



Stichting H3-netwerk

Beleidsplan

Vastgesteld; maart 2024



Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.....	2
Voorwoord	3
Algemene gegevens en bestuur.....	4
Missie Stichting H3-netwerk.....	5
Doelstelling Stichting H3-netwerk.....	5
De werkzaamheden.....	6
Werving van gelden.....	7
Het beheer en de besteding van het vermogen	8
Financiën	9
ANBI.....	10
BIJLAGEN	10
Statuten	
Uittreksel Kamer van Koophandel	



Voorwoord

H3-netwerk is opgericht op 6 maart 2023 te Den Haag (Statutaire zetel). De stichting heeft ten doel de zorg voor vrouwen met klachten op het gebied van hoofd, hart en hormonen te verbeteren, door geïntegreerde kennis en ervaring te delen met diverse zorgprofessionals en patiënten.

Het beleidsplan is opgesteld door het bestuur om te bepalen wat onderdeel uitmaakt van het beleid en wat onder onze doelstellingen valt. Het bestuur bepaalt de richting hoe de beoogde doelstellingen te realiseren. Dit onder andere, ten behoeve van vragen van sponsors, filantropische organisaties en instellingen. Het beleidsplan is tevens noodzakelijk voor het verkrijgen van de status Algemeen Nut Beogende Instelling.

Bij het opstellen van dit beleidsplan is rekening gehouden met de ANBI eisen;

- De ANBI stichting betaalt geen schenk- en erfbelasting.
- Donateurs mogen giften aftrekken voor inkomsten- of vennootschapsbelasting.
- Bij een schenking in het algemeen belang betaalt de ontvanger geen schenkbelasting.
- Voor ondernemingen onder de vennootschapsbelasting geldt dat zij hun gift mogen vermenigvuldigen met 1,5 en dit mogen aftrekken bij hun aangifte vennootschapsbelasting.
- Vermogensfondsen vragen het als voorwaarde bij aanvraag voor funding.
- Korting op producten en diensten oa software / social media /digitaal adverteren.

Het beleidsplan geeft inzicht in;

- Missie en doelstellingen van de stichting.
- Werkzaamheden (projecten) van de stichting.
- Financiën.
- De manier waarop de Stichting geld werft.
- Het beheer van vermogen van de stichting.
- De besteding van het vermogen van de stichting.

Mede namens de overige leden van het bestuur van het H3-netwerk,

Mevrouw prof. dr. J.J.S. Kooij
Voorzitter

Xxx maart 2024



Algemene gegevens en bestuur

Algemene gegevens

Statutaire naam	: Stichting H3-netwerk
Organisatietype	: Stichting
Opgericht	: 6 maart 2023
KvK nummer	: 89527534
Banknummer (IBAN)	: NL 91 INGB0101802889
Fiscaal nummer (RSIN)	: 865010535
Bezoekadres	: De Corridor 14 K, 3621 ZB Breukelen
Telefoonnummer	: 06-20387951
Website	: www.h3-netwerk.nl
E-mail	: contact@h3-netwerk.nl
Werkgebied	: Nationaal en Internationaal
Doelgroep(en)	: Zorgprofessionals en vrouwen met ADHD en/of hormonale en/of hartklachten

Bestuur

Naam	: Kooij, Johanna Jacoba Sandra
Geboortedatum en -plaats	: 24-12-1958, plaats
Titel	: Voorzitter
Bevoegdheid	: Gezamenlijk bevoegd (met andere bestuurder(s), zie statuten)

Naam	: van Dijken, Dorenda Karin Edith
Geboortedatum en -plaats	: 19-07-1958, plaats
Titel	: Penningmeester
Bevoegdheid	: Gezamenlijk bevoegd (met andere bestuurder(s), zie statuten)

Naam	: Kamerman - Wittekoek, Marianne Elizabeth
Geboortedatum en -plaats	: 21-05-1969, plaats
Titel	: Secretaris
Bevoegdheid	: Gezamenlijk bevoegd (met andere bestuurder(s), zie statuten)



Missie Stichting H3-netwerk

De juiste zorg voor vrouwen met ADHD!

Het verbeteren van de zorg van vrouwen met ADHD en/of hormonale en/of hartklachten door optimaliseren van samenwerking met en van zorgprofessionals.

Doelstelling Stichting H3-netwerk

Veel aandoeningen die bij vrouwen voorkomen zijn onvoldoende bekend of worden niet goed herkend, en dit komt vooral tot uiting bij de samenhang tussen hoofd, hart en hormonale aandoeningen bij vrouwen.

Zo zijn er nog veel misverstanden over ADHD bij vrouwen, over hartziekten bij vrouwen, en over de overgang en hormoon suppletie. Deze drie domeinen blijken ook nog eens nauw met elkaar samen te hangen. Daarom is op wereldvrouwendag, 8 maart 2023, het Hoofd Hart Hormonen (H3) Netwerk opgericht door Janneke Wittekoek, cardioloog Heartlife Klinieken, Sandra Kooij, psychiater AUMC/VUMC en PsyQ, en Dorenda van Dijken, gynaecoloog OLVG.

3 webinars (april en oktober 2023) en duizenden vragen later hebben we duidelijk een snaar geraakt, er is heel veel (media) belangstelling gewekt. Onze focus wordt het delen van kennis en stimuleren van regionale h3-netwerken tbv betere geïntegreerde zorg voor vrouwen met klachten op alle drie de H domeinen. De vragen en verzoeken om behandeling van deze vrouwen zijn overweldigend. We stellen informatie en documentatie beschikbaar voor hen om te delen met hun zorgprofessionals. We verzorgen communicatiekanalen naar patiëntenverenigingen en andere relevante platformen. Het H3-netwerk heeft niet het doel een patiëntenvereniging te zijn. We richten ons primair op het stimuleren en informeren van de zorgprofessionals die deze vrouwen, toegerust met kennis, beter geïntegreerd kunnen gaan behandelen in de door ons op te richten regionale H3-netwerken in het land.



De werkzaamheden

Het H3 netwerk wil de zorg verbeteren door het delen van kennis en stimuleren van geïntegreerde zorg door professionals. We willen dit bereiken door:

1. Bewustwording te creëren
2. Kennis te vergroten
3. Kennis te delen
4. Professionele regionale H3 netwerken in Nederland opzetten

Ad 1 Bewustwording creëren

Bewustwording van de samenhang tussen Hoofd Hart en Hormonale klachten via:

- Media: de exposure in de media was direct groot na de start: Vrij Nederland, Linda, Huisartsen Service, de Telegraaf, Nouveau, Libelle, Margriet, Cycle Care, Trouw, NRC, Volkskrant, Het laatste nieuws, nu.nl, NPO radio 1, en meer.
- Podcasts (6 stuks dit najaar ism journalist Suzanne Rethans; NRC: Onbehaarde apen; Medisch Contact Kopcast 20 feb. 2024)

Ad 2 Kennis vergroten door meer onderzoek

Welk onderzoek is al gedaan:

- Uit onderzoek van de Heartlife Kliniek is gebleken dat vrouwen met hartklachten, 7-10x zo vaak als gemiddeld in de algemene bevolking levenslange ADHD symptomen hebben, vooral rond de menopauze /de overgang ([Ter Beek 2023](#)).
- PsyQ vond in onderzoek bij vrouwen met ADHD 2-3x zo vaak premenstruele, postpartum en perimenopauzale stemmingsklachten als in de algemene bevolking ([Dorani 2021](#)).
- Bij PsyQ den Haag werd in een pilotonderzoek bij 9 vrouwen met ADHD en premenstruele depressie, de dosering van stimulantia voor ADHD verhoogd in de laatste week van de cyclus, met goed resultaat (De Jong, dec. 2023).
- Een behandelgroep voor vrouwen met ADHD en premenstruele depressieve klachten is gestart en geëvalueerd bij PsyQ en dit wordt binnenkort gepubliceerd (De Jong, maart 2024)
- Heartlife Kliniek werkt samen met PsyQ en het UMCU aan screening naar ADHD bij vrouwen met arteriele vaatspasmen van het hart dat met atypische hartklachten gepaard gaat en daardoor slecht wordt herkend. Psychische klachten zoals stress, angst, en depressie zijn in onderzoek al hiermee geassocieerd ([Lopez Pais, 2018](#)).

Welk onderzoek is nog wenselijk:

- Vervolgonderzoek is nodig naar de beste behandeling van vrouwen met ADHD met premenstruele en perimenopauzale depressie bij PsyQ
- Bij het OLVG wordt op de poli gynaecologie gescreend op ADHD bij gecompliceerde menopauze klachten, ook daar komt veel vaker ADHD voor dan verwacht. Screening op ADHD bij premenstruele en postpartum depressie is de volgende stap.



- Onderzoek binnen het NESDA cohort (over angst, depressie en ADHD) van AUMC/VUMc naar biomarkers voor endotheel disfunctie en metabole ontregeling die mogelijk samenhangen met zowel hartklachten als met ADHD.
- Onderzoek ism de UK Biobank naar biomarkers voor cardiale disfunctie bij neurobiologische ontwikkelingsstoornissen.

Ad 3. Kennis delen: focus op professionals

- Informatie en links op de website, zie op www.h3-netwerk.nl de [artikelen in de Media](#) en:
 - <https://www.h3-netwerk.nl/hoofd/>
 - <https://www.h3-netwerk.nl/hart/>
 - <https://www.h3-netwerk.nl/hormonen/>
- Webinars en e-learnings voor professionals in het Nederlands (3 webinars gegeven tussen april en november) en ev. in het Engels.
- Een multidisciplinaire handleiding/stroomdiagram met als doel het ontwikkelen van een handvatten voor professionals over H3 klachten bij vrouwen, over diagnostiek bij vrouwen met hartaandoeningen waarbij hormonale en mentale aspecten een rol spelen, de herkenning en gezamenlijke behandeling.
- Een brochure over preventie van hart en vaatziekten bij vrouwen met ADHD in de overgang (in voorbereiding) voor zorgprofessionals.
- Boeken van de oprichters over H3 thema's zijn er al: Het vrouwenhart, De Hart/Hoofd connectie, Hart & Hormonen, Hart en lopen, Eten als medicijn, Healthy Heart, ADHD bij volwassenen, diagnostiek en behandeling, Hyper Sapiens, ADHD bij vrouwen en meisjes, (publicatie eind april 2024)
- Het mogelijk maken van online consultatie voor internationale professionals met H3 netwerk ambities in hun land.
-

Ad 4. Regionale H3 netwerken in Nederland opzetten

- a. Professionals uit alle drie de domeinen die vrouwen met H3 klachten behandelen worden met elkaar in contact gebracht via de regionale H3 netwerkkaart. H3 stimuleert de professionele samenwerking actief. Deze visie en bijbehorende aanpak is nieuw en bestaat nog niet. Actieve participatie wordt gevraagd van elke professional tbv betere samenwerking voor de behandeling van vrouwen met H3 klachten in elke regio.
- b. Regionale en landelijke H3 netwerk bijeenkomsten organiseren.
- c. NB We starten met vrouwen met ADHD, maar verwachten dat ook vrouwen met andere psychische klachten zoals bijvoorbeeld bipolaire stoornis, premenstrueel dysforic disorder (PMDD), autismespectrumstoornis (ASS) en vrouwen met angst en depressie vergelijkbare problemen hebben. We hopen dat zorgprofessionals met kennis op die terreinen zich aanmelden zodat we ook deze kennis kunnen delen.



Het team

Het bestuur van H3-netwerk is actief betrokken bij het ontwikkelen van visie en missie, de doorvertaling in dit beleidsplan. Hun vakkennis, netwerk en ervaring met patiëntenzorg voor specifiek vrouwen geeft de inspiratie aan het team om de missie te realiseren. Het bestuur zet zich onbezoldigd in.

Het team is vooralsnog, samengesteld uit professionals die ieder op hun vakgebied een bijdrage leveren

- Medonline - digitaal bureau met kennis en expertise op het gebied van communicatie en educatie binnen de gezondheidszorg.
- Magdalena Bach – coördinator voor digitale content en communicatie voor de Engelstalige markt (geldt dit nog?? IK ken haar niet?)
- Lisa Vermeij – PR en communicatie
- Sandra Clossen-Albers – operationeel directeur - 25 jaar ervaring in de non-profit sector
- Non profit support (onderdeel van Van Ree accountants)-dienstverlener op het gebied van administratieve ondersteuning voor stichtingen en verenigingen

Werving van gelden

De Stichting wil geld binnen krijgen door: donaties, giften, filantropie, subsidies, Bijdragen aan evenementen, webinars en e-learning modules, fondsenwerving.

De werving van geld gebeurt op een kleinschalige maar effectieve, directe manier zoals tijdens contacten met relaties, zowel privé als zakelijk. De bestaande contacten met donateurs, samenwerkingspartners, en organisaties worden actief onderhouden en daarnaast ligt de focus op het werven van nieuwecontacten/relaties en donateurs.

Dit wordt gedaan via digitale kanalen, social media, netwerken en desk-research.

Daarnaast worden ook campagnes ingezet om de noodzaak van donaties onder de aandacht te brengen bij de diverse doelgroepen.

De stichting heeft geen winstogmerk en is afhankelijk van bijdragen van anderen.

Het beheer en de besteding van het vermogen

Vergoeding bestuur

De bestuurders van Stichting H3-netwerk zetten zich vrijwillig in. Zij ontvangen geen beloning. Het bestuur kan wel besluiten aan een bestuurder een niet bovenmatige onkostenvergoeding toe te kennen. Er worden geen vacatiegelden betaald.



Verantwoording inkomsten en uitgaven

Uit de administratie zal blijken:

- Welke bedragen er aan onkostenvergoeding zijn betaald, welke bedragen zijn uitgegeven aan het werven van geld en het beheer van de instelling. Dat geldt ook voor alle andere kosten, wat de aard en omvang van de inkomsten en het vermogen van de instelling is.
- De ontvangen gelden worden aangewend ten behoeve van de uitvoering van de doelstelling van de Stichting.
- Aan het einde van het boekjaar (dat loopt van 1 januari van een jaar tot met 31 december van dat jaar) wordt door de penningmeester de boeken afgesloten. Daaruit worden de jaarstukken opgesteld bestaande uit de winst- en verliesrekening, de jaarrekening, de balans, een staat van baten en lasten over het betreffende boekjaar. Het bestuur beoordeelt en controleert de stukken en keurt de stukken goed middels een ondertekening en dechargeert de penningmeester.

Vermogen

Het vermogen dat de Stichting H3-netwerk eventueel opbouwt, zal worden aangewend om nieuwe projecten te financieren, zoals b.v. diverse onderzoeken, het opzetten en uitbreiden van een online community voor zorgprofessionals en vergroten awareness via diverse mediakanalen.

Bestemming liquidatiesaldo

Een eventueel batig saldo van de ontbonden Stichting wordt besteed ten behoeve van een instelling als bedoeld in artikel 6.33 lid 1 onderdeel b Wet inkomstenbelasting 2001, dan wel op enigerlei wijze waarmee het algemeen belang wordt gediend. Zie hiervoor ook artikel 14 lid 3 van de statuten van de Stichting

Financiën

Om de doelen van Stichting H3-netwerk te realiseren is geld nodig. Hierbij wordt uitgegaan van de jaarlijkse kosten, basis-/structurele kosten en ontwikkelingskosten om de Stichting draaiende kunnen te houden. Wil de Stichting kunnen groeien in haar activiteiten en investeringen, dan is er meer geld nodig. Het geld zal besteed worden aan uitbreiding medewerkers, optimalisatie uitbreiding van digitale omgeving, voorlichtingsmaterialen en wetenschappelijk onderzoek.

Globale indicatie jaarlijkse kosten en benodigde inkomsten op jaarbasis:

De stichting heeft geen winstoogmerk.

De jaarrekening over 2023 is nog niet beschikbaar



ANBI

De Stichting H3-netwerk is voornemens om een ANBI-verklaring te verkrijgen van de Belastingdienst, waardoor giften aftrekbaar zijn van de belasting. Een als ANBI (Algemeen Nut Beogende Instelling) aangemerkte organisatie hoeft geen successierecht of schenkingsrecht te betalen over erfenissen en schenkingen die zij ontvangt in het kader van het algemeen belang. Uitkeringen die een ANBI doet in het algemeen belang zijn vrijgesteld voor het recht van schenking. Indien een donateur een gift doet aan een ANBI kan deze gift binnen de daarvoor geldende regels van inkomsten- of vennootschapsbelasting afgetrokken worden. Het beleid van het bestuur is erop gericht om blijvend over de ANBI-verklaring te kunnen beschikken.

BIJLAGEN

De volgende bijlagen worden toegevoegd:

- Statuten
- Begroting 2024
- Uittreksel Kamer van Koophandel