoeidheid na kanker. Dit doen we door hen een partnervariant van onze bestaande vermoeidheidsbehandeling Minder Moe te laten testen: Samen Minder Moe.



### Onderzoeker Sophie van Dongen vertelt:

“In 2022 zijn we begonnen met de leukste en spannendste fase: het werven van kandidaten. We zoeken specifiek naar koppels die samen mee willen doen. Zij doorlopen dan onze bestaande vermoeidheidsbehandeling en vullen testen en vragenlijsten in. Voor deze werving hebben we een speciaal hiervoor geïllustreerd en geanimeerd filmpje laten maken. Dit geeft een goed beeld van waarom we dit onderzoek doen. We zijn heel benieuwd naar de behoeftes en wensen en wat voor verschil gaat maken dat mensen daar open over communiceren.”

### COMPANION-onderzoek (2020-2023)

In samenwerking met: prof dr. Mariët Hagedoorn, Marrit Tuinman en dr. Fabiola Müller, UMC Groningen.  
Financieel mogelijk gemaakt door: KWF Kankerbestrijding.

Klik op onderstaande link  
voor het wervingsfilmpje:

<https://youtu.be/iivmTOBwol8>

*“In 2022 hebben we mooie stappen gezet met de afdeling wetenschappelijk onderzoek. We hielden presentaties onder andere in Toronto en Kopenhagen en trainden therapeuten in het interpreteren van de resultaten van een app die we aan het ontwikkelen zijn (lees er meer over bij Refine 2.0.), die zij samen met hun cliënten direct konden inzetten om de behandeling te verbeteren. Dat is wat we willen, onderzoek vertalen naar de behandeling. Zodat het direct ten goede komt aan de mensen op wie wij ons richten in ons onderzoek. We deden nog veel meer trouwens, lees er alles over hierboven.”*

Marije van der Lee,  
hoofd wetenschappelijk onderzoek



Beeld:  
Pim Geert



# Jaar in beeld

Mei,  
september,  
oktober



**26 mei** ▲

Studenten van het HKU Utrechts Conservatorium verrasten onze donateurs met een spetterend staaltje blaaswerk tijdens het Helen Concert, ons jaarlijkse bedankconcert voor iedereen die ons steunt.

◀ **2 september**

Wat is het mooi geworden!  
De opening van onze nieuwe locatie in Utrecht.



**30 september** ►

Bij ons jaarlijkse benefietgolftoernooi tref je diverse smakelijke en gezellige caterpunten.



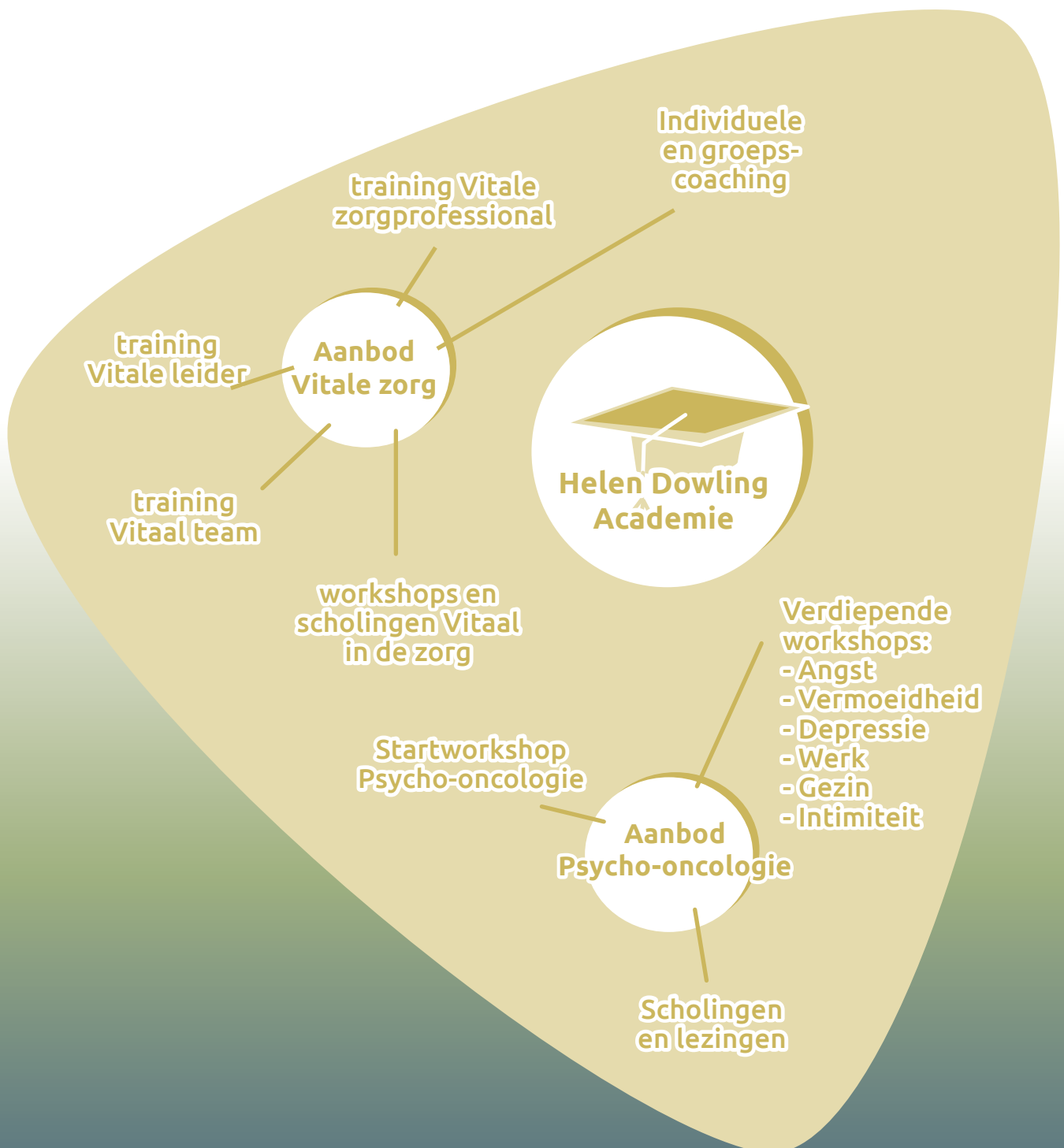
◀ **1 oktober**

Deze kanjers liepen de Singelloop, een rondje over de prachtige singel van Utrecht, om geld op te halen voor onze zorg.



# Het jaar van Scholing

Vanuit de Helen Dowling Academie vertalen we onze kennis en expertise vanuit de patiëntenzorg en wetenschappelijk onderzoek in een scholingsaanbod. Dat doen we op het gebied van psycho-oncologie en vitaliteit. Onze therapeuten horen dagelijks hoe belangrijk de zorgprofessional is in het medische traject, tegelijkertijd is de druk in de zorg hoog. Onze visie is dat je pas goed voor je patiënt kunt zorgen als je eerst goed voor jezelf zorgt. Wij weten wat daarvoor nodig is en dat delen we graag.



---

# Ons aanbod

## *Vitaal in de zorg*

### **Vitale zorgprofessional**

Tijdens de tweedaagse training Vitale zorgprofessional (voorheen Mentaal Fit) werken zorgprofessionals aan goede zelfzorg. Bij een nieuwe naam hoort een hele nieuwe look. Benieuwd? Kijk dan op pagina xxx!

### **Vitale leider**

Dit is een training speciaal voor leidinggevendenden waarbij wordt ingezoomd op hun eigen vitaliteit. Daarnaast gaat de training over de vitaliteit van hun teams. Wat kun jij als leidinggevende hierin betekenen?

### **Vitaal team**

Hoe werk je binnen je team samen, wat zijn de teampatronen en hoe zorg je voor elkaar? In deze training leer je hoe je goed voor jezelf en anderen zorgt. In deze training leer je optimaal samenwerken door effectieve communicatie en hoe je zorgt voor meer verbinding.

### **Coaching**

Soms loop je op je werk of privé vast. Dan lukt het je niet om overzicht te krijgen, een helder doel te formuleren of om verder te komen in een bepaalde situatie. Coaching kan in dit geval uitkomst bieden. Zowel individueel of als team.

### **Maatwerk**

Onze scholingen, workshops en trainingen kunnen op maat gemaakt worden. We gaan graag met onze opdrachtgevers in gesprek om te kijken wat er nodig is om tot het gewenste resultaat te komen. Soms is dit net een accentverschuiving in een bestaand programma, maar soms is er meer nodig en denken wij graag mee.

## *Psycho-oncologie*

### **Workshops psycho-oncologie**

Wat kun jij als oncologieprofessional betekenen op psychologisch vlak? Hoe herken je klachten bij je patiënt, ga je het gesprek aan en welke interventies zijn er? Wij verzorgen scholingen en workshops.

### **Kanker op de werkvloer**

Hoe ondersteun en begeleid je als leidinggevende, HR-manager of bedrijfsarts een werknemer die de ziekte kanker krijgt, of waarvan een familielid ernstig ziek wordt?

### **Maatwerk**

Onze scholingen, workshops en trainingen kunnen op maat gemaakt worden. We gaan graag met onze opdrachtgevers in gesprek om te kijken wat er nodig is om tot het gewenste resultaat te komen. Soms is dit net een accentverschuiving in een bestaand programma, maar soms is er meer nodig en denken wij graag mee.





### Professionalisering en uitbreiding

Als ik kijk naar vorig jaar dan stond het in het teken van verder professionaliseren. Met een nieuwe stijl, nieuw trainingsmateriaal. En wat ik merkte is dat steeds meer zorgprofessionals ons weten te vinden en dat we begonnen specifiek in de psycho-oncologie in de regio en dat dat zich uitbreidde naar de andere afdelingen, IC Antonius en zelfs naar de andere kant van het land: waar we zijn gaan trainen in Groningen bij het Martiniziekenhuis.

### Bekijk hier onze nieuwe look

Wij zijn blij met onze nieuwe banner, met illustraties van Aleid Landeweerd, en de prachtige kaarten die de deelnemers naar zichzelf schrijven aan het einde van de training en die wij als reminder een paar weken later naar hen toesturen. En het belangrijkste: blij met het boekje!



Beeld: Pim Geerts

*“In de loop van 2022 verschoof de focus van COVID weer terug naar de dagelijkse gang van zaken. Er ontstond weer ruimte. Letterlijk. Maar er werd ook zichtbaar wat de corona van een ieder had gevraagd. Dat werd wel duidelijk. En daarmee ook dat goede zelfzorg enorm belangrijk is. Altijd. Crisis of niet. Wij konden de zorgprofessionals helpen met het vinden van een nieuw evenwicht. Keer op keer ben ik onder de indruk van met hoeveel passie zij hun werk doen en hoeveel veerkracht zij hebben.”*

Renate Koers,  
Programmamanager Helen Dowling Academie

## INTERVIEW

# “We zijn enorm gegroeid als team”

**Hard werken en weinig tijd nemen voor jezelf. Het is voor een zorgprofessional niets vreemds. Na de coronaperiode biedt het Martini Ziekenhuis in het kader van het ziekenhuisbrede programma Sterk in je Werk de trainingen Vitale leider en Vitale zorgprofessional van de Helen Dowling Academie aan haar leidinggevenden en medewerkers aan. Laborant Manon Piek bespreekt met trainer Herman Bos wat het haar team heeft gebracht en hoe ze het met elkaar vasthouden in de praktijk. Anita Bakker, hoofd Radiologie en leidinggevende van Manon vertelt hoe zij vitaliteit op de kaart zet en blijft zetten.**

### **Wat hoopte je uit de training te halen?**

Ik was benieuwd wat de training voor ons team kon betekenen. En ik was zelf op zoek naar handvatten voor het combineren van een opleiding met mijn werk, in het verleden ben ik daar overspannen door geraakt en ik was bang dat dat opnieuw zou gebeuren. Ik wilde graag handvatten hoe ik daar het beste mee om kon gaan en die heb ik volop gekregen.

### **Welke handvatten heb je gekregen?**

De training heeft ervoor gezorgd dat alles bespreekbaar is in het team. Als ik nu worstel met de vraag of ik tijdens een werkdag even iets kan doen voor mijn opleiding helpen mijn collega's me daarbij. Dan zeggen ze: het is nu rustig, het kan best even. Voor de training had ik dat nooit met ze gedeeld en hadden ze niet geweten dat ik daarmee zat.



### **Is er ook een onderdeel van de training dat je specifiek is bijgebleven?**

De oefeningen rond invloed. Ik ben erg van de structuur. Door de training ben ik gaan onderzoeken wat er gebeurt als ik dat loslaat. En ik ben erachter gekomen dat het dan ook wel goed komt. Ook accepteer ik dat collega's anders zijn en dingen anders aanpakken en dat dat ook goed is. Ook kijk ik bewust als er een probleem is: kan ik hier wat aan doen? En als het antwoord nee is, dan laat ik het ook echt. Dat scheelt me veel tijd, energie en frustratie.

### **Wat goed om te horen. Wat merk je hiervan in je team?**

Door de training zijn we enorm gegroeid als team, we zijn hechter geworden. Eerst waren we een groep losse eilandjes en daar hadden we achteraf bekeken ook last van. Nu weten we dat we door te delen elkaar kunnen helpen en versterken. We houden rekening met elkaar en geven elkaar meer feedback.

### **Geldt dat voor iedereen in het team?**

Het eerste uur bij de training voelt het voor iedereen onwennig om je kwetsbaar op te stellen tegenover je collega's. Maar zelfs collega's die er sceptisch aan begonnen zijn positief verrast door het effect dat openheid heeft gehad op ons team. Iedereen heeft daar baat bij, ook al heeft de een meer te vertellen dan de ander. Maar dat is ook prima. Want misschien heeft die op dat moment wel niets nodig. Wat jij op dat moment nodig hebt van je team en dat je dat durft te zeggen, daar gaat het om. Het is belangrijk om met elkaar te praten, in plaats van over elkaar. Dat is de les die we hebben geleerd.

### **Wat moet je ervoor regelen om wat je hebt geleerd vast te houden?**

We hebben een paar belangrijke momenten ingevoerd. De dagstart: hierin bespreken we met elkaar wie er lekker in zijn vel zit, wie niet. En daar houden we rekening mee gedurende de dag. Wie moet even ontzien worden, wie kan wat meer hebben. Ook ons werkoverleg, dat eerst meer een mededelingenuurtje was, draait nu echt over ons welzijn als team. Dat zijn hele positieve veranderingen, die absoluut helpen om het vast te houden.

### **Precies, vitaal zijn en blijven draait allemaal om dat je het goed regelt met elkaar. Wat ik me ook herinner: Jullie namen GEEN pauze. Hoe gaat dat nu Manon?**

We hebben veel meer pauze. Door de training weten we hoe belangrijk het is om er even uit te zijn als je dat nodig hebt. Al is het maar tien minuten. De patiënt heeft ook meer aan een frisse laborant dan eentje die maar doorgaat en opgebrand is. Ook in de roosters zijn pauzeblokjes ingevoerd, waardoor de drempel lager is. Voor de training had ik echt niet durven zeggen dat ik pauze nodig had. Nu doe ik dat wel.

**"Voor de training had ik echt niet durven zeggen dat ik pauze nodig had. Nu doe ik dat wel."**

### **Wat goed. Merk je dat Anita als jullie leidinggevende ook op jullie vitaliteit let?**

Wat ik positief vind aan Anita is dat ze regelmatig langskomt op de werkvloer. Dat ze even persoonlijk langskomt en vraagt hoe het gaat. Ook heeft ze sinds de training een inlooppuur ingepland, waarbij je bij haar binnen kunt lopen om te delen waar je mee zit. Dat is ook fijn.

### **Hoe hoog voelde de werkdruk voor de training?**

Hoog. Ik vind het sociale aspect van mijn werk het leukst en het belangrijkste, maar had het gevoel dat daarvoor geen ruimte was. Dat het fabriekswerk aan het worden was. Daardoor raakte ik precies dat stuk van mijn werk krijgt dat me energie geeft. Natuurlijk is er werkdruk. Alleen door corona kwam er steeds meer bij. En ná corona lag er een berg die was blijven liggen, waardoor we na die hele drukke tijd juist nóg een sprintje moesten trekken.





### En hoe is dat nu na de training?

Voor de training was ik steeds bezig met hoeveel tijd er voor een handeling stond, daar wilde ik binnen blijven. Maar ik had daar last van. Door de training weet ik: ik moet stoppen met de dingen die mij energie kosten en investeren in de dingen die mij energie geven. Dan zeg ik liever tegen mijn baas: ik red het niet kun je mij 5 minuten extra geven voor dit onderzoek. Dat vind ik minder belangrijk dan dat mijn patiënten met een glimlach de deur uitlopen. En ik zelf ook.



### ANITA vult aan: "Ik zie een sterker team na de training"

**Anita Bakker is als teamleider op de afdeling Radiologie de leidinggevende van Manon. Anita volgde zelf de training Vitale leider, voor leidinggevend en besloot dat ze haar drie teams de training Vitaal team gunde. Ze vertelt over de winst die zij ervaart op de werkvloer.**

### Heb jij na de training veranderingen doorgevoerd in hoe je leiding geeft?

"Zeker. Ons vaste werkoverleg draaide vooral om zenden/ informeren, nu hebben we thema's en is alles bespreekbaar. Ook heb ik een wekelijks een inloopuur ingepland. Als je iets kwijt wilt, stap je binnen en heb ik direct tijd. Het effect hiervan is heel leuk, omdat je echt een ander gesprek krijgt. Al wordt de aanloop nu wel wat minder. Ik vraag me af: waarom dat is en wat ik hieraan moet doen."

### De vraag die je nu stelt zou ik in een volgend werkoverleg op tafel leggen. Misschien is de behoefte er nu niet, maar over een tijd wel weer. Dan plan je het weer in. Zolang je maar vraagt wat de behoeften zijn van je team en daarbij aansluit. Wat zie je verder aan je team, wat merk je sinds de training?

"Het effect van de training zie ik zeker terug op de werkvloer. Ik zie een team dat hechter is, meer omziet naar elkaar en meer rekening houdt met elkaar. Ook merk ik dat mensen makkelijker pauze nemen als ze daar behoefte aan hebben. Doordat er tijdens de training over gesproken is, is de drempel lager om te gaan. Ik zie dus volop winst op de werkvloer. Dat ik hem zelf heb gedaan draagt daar zeker aan bij. Een vitaal team heeft een vitale leider nodig."

### OVER HERMAN

"Durf die spiegel aan te pakken"

**Herman Bos is een van de trainers van de Helen Dowling Academie en geeft de training Vitale zorgprofessional op de prachtige trainingslocatie in Bilthoven en op locatie. Zo reisde hij naar Groningen om de medewerkers van het Martini Ziekenhuis te trainen.**

### Herman:

"Met mensen werken aan hun vitaliteit is mijn passie. Om te zorgen dat dit lukt, heb je de leidinggevend nodig. Niet omdat zij alles moeten weten, zoals vaak wordt gedacht. Ze hoeven het alleen maar te durven vragen. Wat heb jij van mij nodig? Durf die spiegel aan te pakken als ze je die voorhouden."



# Jaar in beeld

oktober,  
november,  
december

## 24 oktober ►

Terug naar de roaring twenties! Bij ons benefietgala The Night of Helen waanden we ons in de swingende tijd van de Charleston.

[Klik hier en bekijk het dansfilmpje zelf:](https://youtu.be/8Ab57TAIwCO)

<https://youtu.be/8Ab57TAIwCO>



## ◄ 16 november

Toen de kanker van Wilma uitgezaaid bleek en de gynaecoloog aanraadde voor gesprekken naar het Helen Dowling Instituut te gaan, voelden Henk en Wilma allebei een drempel. En die werd nog hoger toen het HDI een groepsbehandeling voorstelde. "We zijn heel blij dat we het toch hebben gedaan."

## 24 november ►

Bij onze jaarlijkse herdenking voor cliënten ontstaken we een kaarsje voor elke cliënt die het leven moest loslaten. Ook stonden we stil bij het overlijden van onze dierbare collega Carla Braam.



## ◄ 28 december

Onze locatie in Utrecht is gerealiseerd door sponsoring. Van projectmanagement tot ontwerp en meubels. De ICT mocht in dit rijtje niet ontbreken vond Gold ICT en daarom reikten zij een cheque uit voor de door hun gemaakte kosten op onze nieuwe locatie.

Het jaar van:

# Communicatie

1  
nieuwe website

53.675  
website-  
bezoekers

8.950  
volgers op  
social media

€  
Communicatie &  
fondsenwerving

6.300  
likes & reacties

26.900  
vertoningen van  
Google Ads



# In de media



## Collega's op npo1:

[https://www.npostart.nl/voor-het-leven/30-05-2022/AT\\_300,30005649](https://www.npostart.nl/voor-het-leven/30-05-2022/AT_300,30005649)

## Waarom | ACHTERGROND

29

## 'Voor wie loop jij op Wereldkankerdag?' HARTenloop voor Helen Dowling Instituut

Iedereen kent wel iemand die kanker heeft (gehad). Als naaste wil je iets doen, maar wat? Geld verzamelen voor betere mentale zorg van kankerpatiënten is een mooie manier om jouw dierbare en vele anderen een hart onder de riem te steken. Bijvoorbeeld door op 4 februari, Wereldkankerdag, een HARTenloop te houden. Het geld dat je ophaalt, doneert je aan het Helen Dowling Instituut, dat zorg biedt aan mensen die worstelen met angst en ernstige vermoedheid na kanker.

**K**anker is ingrijpend. De ziekte is vaak te zien en kan levenslang gevolgen hebben. Het kan vragen, gedachten en gevoelens oproepen waar mensen geen tijd voor willen. Het kan niet alleen impact hebben op de patiënt, maar ook op partners en familieleden. Zolang dat het blijft bij psychische klachten. Het Helen Dowling Instituut (HDI) heeft daarom, en met name, die laatste vastgelegd door ernstige vermoedheid, angst en onzekerheid. Dit houdt ons op afstand van vroetverend onderzoek naar hoe deze zorg nog beter kan. Hierover is gisteren bijeen gekomen een werkdag, foto's van een HARTenloop.



World, foto's van hardlopen op HART op 4 februari Wereldkankerdag



Nedje Huijcher wijf wijf voor een prachtige HARTenloop met goede vrienden.

**ACTIEFACIA** Een HARTenloop organiseren is niet een paar simpele stappen. De laatste drie maanden zijn er vijf verschillende rondes op www.hart.nl hardlopen. Viaag met familie, vrienden, buurten of je wilt sponsoren. Dit kan je heel simpel doen door een team TIKR te maken en deze bij elkaar te brengen met een week bedrag bij of zij wil sponsoren.

Als je het professioneler wilt aanpakken, maak dan je eigen actiepagina aan via Facebook of LinkedIn. Het is heel makkelijk om te maken en vervolgens op Actie starten en nu je gegevens in twee keer vijf minuten invullen. Vervolgens kan je ook voor jezelf een gunst of voor een ander.

**ambassadeur van het Helen Dowling Instituut.** Samen met mijn vriendengroep hebben wij de HARTenloop gelopen. Een prachtige wandeling door een heel mooi en divers gebied. Wij wandelden vaak, maar het is extra mooi om dit samen te doen voor het, of in gezin, mijn goede doel. Dit kan het best vaak.

**ANGST** Angerigheid is kankerpatiënten en elken bij het HDI. Het is kanker zorg voor ik niet van de zorg zorg. Het is heel vaak een van de meest voorkomende problemen kan hebben. Maar dat de angst ook grote impact heeft op de patiënt, welk en dat van je hele gezin, is veel minder bekend. Het is veel voorkomend angst dat de kanker terugkomt. En dan is er die vrees van vermoedheid, die maakt dat je niet meer kunt werken. Of dat je in een chemo niet meer kan zijn. Het is veel minder bekend, maar het is een van de meest voorkomende problemen van kankerpatiënten. Het is een van de meest voorkomende problemen van kankerpatiënten. Het is een van de meest voorkomende problemen van kankerpatiënten.

Rubi Bouwman



In Nijmegen, kankerpatiënten en elken bij het HDI, van de wereld met haar gezin in de bosjes rond het Helen Dowling Instituut in Nijmegen.

### Ina Hoogendoorn krijgt ondersteuning van het Helen Dowling Instituut

## “De gesprekken met mijn oncologisch-psycholoog zijn van enorme meerwaarde”

How doe je dat? Het leven loslaten. Twee jaar geleden kreeg Ina Hoogendoorn (55) de diagnose slokdarmkanker. Ze startte de behandelingen en er volgde een zware operatie. Na wefselonderzoek blijkt dat de kanker uitgezaaid is. “Hoe het met me gaat, fluctueert sterk. Ik struikel regelmatig over de vele gevoelens en gedachten die er zijn. Het is bijna niet te bevatten. Mijn tijd is ongeveer beperkt, het leven van mijn gezin gaat straks door en ik zal daar geen onderdeel meer van zijn.”

**H**ier leefde, zachte uitstraling, enorme wilskracht en open houding rondt. Dat ze de tijd neemt voor de gesprekken, ter- tijd ligt voor toe in een heel onder gespreksstof. Het haar studie Pedagogiek, vervulde ze verschillende functies binnen Jeugdwerk. Gewoon om te reguleren en het het gezin te gaan om problemen op te lossen, in de nu op een paar weerga te niet anders kan dan overleven. De waardevolle tijd kostbaar en snellen met dat wat ze bij een wordt.

Een gespreks omringde met vlugger ringeren bange om toe's rechtvaardig. Een gespreks omringde met vlugger ringeren bange om toe's rechtvaardig. Een gespreks omringde met vlugger ringeren bange om toe's rechtvaardig. Een gespreks omringde met vlugger ringeren bange om toe's rechtvaardig.

**Leven met vandaag**  
Tijdens het interview praat haar telefoon, het signaal om west te staan of te drinken. Het haar twee operatie, waarbij een derde van de maag is verwijderd, heeft deze roep de groente van een soepboom. “Je had dit een tijdje uitblijven, waarna in de docht dat door door mijn aanvullende werden verzoeken. In januari 2019 wordt kanker kanker vastgesteld, een uitbreiding vormt waarbij de maag in de maag zit. Nu chemie en bestelling, volgt in november 2019 de operatie. Dit wefselonderzoek blijkt daarna, dat ik uitzettingen had en geen kans meer had op genezing. Dat was een meermalig.”

**Voordien: het kanker kring, voor de vrede 20 jaar chronisch ziek.** Sarcoidose, waarbij door roep onbekende oorzaken ontstekingen in het lichaam ontstaan. “Ikna onder meer gesprekken en gespreksklachten, geeft ook chronische vermoedheid een grote rol. Door die beperkingen was ik niet ‘al’ langer een matje voor me, maar dit is een heel andere ervaring. Nu ga ik om met de tijd die me nog rest en houd ik zoveel mogelijk de kwaliteit ervan vast.”

**Specialist van de hulp**  
“In het ziekenhuis heb ik psychologische hulp gehad. Via mijn bijgevoegde kansen ik terecht bij het Helen Dowling Instituut. Ik heb gesprekken gevolgd. Alleen mijn gesprekspartner was beregt met





100 uur voor KWF

## Het Helen Dowling Instituut behandelt de psychische gevolgen van kanker

Foto: NPO Radio 2

Nieuws > Het Helen Dowling Instituut behandelt de psychische gevolgen

vr 9 september 2022  
15:46

3 minuten

In het kader van 100 uur voor KWF gaat Stefan spreken met Martine van der Goot. Het Helen Dowling Instituut bieden ze behandelingen voor kanker.

Het Helen Dowling Instituut biedt hulp aan...

[Klik hier om het radio-item te beluisteren:](#)

<https://www.nporadio2.nl/nieuws/collectedagen-npo-radio-2-kwf/cb40ac05-8d0e-485d-a403-a114aa7426cf/het-helen-dowling-instituut-behandelt-de-psychische-gevolgen-van-kanker>



### Missie benefietgala Hellen Dowling Instituut geslaagd: Nieuwe locatie gaat er komen!

€ 189.840  
Missie benefietgala Hellen Dowling Instituut geslaagd: Nieuwe locatie gaat er komen!  
17 oktober 2022, 10:18

1000 - Als je vastloopt door kanker, kan professionele psychologische zorg noodzakelijk zijn om verder te komen. Het Helen Dowling Instituut (HDI) biedt deze zorg. Omdat het aantal mensen dat leeft met de gevolgen van kanker nog altijd groeit, blijft het benefietgala in de Utrechtse stadskern geld opgehaald voor een nieuwe locatie in Nijmegen. De opbrengst van meer dan 180.000 euro betaalt de huur van de locatie en de kosten van de verbouwing van de locatie. Het Helen Dowling Instituut (HDI) is opgericht in 1988 en biedt professionele psychologische zorg aan mensen die worstelen met de mentale gevolgen van kanker. Door medische vooruitgang worden hun aantal alleen maar toe, want er leven nu meer mensen met kanker, zelfs als de ziekte niet te genezen is. Maar hoe pak je dat aan? Het Helen Dowling Instituut (HDI) is opgericht in 1988 en biedt professionele psychologische zorg aan mensen die worstelen met de mentale gevolgen van kanker. Door medische vooruitgang worden hun aantal alleen maar toe, want er leven nu meer mensen met kanker, zelfs als de ziekte niet te genezen is. Maar hoe pak je dat aan? Het Helen Dowling Instituut (HDI) is opgericht in 1988 en biedt professionele psychologische zorg aan mensen die worstelen met de mentale gevolgen van kanker. Door medische vooruitgang worden hun aantal alleen maar toe, want er leven nu meer mensen met kanker, zelfs als de ziekte niet te genezen is. Maar hoe pak je dat aan?



# 'Dank aan alle sponsoren'

## HDI Charity Golftoernooi brengt €69.273 op voor nieuwe locatie

Bij het Helen Dowling Instituut (HDI) in o.a. Bilt-hoven en Utrecht komen mensen die worstelen met chronische vermoeidheid, angst of somberheid door kanker. Ook naasten en nabestaanden kunnen er terecht. Jaarlijks organiseert het HDI benefietevenementen om geld op te halen voor onderzoek om de zorg verder te verbeteren. Zoals het Charity Golftoernooi waar ontlang op Golf & Country-club de Kennemer in Zandvoort 100 golfers speelden met als doel: geld ophalen voor de verbouwing en inrichting van een nieuw te openen zorglocatie in 2023.



gnd jaar. "Alle mensen die hier vandaag waren hebben gezorgd voor een prachtig begin, binnenkort gaan we er met ons benefietgala vol voor om te zorgen dat we het benodigde bedrag voor een locatie compleet krijgen", vertelt algemeen directeur Hanneke Haanraads.

Begin september opende het HDI een nieuwe locatie in Utrecht. Ook deze locatie werd door sponsoring gerealiseerd. Haanraads: "Bij een eerder golftoernooi stapten drie herten naar voren en boden ons hun diensten aan. Wij zijn hen ongelooflijk dankbaar. Geert 'Wilmink van CBSE voor het totale projectmanagement, Ferdinand van Dam van OTH Architecten voor het prachtige ontwerp en Erik Out van Vitrà voor de mooie meubels. Dankzij hen is er nu ook in Utrecht een veilige plek waar mensen met kanker terecht kunnen voor professionele zorg bij kanker. Het is fantastisch om zulke mensen tot je achterban te mogen rekenen. En niet te vergeten al onze sponsoren en alle spelers. Samen dragen ze bij aan een betere kwaliteit van leven bij kanker."

Zie ook [hdi.nl/golftoernooi](#)





## Wat mindfulnesstherapie kan betekenen bij Lynch en Polyposis

Door Dr. Melanie Schellekens

De diagnose kanker zet je wereld op zijn kop. Samen met je dierbaren beland je in een emotionele achtbaan van onderzoeken en behandelingen. In het geval van Lynch en Polyposis komt daar nog eens bij dat je naaste familie mogelijk ook kanker heeft of het risico loopt om kanker te krijgen. Angst, somberheid en vermoeidheid zijn dan logische, veelvoorkomende reacties. Mindfulness-Based Cognitieve Therapie (MBCT) kan behulpzaam zijn in het omgaan met deze klachten.

### Mindfulness en MBCT

Sinds 2000 zijn er meer dan dertig grote studies gepubliceerd die laten zien dat in vergelijking met mensen die op de wachtlijst staan, deelname aan MBCT leidt tot een afname van vermoeidheid, angst en depressie bij mensen met kanker.

MBCT is een groepsbehandeling van acht wekelijkse sessies van 2,5 uur, waarin deelnemers samen Mindfulness beoefenen. Mindfulness wordt gedefinieerd als het aandacht besteden aan ervaringen in het huidige moment met een accepterende, niet-oordelende houding. In de loop van de sessies krijgen ze verschillende oefeningen aangeboden, zoals de lichaamsverkenning, zitmeditatie, rustige yoga-oefeningen en loommeditatie. Daarnaast worden ook elementen uit de cognitieve gedragstherapie behandeld, zoals hoe gedachten, gevoelens en gedrag met elkaar samenhangen, en het omgaan met automatische negatieve gedachten. Tijdens de bijeenkomsten is er ruimte om ervaringen met de oefeningen met elkaar te delen. Van de deelnemers

wordt verwacht dat zij dagelijks thuis oefenen. Ook worden ze aangemoedigd om Mindfulness in hun dagelijkse leven te integreren door dagelijkse activiteiten met aandacht uit te voeren. Bij het Helen Dowling Instituut (HDI) is het programma afgestemd op mensen met kanker. Zo is er psycho-educatie aan toegevoegd over het omgaan met vermoeidheid en houden de instructies bij de bewegingsoefeningen rekening met veelvoorkomende fysieke klachten bij kanker, zoals oedeemarmen en pijn.

Door de Mindfulnessoefeningen leren deelnemers om herhaaldelijk hun aandacht terug te brengen naar ervaringen van het huidige moment. In plaats van te blijven hangen in het verleden of te piekeren wat er mis kan gaan in de toekomst, leren deelnemers aanwezig te zijn bij ervaringen van dit moment. Deze ervaringsgerichte benadering stelt deelnemers in staat zich meer bewust te worden van hun gedachten, gevoelens en lichamelijke sensaties en uiteindelijk meer inzicht te krijgen in hun automatische gedragspatronen. Door

gedachten, gevoelens en lichamelijke sensaties te herkennen, kunnen deelnemers bewust kiezen hoe ze willen reageren op een stressvolle situatie in plaats van er automatisch op te reageren.

### Mindfulnesstherapie als internetbehandeling

Mede door hun vermoeidheid is het voor een deel van de patiënten lastig om op vaste tijden naar een locatie af te reizen voor MBCT. Een online variant van het programma kan een goed alternatief bieden voor deze groep patiënten. Het is makkelijk toegankelijk, bespaart reistijd en reiskosten, en patiënten kunnen vanuit hun eigen omgeving en in hun eigen tijd deelnemen. Zo heeft het HDI in 2009 een internetbehandeling ontwikkeld op basis van het MBCT-programma speciaal voor mensen die kampen met vermoeidheid na kanker. Het zogenaamde Minder Moe programma is een individuele internetbehandeling, waarbij de cliënt wekelijks contact heeft met de behandelaar via e-mail, telefoon of beeldbellen. Op een beveiligde website kunnen deelnemers de informatie en oefeningen vinden en met hun behandelaar communiceren.

Net als de groepsbehandeling op locatie blijkt de MBCT internetbehandeling ook effectief in het verminderen van angst, somberheid en vermoeidheid. Op de lange termijn lijkt de internetbehandeling zelfs meer te helpen dan Mindfulnessgroepen op locatie. Dit zou kunnen komen doordat er vanaf de start van de internetbehandeling een groter beroep wordt gedaan op de zelfstandigheid van de deelnemers. Ze hebben geen steun van de groep. Bovendien kunnen de deelnemers online de informatie en oefeningen tot zich nemen op momenten die hen goed uitkomen.

### Kanker raakt ook je omgeving

Momenteel is het HDI bezig om ook de partner te betrekken bij de MBCT-internetbehandeling voor vermoeidheid na kanker. Uit eerder onderzoek blijkt namelijk dat de partner invloed heeft op de vermoeidheid van de patiënt. Als de partner zich bijvoorbeeld veel zorgen maakt over de vermoeidheid, kan dit de vermoeidheid verergeren. Daarnaast kan deze vermoeidheid ook partners belasten in hun dagelijks leven. In het COMPANION-project is eerst onderzocht welke behoeftes en ideeën patiënten en hun partners (en behandelaren) hebben voor een internetbehandeling waaraan ook de partner deelneemt. Met die inzichten wordt momenteel 'Samen Minder Moe' ontwikkeld, waarin patiënten en hun partners samen (delen van) de behandeling doorlopen. Binnenkort gaan we deze behandeling lanceren en uittesten.

Mocht je meer willen weten over dit onderzoek of interesse hebben in deelname, kijk dan op <https://www.hdi.nl/companion/>.

Het Helen Dowling Instituut biedt psychologische zorg bij kanker en optimaliseert deze zorg continu door wetenschappelijk onderzoek. Kijk voor meer informatie op [www.hdi.nl](http://www.hdi.nl)



# Nieuwe locatie voor Helen Dowling Instituut dankzij benefietgala



Laura van Elst 31 oktober 2022, 12:18 790 keer gelezen

Het Helen Dowling Instituut (HDI) gaat uitbreiden. Afgelopen zondag werd tijdens een benefietgala voldoende geld opgehaald voor een nieuwe locatie in Nijmegen.

Het Helen Dowling Instituut biedt zorg voor mensen die worstelen met de mentale gevolgen van kanker. Omdat het aantal mensen dat leeft met de gevolgen van kanker groeit, wil het HDI uitbreiden.

## Opbrengst boven verwachting

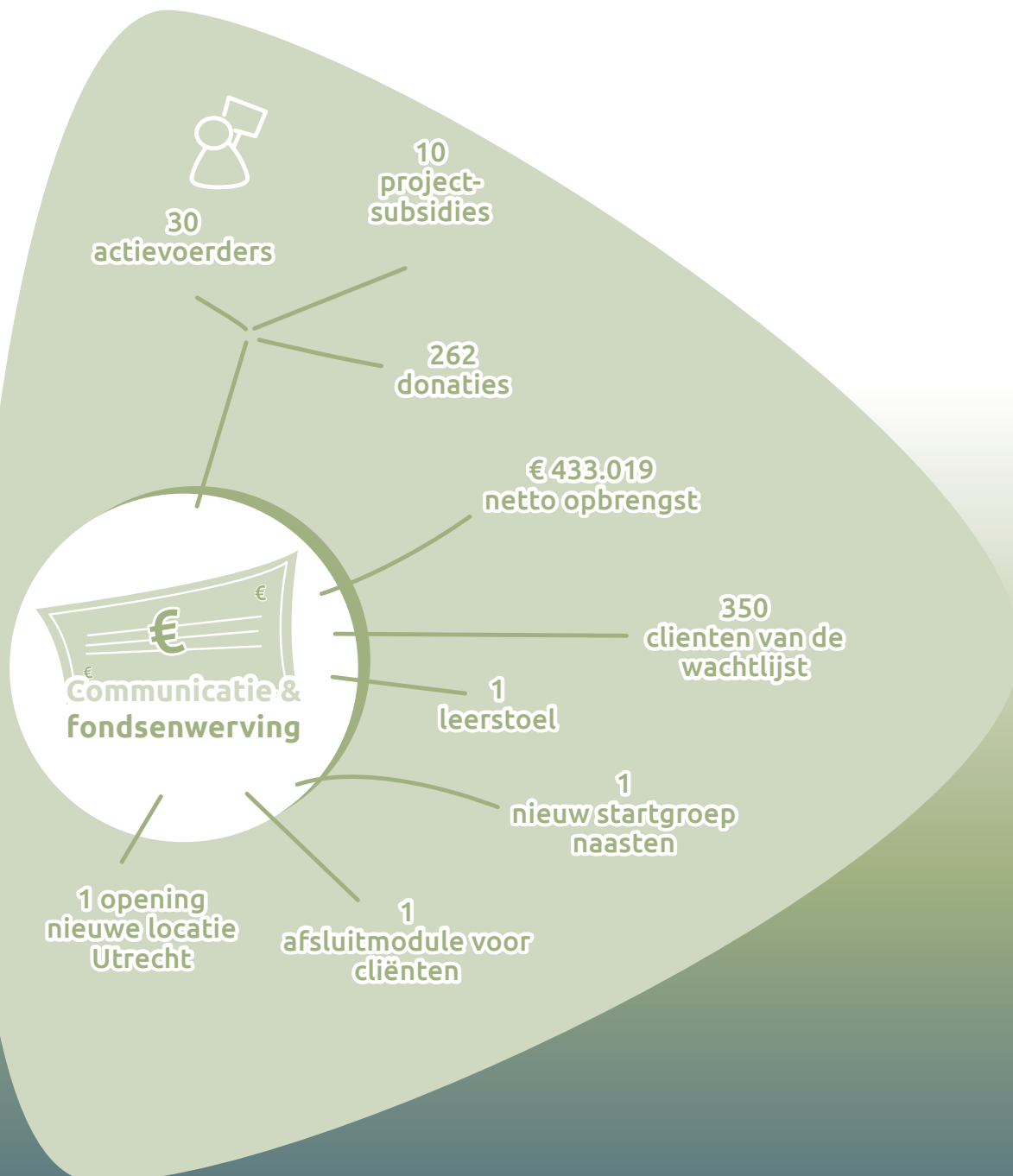
Op zondag 30 oktober werd tijdens het benefietgala in de Utrechtse Jaarbeurs geld opgehaald voor een nieuw te openen locatie in Nijmegen. De opbrengst was met 189.840 euro boven verwachting. HDI-directie Hanneke Haanraads en Anette Pet: "Met deze fantastische opbrengst en de eerdere opbrengst van ons HDI Charity Golftoernooi kan onze nieuwe locatie in Nijmegen mét speciale groepsruimte voor doorlevers er komen."

[Reageer op dit artikel](#)



# Het jaar van: Fondsenwerving

De best mogelijke zorg. Op het beste moment. Afgestemd op de persoon van wie er tegenover ons zit. Daar gaan wij elke dag voor. Dankzij onze donateurs en sponsors kunnen wij maatwerk leveren en onze zorg door wetenschappelijk onderzoek continu verbeteren en vernieuwen. En komen dromen uit. Zoals in 2022 toen we onze uit sponsoring gerealiseerde locatie in Utrecht openden, geregeld, ontworpen en ingericht door ons netwerk. In één klap haalden we een streep door 350 cliënten op de wachtlijst. En er is nog meer bereikt in 2022, bekijk het zelf hieronder!



# Organisatie



*Organogram Helen Dowling Instituut*

## Organisatiestructuur

Stichting Helen Dowling Instituut is een GGZ-instelling met drie pijlers: zorg, wetenschappelijk onderzoek en scholing. Hun werk wordt mogelijk gemaakt door onze staf, bestaande uit een klein maar fijn team van medewerkers communicatie, directiesecretariaat, facilitair, financiën, fondsenwerving, HR, ICT, cliëntenadministratie, zorgapplicaties en -innovatie. Daarnaast verlicht een pool van vrijwilligers ons dagelijks werk door tuinonderhoud, baliedienst en tal van klusjes op locatie.

### **Bekijk hier onze mensen:**

<https://hdi.nl/onze-mensen/>

---

## Managementteam

In het managementteam (MT) van het HDI zitten de directie en managers van diverse afdelingen binnen de organisatie. Samen vormen zij het beleid en zorgen voor de uitvoering hiervan binnen hun afzonderlijke afdelingen. Het managementteam bestond in 2022 uit de volgende leden:

Hanneke Haanraads, algemeen directeur  
Anette Pet, directeur zorg  
Marije van der Lee, hoofd wetenschappelijk onderzoek  
Renate Koers, programmamanager Helen Dowling Academie  
Alinde Hazebroek, manager financiën  
Hans Jacobs, facilitair manager  
Hans van Lindenberg, HR-manager  
Fred van de Pol, ICT-beheerder

## Adviesorganen

Bij de beleidsvorming krijgt het managementteam advies vanuit drie organen: de cliëntenraad, de personeelsvertegenwoordiging (tot 28 juni 2022) en per 29 juni 2022 de ondernemingsraad (samen de medezeggenschap) en de Raad van Toezicht.

## Medezeggenschap

Bij het HDI vinden we medezeggenschap belangrijk. Tot en met juli 2022 hadden we een personeelsvertegenwoordiging (PVT) die bestond uit: Karoline Bozelie (voorzitter), Yvonne Luigjes (secretaris), Laura Jansen en Margreth Baks. De PVT vergaderde maandelijks zelf en maandelijks met de directie. In de eerste helft van 2022 heeft de PVT zich samen met de directie over de volgende onderwerpen gebogen: thuiswerkvoorwaarden (o.a. vanwege corona), verzuimcijfers en productieproblemen, de nieuw te openen locatie, de ontwikkelingen rondom TopGGZ, het klimaat en het fietsplan.

Vanaf augustus 2022 is er een ondernemingsraad (OR) waarbij, na verkiezingen, aangesteld zijn: Karoline Bozelie (voorzitter), Rosalie van Woezik (secretaris), Laura Jansen, Margreth Baks en Nienke Dekker. De frequentie van vergaderingen met elkaar en met directie is gelijk gebleven. Belangrijke onderwerpen van de OR in overleg met de directie waren: het ontwikkelgesprek, de wens voor landelijke dekking (en het contact met KWF), facilitaire aandachtspunten (zoals onderhoud van de panden), aanstellen van een preventiemedewerker, de selectiecriteria van interne opleidingen en de patiëntenstop voor bij VGZ-verzekerde cliënten.

## Waar denkt en praat de medezeggenschap over mee?



Thuiswerkvoorwaarden



Nieuw te openen locatie



Verzuimcijfers en productieproblemen



Ontwikkelingen rond TopGGZ



Het klimaat



Fietsplan



## Onze cliëntenraad

Om de cliënt echt te betrekken bij hoe wij ons werk doen heeft het HDI een cliëntenraad. Deze is samengesteld uit oud-clieñten die vrijwillig meedenken over de besluitvorming en daarmee een onmisbare bijdrage leveren aan ons werk. De cliëntenraad bestond in 2022 uit:

Ed Groot (voorzitter)  
Gerdy Boon  
Irma Manuputy  
Mascha Ridder

## De volgende leden zijn in 2022 uitgetreden:

Karel Schäffer  
Viora Rebergen  
Louisa van Beuningen

Lid Bea van Doorn is in 2022 helaas overleden.

## Bekijk hier de leden van de cliëntenraad:

<https://hdi.nl/onze-mensen/mederwerkerstatus/clientenraad/>



---

## **Raad van Toezicht**

De Raad van Toezicht (RvT) is sparringpartner van de directie op organisatie- en beleidsniveau, zet haar netwerk in ten gunste van het HDI en hanteert de moderne governance code als toezichthouder. De leden ontvangen geen vergoeding voor hun diensten.

## **Samenstelling van de Raad van Toezicht**

De Raad van Toezicht (RvT) van het HDI bestaat uit vier leden.

### ***M.C.J. (Michiel) van Roozendaal – voorzitter***

Michiel van Roozendaal is voorzitter van de Raad van Bestuur bij Rivas Zorggroep. Hij heeft meer dan 25 jaar ervaring bij onder andere Unilever en de NS.

### ***G.E. (Ginel) van Weering – lid***

Ginel van Weering is voorzitter Raad van Bestuur bij Bevolkingsonderzoek Nederland en bekleedde daarvoor verschillende functies, onder andere bij Naviva Kraamzorg, PostNL, Start People Nederland en Amsterdam RAI. Ook was zij betrokken bij de oprichting van stichting Pink Ribbon en bestuurslid van de Borstkankervereniging Nederland.

### ***F. A. M. (Fabian) Jacobs – penningmeester***

Fabian Jacobs is directeur van Max Ernst GGZ. Daarnaast is hij sinds 2008 eigenaar en partner bij ZorgeFFect, een organisatieadviesbureau dat zorgorganisaties inspireert in de eigen ontwikkeling. Daarnaast was Jacobs directeur bij Buro van Roosmalen, dat in 2017 opging in Max Ernst GGZ. Zijn loopbaan wordt gekenmerkt door zorg, waarvan elf jaar geestelijke gezondheidszorg.

### ***Marie-Jeanne Vrancken Peeters – lid***

Marie-Jeanne Vrancken Peeters is oncologisch chirurg bij het Antonie van Leeuwenhoek Ziekenhuis (AVL). Ze werkt sinds 2005 bij het AVL en is gespecialiseerd in de behandeling van borstkanker en maag-slokdarmkanker. Marie Jeanne is bijzonder hoogleraar chirurgische oncologie



# Werken bij het HDI

Bij het HDI doen we ons best om verbinding te houden met elkaar. Daarom organiseren we jaarlijks drie HDI-dagen, een zomerfeest en een eindejaarsbijeenkomst. Bij de laatste twee zijn naast de medewerkers van onze vier vestigingen ook al onze vrijwilligers uitgenodigd. Tijdens de HDI-dagen geeft de directie een update hoe het met onze organisatie gaat, komen er inhoudelijke sprekers en is er ruimte voor ontmoeten en bijpraten. Tijdens het HDI-feest en de eindejaarsbijeenkomst draait het vooral om eten, ontspannen en genieten met elkaar. Dat zorgt voor vrolijke plaatjes en... deze leuke beeldreportage!



## HDI-zomerfeest

▼ Bij het HDI-zomerfeest stond een fotokiosk met allerlei blije attributen, een echte pretverhoger!



▲ Het was een warme dag en dus vond het ijs bij een van de foodtrucks gretig aftrek!



▲ Even een drankje tussen al het dansen door. Want de dj zorgde dat de voetjes flink van de vloer, uh het gras, gingen.



## Utrecht in bedrijf



▲ En toen was het zover: de eerste dag dat er gewerkt kon worden op onze gloednieuwe locatie in Utrecht.

## Leren van en met elkaar



▲ Een inkijkje bij een van onze interne scholingen voor medewerkers.

## Ondertussen op de HDI-dag



▲ Een aansprekende update van onze directie.



▲ Geboeid luisteren tijdens een lezing van Manu Keirse over rouw.

---

# Colofon

© Helen Dowling Instituut, juni 2022

Concept:

Linda Goris-Bruinenberg, Creatievelin

[www.creatievelin.nl](http://www.creatievelin.nl)

Vormgeving:

Jolanda van Stormbroek, Zoojoo grafische vormgeving

[www.zoojoo.nl](http://www.zoojoo.nl)

Meer informatie over het Helen Dowling Instituut:

[www.hdi.nl](http://www.hdi.nl)

[www.hebhartvoorhdi.nl](http://www.hebhartvoorhdi.nl)

Meer informatie over online therapie:

<https://hdi.nl/therapie/minder-moe-bij-kanker/>

<https://hdi.nl/therapie/minder-angst-na-kanker/>

Volg het Helen Dowling Instituut op social media via:

