

## Stichting Marikenhuis Nijmegen - Beleidsplan

### Algemeen

Het Marikenhuis, inloophuis voor mensen uit de regio Nijmegen die geraakt worden door kanker, opende op 30 mei 2015 zijn deuren.



1

In maart 2020 bestond het bestuur van de stichting Marikenhuis uit drie leden: Yvon ten Brummelhuis (voorzitter), Han Knol (secretaris/penningmeester) en Monica Pop-Purceleanu (bestuurslid). Vanaf oktober 2020 is het bestuur uitgebreid met Wim van Beurden, oud-huisarts. Het streven is om het bestuur uit te breiden tot vijf leden. De huidige bestuursleden hebben allen ervaring als bestuurder en/of zorgverlener: Yvon ten Brummelhuis als bestuurder bij diverse GZ-instellingen, Monica Pop-Purceleanu als psychiater Radboudumc en Wim van Beurden als huisarts-bestuurslid in diverse beroepsorganisaties. Han Knol werkte in de medische industrie als directeur bij diverse bedrijven en als voorzitter bij stichting Passion for People.

Naast de vier huidige bestuursleden is een groot aantal vrijwilligers in diverse functies actief binnen het Marikenhuis. Als gastheer/-vrouw, activiteitenbegeleider, begeleider van lotgenotengroepen, lid van PR-communicatiegroep of als lid van de subsidie- en sponsorcommissies. De bestuursleden en vrijwilligers zijn onbezoldigd en de stichting heeft geen personeel in dienst.

Het zijn de enthousiaste vrijwilligers die belangeloos de doelstellingen van de Stichting onderschrijven en zich inzetten voor onze gasten. Een aantal vrijwilligers is ervaringsdeskundige, ze zijn ooit ook zelf van nabij geconfronteerd met kanker, als patiënt of als naaste.

Bestuurders noch vrijwilligers ontvangen een beloning voor hun werkzaamheden, dus komen ingezamelde gelden geheel ten goede aan het Marikenhuis zelf. Grootste kostenpost betreft de huisvesting, naast bijvoorbeeld kosten voor het onderhouden van een professionele website, kosten voor kantoorartikelen en kosten voor materiaal en digitale hulpmiddelen voor de diverse activiteiten en registratie daarvan.

Stichting Marikenhuis is opgericht in september 2013 en is gevestigd aan de Slotemaker de Bruineweg 163 te 6532 AC Nijmegen.

- RSIN/fiscaal nummer 853188257.

- KvK nummer: 58802509.

Stichting Marikenhuis heeft de ANBI-status; de jaarverslagen 2015-2016-2017-2018-2019 vindt u op onze website (<http://www.marikenhuis.nl/over-ons/missie-en-visie>).

**De Stichting beschikt over een uitgebreid beleidsplan, waarvan onderstaand een samenvatting.**

*Voor de start...*



*Een jaar later...*



## Inleiding

Het Marikenhuis richt zich op het ondersteunen van (ex)kankerpatiënten en hun naasten in het omgaan met de ziekte kanker. Dat gebeurt door het bieden van een luisterend oor door geschoolde gastheren/-vrouwen en door het organiseren van allerlei soorten activiteiten en lezingen. De vrijwilligers zijn zelf vaak ook ervaringsdeskundigen en/of afkomstig uit het zorg- en welzijnsnetwerk in en om Nijmegen.

Onder het motto *'Kanker heb je niet alleen, kanker draag je samen'* biedt het Marikenhuis brede psychosociale ondersteuning.

Om de juiste ondersteuning te kunnen bieden volgen alle vrijwilligers een driedaagse basistraining en ze krijgen tweemaal per jaar een nascholing.

## Doelstelling

De hoofddoelstelling van het Marikenhuis is het bijdragen aan het psychosociaal welbevinden van mensen geraakt door kanker in de regio Nijmegen en het daartoe ondersteunen van (ex)-kankerpatiënten en hun naasten in het behouden van gezondheid en het verbeteren van de kwaliteit van leven door kracht en steun te ontleen aan gepersonaliseerde psychosociale interventies. Deze interventies worden gegeven door professioneel opgeleide vrijwilligers, die snel (dus geen wachtlijst), laagdrempelig (zelfaanmelding, binnenlopen), belangeloos en kosteloos psychosociale interventies op maat bieden.

Het Marikenhuis kent vier doelstellingen:

- Het exploiteren van een inloophuis
- Het uitdragen dat psychosociale begeleiding net zo belangrijk is als somatische behandeling en logisch onderdeel behoort te zijn van het zorgnetwerk
- Empowerment\* van de mens met kanker en het gebruiken van de kracht van lotgenoten in het elkaar versterken
- Kanker hoort bij het leven, dus de maatschappij moet leren omgaan met het gegeven dat kanker steeds meer een chronische ziekte wordt

*\*. Empowerment is het proces waardoor mensen meer invloed krijgen op beslissingen en acties die van invloed zijn op hun gezondheid*

## Visie

Wij zijn van mening dat kanker bij het leven hoort en als zodanig een steeds belangrijkere rol in de samenleving gaat spelen en dat de samenleving zal moeten leren om hiermee om te gaan. Zowel over de ziekte zelf als over de acceptatie ervan zal steeds meer openheid ontstaan. Elke mens, ook degene die met kanker te maken heeft (gehad), heeft vaak de kracht en mogelijkheid om eigen en andermans welbevinden te bevorderen.

## Missie

Voor het verkrijgen van aandacht voor de mens met kanker en zijn naasten wil het Marikenhuis in de regio Nijmegen een toonaangevende rol spelen.

Het Marikenhuis is een professionele vrijwilligersorganisatie die zich richt op het ondersteunen van (ex-) kankerpatiënten en hun naasten in brede zin en op het herstellen van hun kwaliteit van leven door niet alleen een luisterend oor te bieden maar ook door het organiseren van allerlei activiteiten en lezingen en het bieden van psychosociale hulp.



Kernpunt is dat mensen de eigen kracht weer ontdekken om hun leven naar eigen wens te kunnen leiden.

### Wat is er tot nu toe bereikt

De Stichting is vanaf 2013 en zeker na de opening van het Marikenhuis in 2015 actief geweest om zich als inloophuis stevig te positioneren.

Om een breed scala aan activiteiten te kunnen aanbieden was het daarbij van groot belang om kwalitatief goed getrainde vrijwilligers te hebben. Dat is gelukt. Najaar 2020 is alweer de dertiende groep vrijwilligers getraind, en een veertiende groep staat klaar om de basistraining te volgen. Het Marikenhuis heeft tot nu nooit vrijwilligers hoeven te werven; de doelstelling, de wijze van werken, de mond-tot-mond reclame en berichten in de diverse media hebben ervoor gezorgd dat men zich in grote getale meldde als vrijwilliger. Het blijkbaar goede vrijwilligersklimaat zorgt ervoor dat veel vrijwilligers zich voor lange tijd aan onze organisatie verbinden.

Ook is er de afgelopen jaren gewerkt aan vijf primaire activiteitengroepen (domeinen)

- Expressief (zang, dans, muziek)
- Creatief (handenarbeid, schilderen)
- Voeding & gezondheid
- Lichaamsgerichte activiteiten (massage, yoga)
- Psychosociaal. Dit laatste domein wordt zowel individueel (coaching, ondersteuning Medisch Spreekuur, spreekuur Werk & Kanker, 1 op 1 gesprek etc.) als groepsgewijs (lotgenotencontactgroepen) verzorgd.

Anno 2020 is het Marikenhuis niet meer weg te denken uit het zorg- en welzijnsnetwerk in de regio Nijmegen en zijn er sterke banden ontwikkeld met de intra- en extramurale gezondheidszorg. Op basis daarvan wijzen huisartsen en oncologische afdelingen van de beide ziekenhuizen in de regio (CWZ en Radboudumc) steeds vaker patiënten op het bestaan van het Marikenhuis en neemt daardoor het aantal bezoekers van het huis jaarlijks toe. Ook bezoeken tegenwoordig jaarlijks honderden studenten van zowel Radboudumc als van de Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN) en het ROC Nijmegen ons inloophuis.

### Samenvatting Effectonderzoek

- **96%** van de gasten ervaart een positief effect
- Grootste effect op Maatschappelijk functioneren
- **54%** van de gasten voelt zich energiever (en vermoeidheid is klacht nummer 1)
- Rond de **70%** van de gasten geeft aan:
  - Beter te kunnen ontspannen
  - Beter in het vel te zitten
  - Beter om hulp te durven vragen
- Besparing tussen de 4 en 11 miljoen door Bijdrage aan arbeidsparticipatie



Het Marikenhuis behoort inmiddels tot de twaalf inloophuizen 'PLUS' in Nederland en de kwaliteit van de geboden interventies wordt hoog gewaardeerd. Voor meer informatie hiervoor verwijzen we graag naar een landelijk onderzoek verricht door het onafhankelijk onderzoeksbureau Sinzer, in opdracht van KWF en IPSO (2019). Voor 70% van alle mensen die door kanker geraakt worden is psychosociale

begeleiding voldoende om verder te komen in hun leven. Deze ondersteuning wordt in het Marikenhuis kosteloos geboden.

Voorts stelt goede inbedding in en samenwerking met de regionale zorginstellingen het Marikenhuis in staat om mensen met complexere psycho-oncologische vraagstukken snel en gericht te begeleiden richting gepaste zorg elders (psycho-oncologische psycholoog, psycho - somatisch fysiotherapeut, maatschappelijk werker, etc. ).

Het Marikenhuis heeft in toenemende mate een duidelijk regionale functie en bestrijkt een adherentiegebied van ongeveer 320.000 inwoners (tabel 1).

**Tabel 1 Woonplaats gasten Marikenhuis - 2016-2019**

WOONPLAATS	2016	2017	2018	2019
Arnhem/Huissen	2%	2%	3%	2%
gemeente Berg en Dal	2%	2%	3%	6%
gemeente Beuningen	4%	3%	4%	6%
Gemeente Wijchen	3%	6%	6%	9%
Cuijk/Boxmeer	1%	2%	4%	2%
Malden / Mook/ Molenhoek	3%	3%	2%	4%
NIJMEGEN	69%	71%	53%	47%
Nijmegen Noord <i>Lent/O'hout/Bemmel/Gendt/Elst</i>	2%	3%	8%	9%
Grave e.o.	2%	2%	2%	4%
'Druten / Winssen / Leeuwen	1%	1%	3%	2%
overig	8%	11%	11%	10%

5

Het aantal bezoekers neemt jaarlijks nog steeds toe (tabel 2).

**Tabel 2 Gemiddeld aantal bezoekers per maand - 2016-2019**

	2016	2017	2018	2019
<b>Man</b>	26 %	27 %	26%	27%
<b>Vrouw</b>	74%	73%	74%	73%
<b>Totaal aantal bezoeken</b>	N= 1250	N=1500	N=1800	N=2250
<b>GEMIDDELD AANTAL BEZOEKEN PER MAAND</b>	<b>105</b>	<b>125</b>	<b>150</b>	<b>190</b>

De volgende tabel (tabel 3) maakt duidelijk dat door gerichte actie van het Marikenhuis er steeds vaker via huisarts en specialist/verpleegkundige mensen geattendeerd worden op de activiteiten van het Marikenhuis. Maar de meeste gasten hebben het Marikenhuis ontdekt door mond-op-mond reclame (vrienden, familie, vrijwilligers), media, website of op social media (Facebook, Twitter, LinkedIn).

**Tabel 3** Hoe kennen onze gasten het Marikenhuis

	2016	2017	2018	2019
via familielid	11 %	7%	8%	8%
via vrienden, bekenden, collega's	23 %	27 %	31%	23%
website, twitter of facebookpagina Marikenhuis	13 %	12 %	17%	15%
via media (krant, HaH-krant, magazine)	27 %	19 %	20%	21%
via mijn huisarts	3 %	6 %	8%	8%
via behandelend specialist / verpleegkundige	8 %	9 %	13%	15%
via vrijwilliger Marikenhuis	4 %	6 %	7%	6%
anders	24 %	19 %	17%	10%

## Financiële aspecten

Om onze doelen te bereiken is het vergaren van fondsen middels donaties en gerichte publieksacties een noodzakelijke voorwaarde, naast het verwerven van zoveel mogelijk subsidies.

Op de eerste plaats dienen we voldoende middelen te genereren om de huisvestingskosten te kunnen dragen (ruim 75% van het totale kostenbudget). Daarnaast willen we voldoende middelen hebben om de diverse activiteiten te kunnen bekostigen en onze gasten in een warme en veilige omgeving te kunnen ontvangen.

Het aantal subsidies was tot nu toe erg gering en slechts een drietal gemeentes in de regio verleenden de afgelopen jaren een (beperkte) subsidie. Daarnaast waren er donaties en publieksacties, met de jaarlijkse Nijmeegse Vierdaagse als belangrijk aanknopingspunt. Deze publieksacties zorgden zowel voor naamsbekendheid als middelen. De publieksacties (ook donatieverzoeken bij evenementen en jubilea, statiegeldacties, clubacties etc) komen grotendeels uit de koker van en worden uitgevoerd door een enthousiast team van vrijwilligers, de sponsorcommissie. Echter, een structurele financiering van het Marikenhuis is een van de grootste uitdagingen waar wij ons voor gesteld zien.

## Strategische plannen 2021-2025

Komend uit de pioniersfase is het wezenlijk nu door te groeien naar een stabiele organisatie, met continuïteit als basisvoorwaarde. Op basis van een analyse zijn wij gekomen tot enkele strategische keuzes en is het volgende plan ontwikkeld.

### Het exploiteren van het inloophuis

Het activiteitenaanbod zal worden uitgebreid met meer diversiteit aan expressieve en creatieve activiteiten.

Een verdere uitbouw van de kinder- en jongerenactiviteiten heeft grote aandacht. Gedacht wordt bijvoorbeeld aan voorlichtingen over kanker op scholen. Ook zal er een doorstart gemaakt worden met betrekking tot activiteiten voor jongvolwassenen (AYA). Het op maat aanbieden van

lotgenotengroepen zal een verdere differentiatie opleveren. Zo wordt overwogen om een groep te starten voor vrouwen met borstkanker en een lotgenotengroep voor de leeftijdsgroep 35-55 jaar. Voor beide groepen spelen specifieke vraagstukken.

De organisatie van het huis vraagt na vijf jaar ook om een update, mede gezien het komende statutair vertrek van twee bestuursleden van het eerste uur. Uitgangspunt is en blijft een vrijwilligersorganisatie met een directe verbinding tussen bestuur en de operationele groepen in het huis.



Samen met Bindkracht 10, een welzijnsorganisatie in Nijmegen, zal een structurele samenwerking nader worden uitgewerkt met als doel mensen met een niet-westerse achtergrond kennis te laten maken met en deel te laten nemen aan activiteiten van het Marikenhuis. In 2019 is gestart met succesvolle Culinaire Culturele Ontmoetingen in het Marikenhuis.

7

Naast het feit dat mensen naar het Marikenhuis in Nijmegen komen, gaat het Marikenhuis ook de regio in. Er bestaan Marikencafés in Beuningen, Berg & Dal en Wijchen. De Marikencafés zijn laagdrempelige informatiebijeenkomsten over het omgaan met kanker. Het is een samenwerkingsverband van de welzijnsorganisaties en professionals uit de betreffende gemeentes en vrijwilligers van het MH. Het verstevigen van die basis zal aandacht vragen.

Uitbreiding van het aantal Marikencafés zit in de pen, als eerste in de gemeente Bemmelen, vandaaruit ook in Malden, Druten en Mook-Middelmeer. Zo vergroten we niet alleen onze naamsbekendheid, maar bieden we ook op locatie een vorm van begeleiding aan.

#### **Promotieactiviteiten: kennis en scholing over psychosociale begeleiding:**

Het contact met zowel de eerste lijn als met de afdeling Eerstelijns geneeskunde van het Radboudumc zal worden uitgebreid. Huisartsen, huisartsen in opleiding, bedrijfsartsen, maar ook andere eerstelijnsprofessionals worden uitgenodigd om de werkwijze van het Marikenhuis te leren kennen. De komende jaren zal er geïnvesteerd worden in de verdere uitbouw van deze samenwerking.

Maar de samenwerking kan verder uitgebouwd worden zodat het Marikenhuis en de psychosociale begeleiding van mensen met kanker een nog prominentere plek krijgt in het onderwijs. Hiermee wordt bijgedragen aan het betrekken van de patiënt bij de behandeling en krijgt hij/zij meer en meer de regie over zijn of haar leven, ook wanneer hij/zij ernstig ziek is (*patient empowerment*).



## Rol Marikenhuis bij onderwijs aan studenten



Sinds een aantal jaren komen studenten van Radboudumc, HAN en ROC op studiebezoek in het Marikenhuis. Ze krijgen daarbij inzicht in de rol van het Marikenhuis voor iedereen die te maken krijgt met kanker, als patiënt of als naaste. Ook krijgen ze antwoord op de vraag wat een gastvrouw of gastheer nu eigenlijk doet in het inloophuis. En welke andere mogelijkheden het Marikenhuis biedt aan psychosociale begeleiding, het verzorgen van informatiebijeenkomsten en expressieve uitingen op het gebied van muziek, zang en theater.

Er is gestart met een nauwere samenwerking met de afdeling Medische Oncologie van het Radboudumc, met als doel meer kennis over het Marikenhuis en een stimulans voor de bezoekers aldaar om het Marikenhuis te bezoeken. Ook wordt een start gemaakt met het geven van gerichte informatie aan alle zorgprofessionals (verpleegkundigen, artsen etc.) van betreffende afdeling over de vraag wat het Marikenhuis kan betekenen voor mensen die te maken krijgen met kanker.

Bij de invitational conference, die in mei 2021 zal plaatsvinden ter gelegenheid van het vijfjarig jubileum, zal door de genodigde zorg- en welzijnsprofessionals zeker ook input geleverd worden voor een verdere professionalisering van de psychosociale begeleiding door het Marikenhuis. Zeker de thema's Werk & Kanker, afstemming tussen eerste-/ tweede lijn en Marikenhuis als een nuldelijns voorziening, maar ook *shared decision making* en de kracht van ieder mens om elkaar te helpen en ondersteunen vragen om verdieping en verdere uitbouw.

### **Empowerment van de mens met kanker**

Het Marikenhuis stimuleert de mogelijkheid dat mensen hun eigen kracht hervinden en weer de regie over hun leven nemen, zelfs bij palliatieve zorg. De kern van de interventie bestaat uit het stimuleren van de kracht van de ervaringsdeskundigheid bij mensen geraakt door kanker. Met de lotgenotenbenadering streeft het Marikenhuis ernaar dat deze groep steun vindt en elkaar ondersteunt in het ontwikkelen van levenskracht en het verkrijgen van regie over hun eigen leven. De patiënt (of gast) is daarbij zelf de beste ervaringsdeskundige en de meest belanghebbende om deze begeleiding een succes te laten worden. De komende jaren zullen we deze werkwijze verder ontwikkelen - in afstemming met onze samenwerkingspartners.

### **Kanker hoort bij het leven**

Publieksacties zijn wezenlijk om iedereen te doen beseffen dat een op de drie mensen te maken krijgt met kanker, in welke vorm dan ook. Het bespreekbaar maken van kanker en wat het met mensen doet is nodig om niet altijd het stempel 'die mens met kanker' opgeplakt te krijgen. Ofwel: deze persoon heeft helaas kanker, maar is niet zelf de kanker. Ook de komende jaren zullen we blijven investeren in publieksacties om mee te helpen deze maatschappelijke verandering te bewerkstelligen.



Het Marikenhuis heeft een PR-en communicatieafdeling, die middels social media, website en persberichten bekendheid geeft aan de activiteiten die het Marikenhuis verzorgt.

Ook komende jaren zal er veel aandacht besteed worden aan een gerichte PR- en Marketingstrategie. Een goede voorlichting aan de verschillende sectoren, burgers en zorg- & welzijnsprofessionals, is daarbij van wezenlijk belang.

### Financiën

In de jaren 2021-2025 willen wij veel aandacht besteden aan de continuïteit van het Marikenhuis. De afgelopen jaren zijn de uitgaven stabiel gebleven, met als belangrijkste uitgavenpost de huisvestingskosten van ruim € 25.000.

Het is van belang om een financieringsmix te creëren zodat we niet afhankelijk zijn van een enkele inkomstenbron.

1. Dit denken wij te bereiken door een sterkere focus op subsidiemogelijkheden en subsidie verlenende organisaties en gemeenten in het werkingsgebied van de stichting. Daarbij zien wij een subsidiebedrag van € 15.000 per jaar als minimum. Een speciale subsidiecommissie zal zich met dit onderwerp gaan bezighouden.
2. Verhuur: gestreefd wordt naar bijdragen voor gebruik van ruimtes in en om het inloophuis voor activiteiten in lijn met de doelstellingen van het Marikenhuis.
3. De sponsorcommissie zal zich in toenemende mate toeleggen op het verkrijgen van donaties en het bedenken en uitvoeren van publieksacties. Gestreefd wordt naar een jaarlijks totaalbedrag van minimaal € 15.000. In jaarplannen zullen de acties in detail worden uitgewerkt.
4. Naast het bovenstaande is het plan om meer betrokkenheid van het bedrijfsleven uit de regio te creëren. Immers, uiteindelijk kan ieder bedrijf worden geconfronteerd met kanker van medewerkers of familieleden daarvan. Er wordt gekozen voor een individuele benadering van bedrijven met uitnodiging tot deelname voor directie en medewerkers aan een sessie over de (implicaties van de) ziekte kanker en consequenties daarvan voor privéleven en het bedrijf zelf. Op termijn kunnen business-to-business bijeenkomsten worden georganiseerd om zo synergie te creëren tussen bedrijven enerzijds en Marikenhuis anderzijds.

### Jaarplannen

We streven ernaar om jaarlijks een meer gedetailleerd plan van aanpak op te stellen, met daarin een concrete beschrijving van mogelijke acties voor het komend jaar (jaarplan).

Nijmegen, december 2020

**MARIKENHUIS****INLOOPHUIS VOOR IEDEREEN GERAAKT DOOR KANKER**

Slotemaker de Bruïneweg 163  
Tel. tijdens openingsuren: 024-3031522  
[www.marikenhuis.nl](http://www.marikenhuis.nl)

6532 AC Nijmegen  
Open van maandag t/m donderdag  
E [info@marikenhuis.nl](mailto:info@marikenhuis.nl)



Marikenhuis



Marikenhuis



company/Marikenhuis