

Jaarverslag 2025

”

Toen ik wéér slecht nieuws kreeg, stortte ik compleet in. Bij het Helen Dowling Instituut kwam ik erachter hoe angstig ik was en wat ik nodig had om hiermee om te gaan.

Cat



Expertisecentrum

Helen Dowling Instituut

Psychologische zorg bij kanker

Inhoud

Ontmoet Helen _____ 6

Onze zorg _____ 12

Wetenschappelijk onderzoek ____ 18

Helen Dowling Academie _____ 22

Goed doel _____ 34

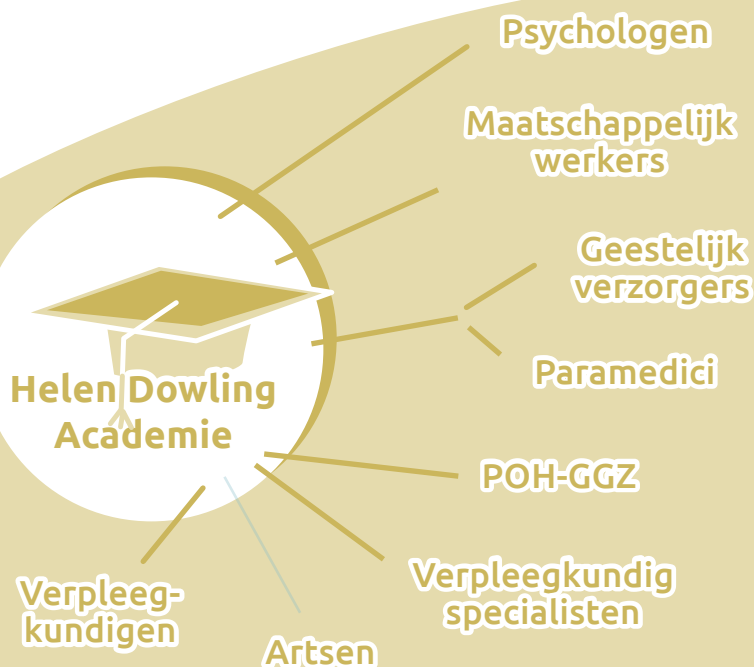
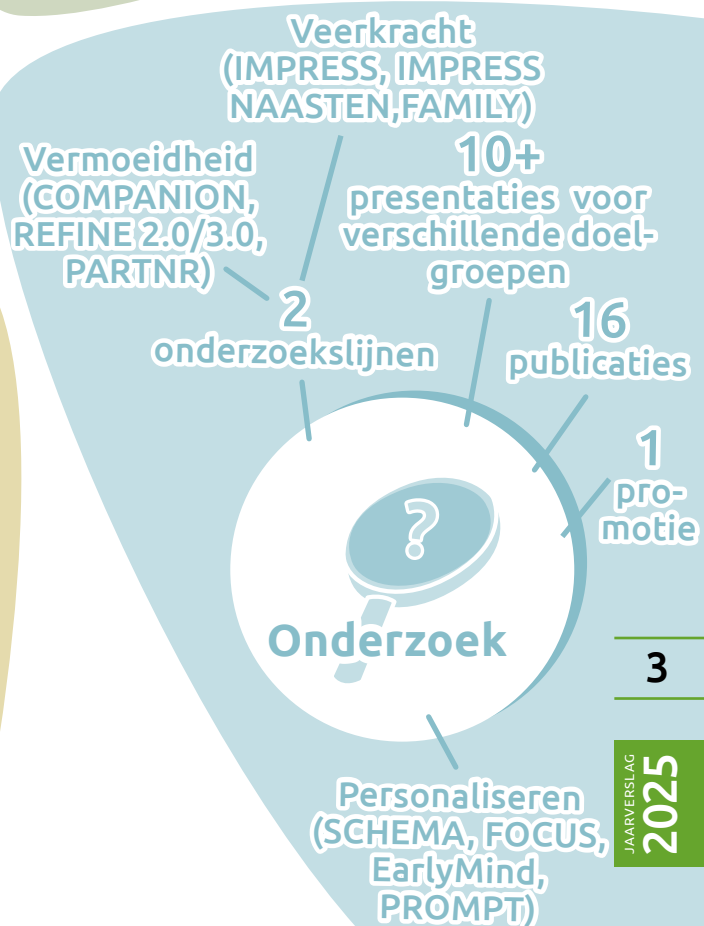
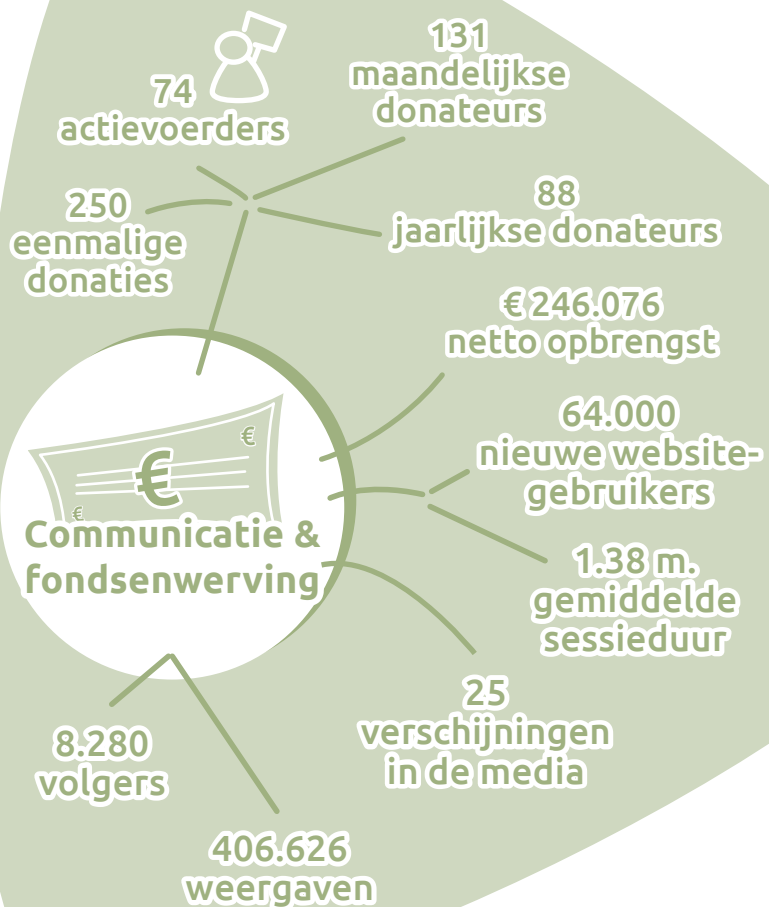
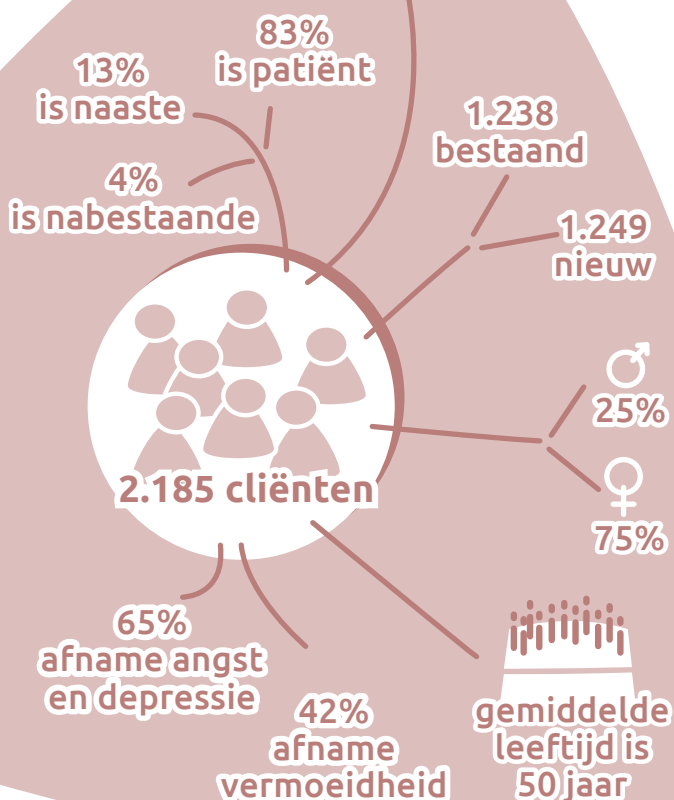
Organisatie _____ 36

Werken bij het HDI _____ 40

2025 in één oogopslag

Helen Dowling Instituut
51 vrijwilligers & 72 medewerkers

Rapportcijfer
8.9



Voorwoord

2025 was een uitdagend jaar voor expertisecentrum Helen Dowling Instituut (HDI) op meerdere gebieden. Financieel liep de druk door allerlei factoren hoog op. De collega's hebben hun schouders eronder gezet en samen gezorgd dat we het jaar goed doorkwamen. Als RVT zijn we hier ontzettend trots op.

En dan was er ook nog het eerste deel van de verbouwing van onze hoofdvesting in Bilthoven, waarbij we een stevig beroep hebben gedaan op de flexibiliteit van collega's, vrijwilligers en cliënten. Het doel was het wel meer dan waard: de oplevering van een werkend nieuw klimaatsysteem in 2026 en een aangename locatie om cliënten te ontvangen.

Deze fantastische club mensen heeft dit jaar als nooit tevoren laten zien wat zij met elkaar en met steun van ons netwerk voor elkaar kunnen krijgen.

Bijzondere hoogtepunten die ik ook wil benoemen: de boeklancering van 'De psychologische impact van kanker' van prof. dr. Marije van der Lee in juni, waarmee ze bruggen bouwt tussen geneeskunde en psycho-oncologie. En de lancering van doorlevenmetkanker.nl, waar de groeiende groep doorlevers en naasten informatie en steun vinden.

We zetten vol vertrouwen koers naar 2026!

Michiel van Roozendaal



"Namens de Raad van Toezicht wil ik onze lof uitspreken naar alle collega's en vrijwilligers van HDI. Samen zorgden zij ervoor dat we het jaar goed afsluiten. Als RVT zijn wij trots op iedereen die daar op eigen wijze een bijdrage aan heeft geleverd."



Ons prachtige HDI koerste in 2025 met de wind in de zeilen door het jaar. De Helen Dowling Academie veroverde het NVPO-keurmerk voor de postmaster leergang Psycho-oncologie. Een mooie erkenning voor wat deze opleiding biedt aan psychologen: een stevige basiskennis in de mentale impact van kanker.

Ons Benefiet Golftoernooi bracht dankzij ons fantastische netwerk een recordopbrengst op en leverde zo een grote bijdrage aan de verbouwing van onze hoofdlocatie Bilthoven.

En intussen zorgde elke collega – van zorg, academie tot wetenschap en staf - dat we alle voornemens waarmee we het jaar begonnen waarmaakten. Wat kun je nog meer wensen als directie. Dank jullie wel allemaal!

Martine van der Goot
Hanneke Haanraads
Directie Helen Dowling Instituut

Over het Helen Dowling Instituut

Expertisecentrum Helen Dowling Instituut is het grootste psycho-oncologische centrum van Nederland en trotse drager van het TOPGGz-keurmerk. Wij zijn opgericht in 1988 en gevestigd in omgeving Utrecht en Arnhem/Nijmegen. Onze missie: het vergroten van de veerkracht en kwaliteit van leven bij kanker. Dit doen we vanuit onze drie pijlers: zorg, onderzoek en kennisdeling (academie).

Jaarlijks bieden wij psychologische zorg op maat aan zo'n 2.500 mensen. Wij innoveren onze zorg continu vanuit wetenschappelijk onderzoek. Onze kennis en ervaring delen wij vanuit de Helen Dowling Academie, zodat de hele zorg hiervan profiteert. Wat ons nog meer bijzonder maakt is onze Leerstoel aan TilburgUniversity en dat wij een goed doel zijn. De steun van particulieren, bedrijven en fondsen stelt ons in staat voortdurend te innoveren en kennis te delen en de zorg aan mensen getroffen door de mentale gevolgen van kanker én hun naasten en nabestaanden steeds verder te verbeteren.

In 2025 publiceerde HDI's professor Marije van der Lee haar eerste boek. Lees er meer over in dit jaarverslag.



Ontmoet Helen Dowling



*Helen is de derde
van rechts.*

Wij dragen haar naam met trots: Helen Dowling. Haar eenmalige ontmoeting met de Nederlandse patholoog-anatoom Marco de Vries zorgde in 1988 voor de oprichting van het Helen Dowling Instituut. Nog elke dag vinden in onze behandelkamers bijzondere ontmoetingen plaats. Een ontmoeting waarin onze behandelaren een verschil maken voor cliënten en 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/>

Visie en missie

Onze visie

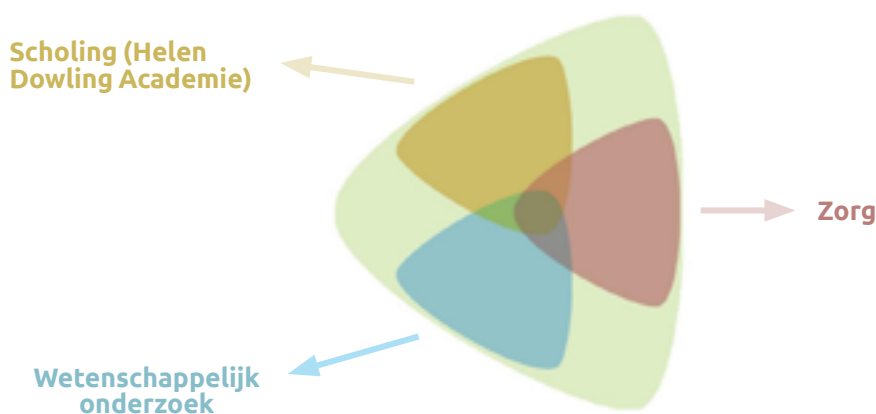
Iedereen die psychisch lijdt onder de gevolgen van kanker verdient passende psychologische zorg op het juiste moment. Daarom toetsen en innoveren wij onze zorg continu vanuit wetenschappelijk onderzoek en delen we onze kennis via scholing om de algehele zorg voor mensen die te maken hebben (gehad) met kanker te verbeteren.

Onze missie

Elke dag gaan wij vol voor onze missie: het vergroten van de veerkracht en kwaliteit van leven van mensen getroffen door kanker, en van hun naasten en nabestaanden.

Drie pijlers

Wij werken dagelijks aan deze missie vanuit onze drie pijlers:



Onze kernwaarden



Toonaangevend



Op eigen wijze



Met aandacht

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

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

Jaar in beeld

maart,
april

21 maart ►

Uit onderzoek van het Helen Dowling Instituut blijkt dat patiënten die hoger scoren op gehechtheidsangst een langere psychologische behandeling doorlopen. Zelfs zonder correctie voor behandeltype, DSM-classificatie, klacht-ernst en type hulpverlener, bleek gehechtheidsangst voorspellend voor therapieduur. Collega Martijn van de Kerkhof won de posterprijs op het NVPO-Congres met zijn wetenschapsposter over trauma en gehechtheid.

Attachment positions in cancer patients: Predicting psychological treatment duration

Objective

Tailoring psychological care to patients' needs is essential: short when possible, longer when necessary. This study explored whether the current attachment position of patients with cancer plays a predictive role in the duration of psychological treatment.

Methods

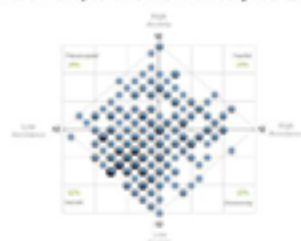
An **observational cohort study** was conducted (Jun 2020-Dec 2022, N = 308) at the Helen Dowling Institute, psychological care for cancer patients.

Attachment positions were assessed with the Relationship Questionnaire at treatment start.

Total **treatment duration** was recorded at completion.

Multiple regression analysis were conducted to assess the predictive value of attachment positions.

Attachment positions of 308 cancer patients



Two-dimensional model of attachment



Clinical implications

Estimating treatment duration helps inform patients and enables therapists to personalize care.

- Therapists can recognize overreliance on support in patients with high attachment anxiety and foster self-confidence for independent coping.
- Avoidant patients may disengage early or require more time to build trust. Therapists should be aware of their underrepresentation (10% vs. 23% in the general population) and provide a safe, gradual approach to foster engagement and openness.

Results

Higher Attachment anxiety predicted longer treatment duration ($\beta = 0.20$, $t(305) = 3.33$, 95% CI [0.01, 0.02], $p < .005$, $R^2 = 0.04$).

Attachment avoidance and the interaction did not predict treatment duration in cancer patients.

Implications for future research

Greater emphasis on attachment is warranted, given the immense psychological challenges cancer places on a patient's trust in themselves and others.

Martijn van de Kerkhof, Marje van der Lee, Melanie Schellekens
m.vandekerkhof@hdi.nl The Netherlands



◀ 5 april

De werkdruk in de zorg ligt hoog. Daarom ontwikkelden wij als zorgprofessionals een vitaliteitsaanbod speciaal voor zorgprofessionals. Om alvast te proeven wat zo'n training je als hardwerkende zorgprofessional op kan leveren, organiseerde de Helen Dowling Academie op 5 april een gratis workshop.

6 april ►

Ons jaarlijkse muzikale bedankje voor iedereen die ons een warm hart toedraagt als donateur, sponsor, vrijwilliger: het Helenconcert. Uitgevoerd door de meest getalenteerde studenten van het HKU Conservatorium en dit keer onder leiding van Tijn Wybenga.



“Ik was pas een goede moeder als ik hem had gevoed”

Wanneer Cat een knobbel in haar borst voelt is ze 35 jaar en voor de tweede keer moeder geworden. Hoewel ze de knobbel eerder had ontdekt, dacht ze dat dit te maken had met haar zwangerschap. Niets bleek minder waar. Haar baby is drie maanden oud, wanneer ze de diagnose borstkanker krijgt. Cat start met chemotherapie en voelt zich door het acute stoppen met borstvoeding geen goede moeder meer. Haar pijn stopt ze diep weg. Tot ze na een half jaar behandelen een onverwachte tegenslag krijgt en compleet instort. "Toen zag ik pas in dat ik alles daarvoor op adrenaline had gedaan."

Kale kop en doodgaan

Cat wist niets van kanker toen ze de diagnose borstkanker kreeg. "Het enige beeld wat ik van kanker had was een kale kop en doodgaan." Haar grootste zorg was de zorg voor haar kinderen: hoe begeleid ik samen met mijn man, onze kinderen op iets waarvan ik zelf niet eens weet wat ik kan verwachten? Reeve is dan 2,5 jaar en Rocco nog maar drie maanden oud. Als eerste doet ze in het ziekenhuis navraag, maar is het aanbod erg beperkt. "Ik had enorm behoefte aan enige vorm van grip." Via lotgenoten kreeg ze het boek 'Grote boom is ziek' getipt, maar verder tastte ze in het duister en dat verbaasde haar enorm. "Ik kan toch niet de enige moeder met jonge kinderen zijn die dit meemaakt?"

'My worst moedermaffia was ik zelf'

Voordat Cat moeder werd, had ze een heel specifiek beeld van hoe moederschap hoorde te zijn. "Ik las in boekjes hoe belangrijk de hechting met je baby is, vooral in het eerste jaar. Daarin kwam ik tekort voor mijn gevoel. Het moeten stoppen met borstvoeding



voelde als persoonlijk falen. Het was pijnlijk om de melk uit mijn borst te voelen vloeien, terwijl ik mijn zoon probeerde te sussen wanneer hij hilde en ik mijn melk vanwege chemotherapie niet mocht geven. Gedachtes dat ik enkel een goede moeder kon zijn als ik hem met mijn melk zou voeden hebben vaak en veel in mijn hoofd gespookt terwijl ik de behandelingen onderging en soms niet wist voor of achter was. My worst moedermaffia was ik eigenlijk vooral zelf.

"Fietsen, 'chemogift' en terugfietsen"

Cat besluit om in haar eentje van en naar het ziekenhuis te fietsen voor chemotherapie. "Ik ben een doener. Het type: Ik pak het aan. Ik ga het aan. Dus stapte ik op mijn fiets, wat best wel een endje was, kreeg mijn chemogift en fietste 'gewoon' terug. Vond ik heel stoer van mezelf." Al kwam aan het einde van het jaar een enorme klap.



Tweeledige tumor

Na haar operatie bleek de resttumor tweeledig te zijn. "Deels hormoon en deels triple negatief. De tumor was bij de diagnose ruim 5 centimeter en wat nog over was, bleek een andere type tumor te zijn, waarvoor een andere behandeling nodig was dan de behandeling die ik had gehad. Dus moest ik na de eerste ronde chemo en operatie nog een half jaar

chemo, bestraling én een tweede operatie. Toen de chirurg mij vertelde dat het niet goed was en me mededeelde dat ik nog een keer moest, stortte ik finaal in. Ik had me zo gefocust op het einde van de behandeling! Het scenario dat ik net halverwege was, was niet bij me opgekomen.... het brak me."

"Mijn vrienden begrijpen bepaalde dingen gewoon niet en dat is maar goed ook, want ze zijn niet ziek"

Online delen met lotgenoten

Cat had een heel fijn vangnet ervaren van haar vrienden. "Ze gaven me echt alle steun. Ik moest de ziekte dragen, maar zij deden de rest. We deelden het samen. Maar na die eerste zes maanden voelde ik me bezwaard om nog meer hulp te vragen/krijgen en ben ik mijn heil online gaan zoeken. Om het niet allemaal bij mijn vrienden te leggen."

Op Instagram en in verborgen Facebook-groepen van patiënten vond Cat lotgenoten. "Mijn vrienden begrijpen bepaalde dingen niet. En dat is maar goed ook, want zij hebben gelukkig niet zelf ervaren om borstkanker te hebben, ze weten niet hoe het is om in een MRI te liggen en daarna dagen of soms weken te moeten wachten op een uitslag met je levensverwachting. Op Facebook vond ik herkenning en erkenning van hele willekeurige mensen die ik helemaal niet ken, waardoor ik me enorm veilig en gezien voelde."

Online schreef Cat over alles. "Ik schreef over the good, the bad, the ugly. Over hoe mijn familie niet beschikbaar was voor mij, hoe pijnlijk ik dat vond en ook hoe het schrijven therapeutisch voor me werkte. Door de tijd te nemen om te schrijven, kon ik lezen wat ik voelde. Omdat ik de ruimte nam om te voelen."

'Ik moest mezelf eerst vergeven'

Naast het online delen, zocht ik ook professionele hulp. Via de verpleegkundig specialist van het ziekenhuis kwam ze bij het Helen Dowling Instituut (HDI) terecht. "Hier kwam alles eruit. Mijn trauma van het acuut moeten stoppen met borstvoeding en dat ik mezelf niet goed vond als moeder." Nu kan ik dit in een paar zinnen omschrijven, toentertijd ging ik naar binnen omdat ik eigenlijk aanvankelijk andere angsten dacht te hebben. Bij het HDI voelde ik de ruimte om mijn emoties te doorvoelen en mijn echte angsten aan te kijken. Ik leerde daarna bij het HDI om mijn

focus op iets te verleggen en het daardoor anders en liefdevoller te bekijken: "Tijdens de sessies zag ik in dat ik geen oordeel heb over hoe andere moeders hun kind voeden. Maar dat ik mezelf pas een goede moeder vind als ik mijn kind borstvoeding had gegeven. Het lijkt misschien iets futiels, borstvoeden, op de weegschaal van het leven en toch was dit belangrijk voor mij. Ik heb mezelf leren vergeven en nu zie ik dat ik met al mijn beperkingen echt de allerbeste moeder ben voor onze kinderen."

Vriendschap en verlies van een lotgenoot en vriendin

Online ontmoette Cat een vrouw met wie ze veel gemeen had. "Heel bijzonder om iemand te vinden die een soortgelijk pad bewandeld. En ook nog met kinderen in exact dezelfde leeftijd en dus dezelfde soort slapeloze nachten door voedingen, behandelingen en vreetbuien." Er ontstond een hechte vriendschap tussen Cat en Sascha. Op het moment dat er bij Sascha uitzaaiingen werden gevonden, bleef het contact innig. "Zij vroeg me om een brief voor te dragen die zij had geschreven voor haar kinderen. Precies een jaar nadat we elkaar hadden getroffen op Instagram stond ik op haar uitvaart met haar brief in mijn hand."

Angst in de ogen kijken

De dood van haar dierbare vriendin confronteerde Cat met diepe angsten. "Bij het HDI voelde ik me inmiddels veilig om die angsten aan te kijken, te benoemen en te doorvoelen. Niet weggijken, maar ruimte geven zodat het er mag zijn. "Ik heb met mijn therapeut bij het HDI verder onderzocht waar ik zo

angstig van ben. Dat bleek het onbekende, dat ik niet weet wat er volgt. Alle vragen die door mijn hoofd spookten voor een scan gingen we samen af: 'Wat als de kanker terug is? Wat als het deze keer is uitgezaaid? Kan ik de behandeling aan? Hoe ga ik de kinderen nu weer begeleiden?'

"In plaats van me op te peppen durfde ik aan de hand van mijn therapeut het voor me te zien hoe mijn

"In plaats van me op te peppen, werkte mijn therapeut uit hoe mijn leven eruit zou zien bij slecht nieuws"

leven eruit zou zien bij slecht nieuws. Stap voor stap tekenden we samen alle beren op de weg. Ik gaf me eraan over, liet het allemaal toe. Doorvoelde de angst. Gek genoeg stonden de beren daardoor op. Nu ik mijn angst niet meer verdring, maar er laat zijn, heb ik er meer controle over. Zo tegenstrijdig."

"In de week van de scan ben ik mild voor mezelf. Plan ik ruimte in om iets leuks te doen waar ik op dat moment zin in heb. Het helpt me om alles vooraf te regelen. Fijne speelafspraken voor de kinderen, wat minder koken, wat meer bestellen. Alles eromheen te kunnen doen zoals ik het wil, geeft me grip, houvast en troost. Die ervaring neem ik nu niet alleen mee bij





mijn jaarlijkse controle, maar ook in mijn werk als uitvaartondernemer. Door samen met de families en hun dierbaren te kijken naar wat komen gaat en bespreekbaar te maken wat voor afscheid bij hen past."

Accepteren vol overgave

Door de therapie is Cat een stuk milder geworden voor zichzelf.

"Mijn therapeut creëerde een veilige omgeving om mijn angst en frustratie te delen. Zonder dat het voelde alsof ik werd beoordeeld. Het was enorm waardevol hoe ze mij anders liet kijken, terwijl de situatie onveranderd was."

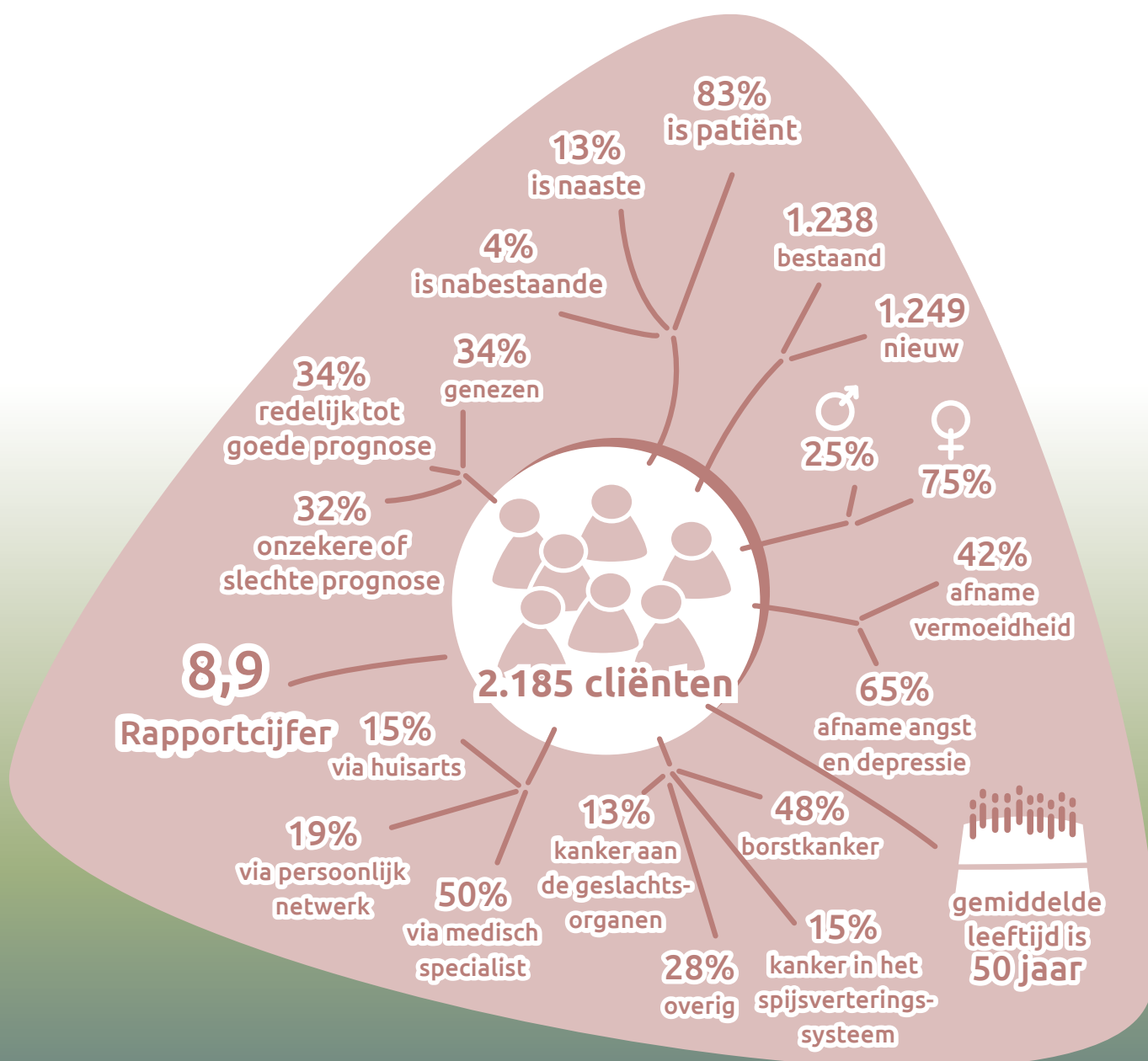
"Ik kan de dood en mijn angsten niet wegnemen. Wel heb ik geleerd om te kijken naar wat ik wel kan. Door te focussen op waar ik wél invloed op kan hebben, ervaar ik meer rust. En niet zo van: oké ik accepteer het maar, het moet maar, ik kan nu wanneer ik besluit er klaar voor te zijn het accepteren, vol overgave."

Er is echt een Cat van voor en na de kanker. Deze Cat heeft meer in haar rugzak. "Ik koester momentjes in elke dag. Zoek naar het licht. 's Avonds als ik naast mijn slapende kinderen lig bijvoorbeeld en luister naar hun gesnurk, voel ik onze liefde, dat is voor mij het grote kleine geluk."

Cat heeft tijdens de therapie haar missie in het leven ontdekt: mensen begeleiden rondom hun uitvaart of dat van hun dierbare. In 2024 is ze gestart met de Laatste Vaart Afscheidszorg, een uitvaartonderneming die een veilige haven is voor alles wat volgt.
www.delaatstevaart.nl

Het jaar van Onze zorg

Dat de mentale impact van kanker net zo groot of soms zelfs groter kan zijn dan de lichamelijke impact ontdekken mensen vaak pas als zij zelf onverhoopt getroffen worden door deze ziekte. Voor mensen die na de medische behandeling last blijven houden van gevoelens van vermoeidheid, angst, stress, onzekerheid, somberheid kan psychologische zorg noodzakelijk zijn. Wij bieden deze zorg en onderzoeken en innoveren onze behandelingen continu. Kijk mee wat we in 2025 hebben gerealiseerd om de veerkracht en kwaliteit van leven van mensen getroffen door kanker te vergroten.



8,9

Voor onze zorg

Elke cliënt krijgt bij ons zorg op maat en stelt samen met een therapeut een behandelplan op dat aansluit bij wat hij of zij nodig heeft. Onze zorg wordt enorm gewaardeerd door cliënten, die hun behandeltraject gemiddeld een 8,9 geven. Een waardering die ons motiveert om onze persoonlijke én professionele kwaliteitszorg te blijven bieden.



1

Nieuwe website

Door medische vooruitgang groeit de groep doorlevers, mensen die doorleven met kanker. Dit is natuurlijk goed nieuws, maar leven zonder vooruitzicht op genezing vraagt heel veel van iemands veerkracht. En ook voor de naasten is dit vaak een heel moeilijk gegeven. In 2025 lanceerden wij een nieuwe website speciaal voor deze doelgroep: doorlevenmetkanker.nl. Een plek waar zij informatie en steun kunnen vinden. De inhoud is tot stand gekomen aan de hand van ons eigen wetenschappelijk onderzoek naar de behoeften van doorlevers en hun naasten. Bekijken op: doorlevenmetkanker.nl

Onze collega, hoogleraar psycho-oncologie Marije van der Lee, die bij het HDI werkt als gz-psycholoog en hoofd wetenschappelijk onderzoek publiceerde in 2025 haar eerste boek 'De psychologische impact van kanker – Beter afgestemde zorg door de netwerkbenadering'.

Ze laat hierin zien hoe we de samenhang uit het oog verliezen door onze zorg op te knippen in categorieën zoals lichaam of geest, ziek of gezond, angst of depressie en hoe we met behulp van de netwerkbenadering kunnen zorgen dat de mens getroffen door kanker zich minder versnipperd voelt en betere zorg krijgt.

Bekijk en bestel het boek via hdi.nl/boek

1

Boek



In 2025 behaalden wij het keurmerk Kortdurende GGZ

Transparant, zelf-kritisch, meedenkend en gericht op kennisdeling



Zorgaanbieders laten met het Keurmerk Kortdurende GGZ 2025 zien dat zij de lat voor kwaliteit en transparantie voor zichzelf hoger leggen dan wettelijk noodzakelijk is, hoger dan wat in een kwaliteitsstatuut beschreven moet staan. Zij laten zien in te zetten op kortdurend behandelen, zelfkritisch te zijn en een koploper in het monitoren en verbeteren van de voortgang binnen behandelingen, het zorgproces en de organisatie. Een Keurmerkdrager kijkt verder dan de eigen praktijk of instelling, staat open voor het implementeren van innovaties en zet zich actief in voor de verdere ontwikkeling van de kortdurende generalistische werkwijze.

In 2025 droegen wij met trots het TOPGGz-keurmerk!



"Met haar eigen leerstoel en de ruime hoeveelheid cliëntgebonden wetenschappelijk onderzoek, draagt de organisatie nationaal en internationaal bij aan het innoveren, verbeteren en personaliseren van psycho-oncologische behandelingen.

Kenmerkend voor de organisatie is haar grote bereidheid om kennis te delen en zo bij te dragen aan landelijk beschikbare en hoogkwalitatieve psycho-oncologische zorg. De organisatie mag zich verheugen in toegewijde en ambitieuze medewerkers en een directie die de TOPGGz-status faciliteert en ook toekomstige steun garandeert."

2025 was het jaar waarin we met z'n allen ervoor zorgden dat het HDI met volle wind in de zeilen het jaar doorging. We zijn ontzettend trots op alle schouders die dit hebben gedragen. Een mooie stap: al onze behandelaren zijn dit jaar getraind in de systeemtherapie. Onze collega Marije van der Lee publiceerde haar eerste boek: een mijlpaal voor ons expertisecentrum en een must-read voor iedereen die wil dat mensen met kanker beter afgestemde zorg krijgen. Ook ging onze nieuwe website voor doorlevens live: doorlevenmetkanker.nl. Een bron van informatie en steun voor deze nieuwe groeiende groep. Wij zijn trots op iedereen die deze mooie stappen heeft gezet en mogelijk gemaakt!

Klik hier om meer te lezen over onze zorg:

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

Martine van der Goot,
directeur Zorg



Jaar in beeld

juli



◀ ▼ ▲ 3 juli

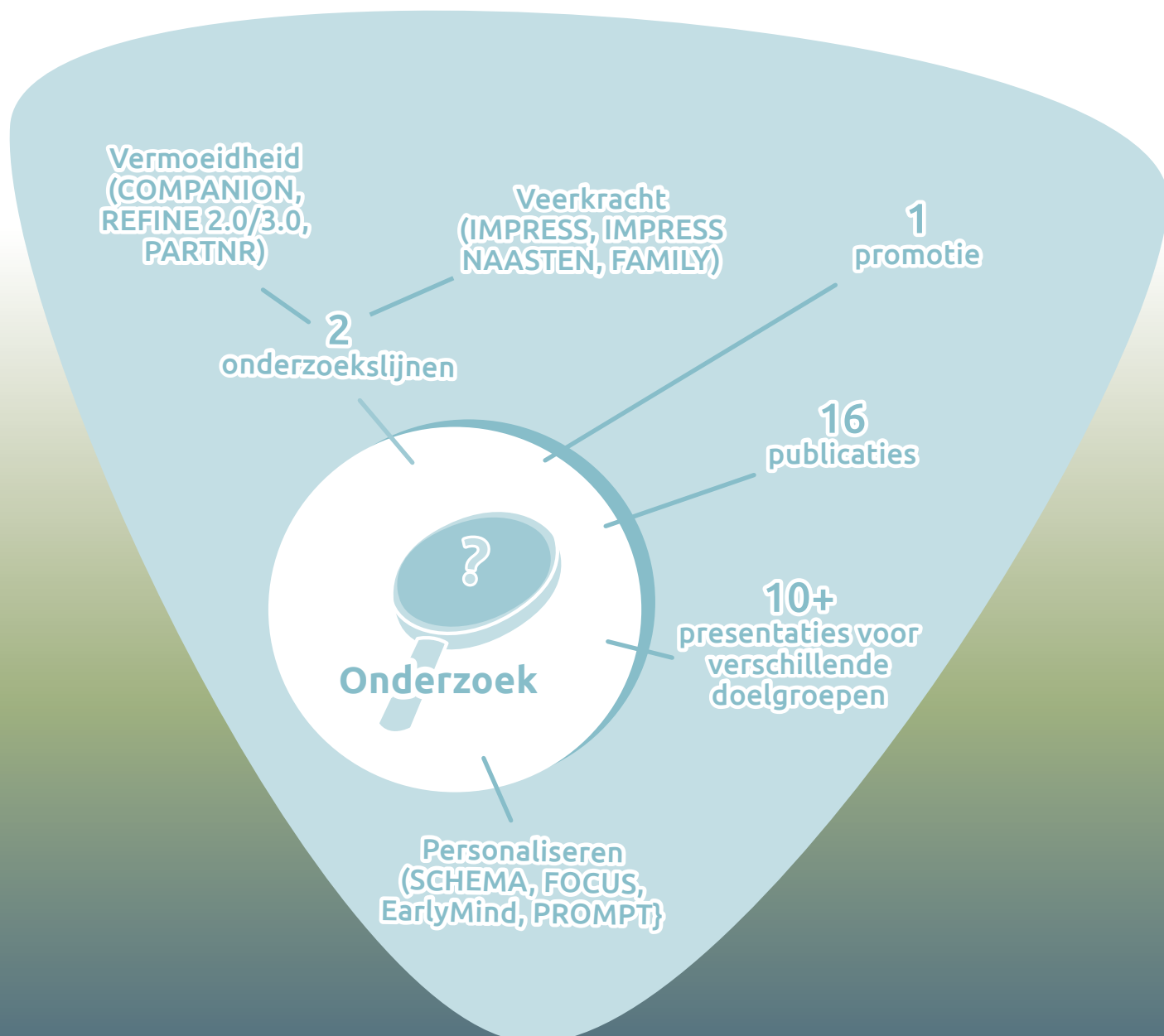
Onder grote belangstelling presenteerde HDI's eigen professor Marije van der Lee, hoofd wetenschappelijk onderzoek en gz-psycholoog bij HDI, haar eerste boek 'De psychologische impact van kanker – Beter afgestemde zorg door de netwerkbenadering'.



Wetenschappelijk onderzoek

Een kijkje bij onderzoek

Gemiddeld duurt het zeventien jaar voor uitkomsten van een wetenschappelijk onderzoek hun weg vinden naar de behandelpraktijk. Sommige komen daar nooit. Bij het HDI werken praktijk en onderzoek samen, sterker nog; onze onderzoekers werken zelf ook als behandelaren. Zo vinden onderzoeksresultaten vele male sneller hun weg naar de praktijk. Binnen en buiten het HDI, want wij delen onze kennis graag voor betere zorg. Onze onderzoekers nemen je mee langs de hoogtepunten van hun projecten in 2025.





PROMPT

Hoe kan een PROMPT bijdragen aan de psychologische behandeling?

Door het ontwikkelen van Just-In-Time Adaptive Interventions (JITAI's) willen we de veerkracht versterken van mensen die langer leven met kanker. Met het PROMPT-project onderzoeken en ontwikkelen we een JITAI.

Sofie Spierenburg is in september 2025 begonnen als PhD-kandidaat op het PROMPT-project. Sofie vertelt: "In dit project richten we ons op het versterken van de veerkracht van doorlevers in de afsluitende fase van hun behandeling bij HDI. Het eerste onderdeel

van het project bestaat uit een interviewstudie, waarin we onderzoeken hoe zowel doorlevers als therapeuten het afsluiten van de psychologische behandeling bij HDI ervaren. Het uiteindelijke doel is om een Just-in-Time Adaptive Intervention (JITAI) te ontwikkelen en te onderzoeken, die doorlevers kan ondersteunen in het veerkrachtig verdergaan na therapie. JITAI's zijn interventies die op het juiste moment, afgestemd op de specifieke behoeften van een persoon, passende ondersteuning bieden. Op deze manier dragen ze bij aan personalisering van de zorg."

PROMPT-onderzoek (2025-2039)

Voor dit onderzoek zoeken wij nog een sponsor. Interesse? Mail naar sponsoring@hdi.nl of bel 030 252 40 27.

hdi.nl/onderzoek/prompt



ONDERZOEKSWEETJES UIT 2025

Veelbelovend nieuws voor de behandeling van angst voor terugkeer van kanker

Veel patiënten hebben na kanker last van angst voor terugkeer. Hoewel een lichte vorm normaal is, ervaart ongeveer 20% van de overlevenden klinische niveaus die het dagelijks functioneren ernstig belemmeren. EMDR (Eye Movement Desensitization Reprocessing) met Flash Forward richt zich specifiek op het verwerken van angstige toekomstbeelden, waardoor patiënten leren omgaan met hun diepste angsten. Onderzoek van Pascale van der Wolf, klinisch psycholoog bij Helen Dowling Instituut, toont aan dat EMDR-therapie met 'Flash Forward'-techniek effectief kan zijn bij de behandeling van klinische angst voor terugkeer van kanker.



Lees de volledige Engelstalige publicatie:

<https://hdi.nl/publicatie/>

[treating-fear-of-cancer-recurrence-with-eye-movement-desensitization-reprocessing-a-sequential-randomized-single-case-experimental-design/](https://hdi.nl/publicatie/treating-fear-of-cancer-recurrence-with-eye-movement-desensitization-reprocessing-a-sequential-randomized-single-case-experimental-design/)



Lees de Nederlandse samenvatting:

<https://hdi.nl/veelbelovend-nieuws-voor-de-behandeling-van-angst-voor-terugkeer-van-kanker/>

Begeleide online zelfhulp

Voor mensen die worstelen met angst voor terugkeer van kanker ontwikkelden wij de begeleide online zelfhulp Minder angst na kanker. Dit programma kost 45 euro en is beschikbaar via de Oncostore op [Kanker.nl](https://www.kanker.nl). Als je het liever onder begeleiding doet raden we je aan om je huisarts te vragen of de praktijkondersteuner je kan begeleiden, hij of zij kan via [deze scholing](#) leren om te werken met dit programma.

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, ook wel doorlevers genoemd, kunnen ondersteunen en verbeteren en psychische klachten zoveel mogelijk voorkomen.

Onderzoeker Laura Zwanenburg vertelt:

“Door nieuwe behandelmogelijkheden groeit het aantal patiënten dat langer leeft met gevorderde kanker snel. Hoewel dit

veelbelovend is, hebben veel doorlevers moeite met het aanpassen aan het leven met aanhoudende onzekerheid, het gevoel niet begrepen te worden, en onvoldoende hulpmiddelen om hun ‘nieuwe normaal’ te navigeren. Speciaal voor deze groep is de website doorlevenmetkanker.nl ontwikkeld en in maart 2025 gelanceerd. De inhoud van de website richt zich op vier belangrijke thema's: omgaan met onzekerheid, relaties met naasten, verlieservaringen, en het opnieuw vormgeven van hun leven. De website biedt informatie in verschillende vormen, zoals geschreven teksten, animaties, video's van doorlevers en zorgverleners en ervaringsverhalen van andere patiënten. Ook zijn er praktische hulpmiddelen beschikbaar, zoals gesprekskaarten en mindfulness-oefeningen. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 90% van de deelnemers de website zou aanbevelen aan andere doorlevers.”

Stichting Vrienden Integrale Oncologische Zorg (VIOZ) heeft HDI in 2025 een subsidie toegekend om onderzoek te doen naar de ervaringen van naasten van doorlevers en om de website uit te breiden voor naasten.

IMPRESS-onderzoek (2021-2025)

In samenwerking met: prof. dr. Karijn Suijkerbuijk en dr. José Koldenhof (UMC Utrecht) en dr. Eeske van Roekel (Tilburg University).

Financieel mogelijk gemaakt door: KWF Kankerbestrijding.

hdi.nl/impres



Engelstalige publicatie:

[*Resilience in advanced cancer patients who obtain a long-term response to immunotherapy or targeted therapy: an Ecological Momentary Assessment study | Annals of Behavioral Medicine | Oxford Academic*](#)



Nederlandse samenvatting:

[*Veerkracht bij kankerpatiënten die langdurig baat hebben bij immunotherapie of gerichte therapie*](#)



Engelstalige publicatie:

[*The Co-Creation of a Psychosocial Support Website for Advanced Cancer Patients Obtaining a Long-Term Response to Immunotherapy or Targeted Therapy*](#)



Nederlandse samenvatting:

[*90% van deelnemers beveelt \[doorlevenmetkanker.nl\]\(https://doorlevenmetkanker.nl\) aan*](#)

“De onderzoeksafdeling heeft een productief jaar achter de rug. Er startten maar liefst twee nieuwe onderzoeken: PROMPT en FOCUS. Waarbij PROMPT zich richt op het ontwikkelen van interventies om de veerkracht van mensen die langer leven met kanker te vergroten en FOCUS onderzoekt hoe we angst voor terugkeer van kanker kunnen verminderen. Verder verdedigde Sanne van Helmond haar proefschrift, waaruit blijkt dat er behoefte is aan begeleiding bij de zelfhulp voor angst voor terugkeer van kanker bij borstkankerpatiënten. En vanuit het IMPRESS-project ging de nieuwe website doorlevenmetkanker.nl live, een online platform waar doorlevers en hun naasten terecht kunnen voor informatie, professionele inzichten en ervaringen van lotgenoten.”

*Marije van der Lee,
hoofd wetenschappelijk onderzoek*



Jaar in beeld

juli, september, oktober

17 juli ▼

Door nieuwe behandelmogelijkheden groeit het aantal patiënten dat langer leeft met gevorderde kanker snel. Hoewel dit veelbelovend is, hebben veel doorlevers moeite met het aanpassen aan het leven met aanhoudende onzekerheid, het gevoel niet begrepen te worden, en onvoldoende hulpmiddelen om hun 'nieuwe normaal' te navigeren. Speciaal voor deze groep hebben wij de website doorleven-metkanker.nl in maart 2025 gelanceerd. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 90% van de deelnemers de website zou aanbevelen aan andere doorlevers.



◀ 29 september

Ons 15e Benefiet Golftoernooi vond dit jaar plaats op de Noordwijkse Golfclub. De sfeer was top en de deelnemers haalden een recordbedrag van €100.000 euro op voor psychologische zorg bij kanker. Fantastisch!

5 oktober ►

Zo'n 60 kanjers hebben dit jaar de Utrechtse Singelloop voor het HDI gelopen en haalden samen €15.333 op! Regen, wind, niets leek de sfeer te kunnen verstieren. Niet bij de lopers en niet bij het juichteam aan de kant. Heel veel dank voor jullie enthousiasme en inzet!

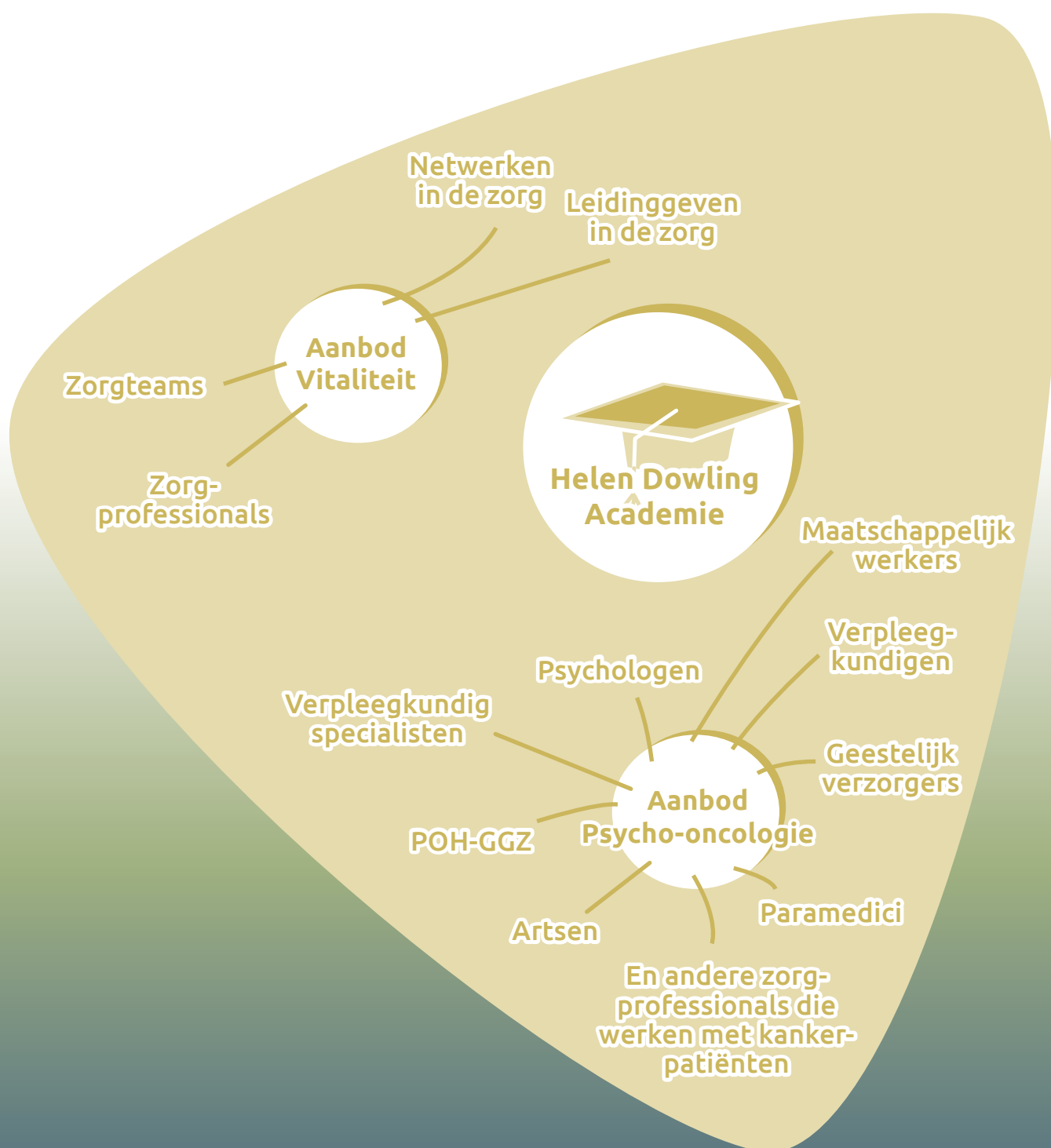


20

JAARVERSLAG
2025

Het jaar van Helen Dowling Academie

Vanuit de Helen Dowling Academie delen we onze kennis en expertise vanuit de zorg en wetenschappelijk onderzoek. We bieden advies en scholingen op het gebied van psycho-oncologie en vitaliteit. Door te investeren in de vitaliteit én kennis van zorgprofessionals kunnen zij hun belangrijke werk met meer energie en plezier doen. Nu en in de toekomst. En daar profiteert de hele zorg én de patiënt van.





Ons aanbod

Vitaliteit

Vitale zorgprofessional

Tijdens de tweedaagse training Vitale zorgprofessional werken zorgprofessionals aan goede zelfzorg. De training geeft een boost aan de zorgprofessional zelf, het team én de organisatie.

Vitale leider

Hoe blijf je als leidinggevende vitaal én houd je je team vitaal? Dat leer je in de tweedaagse training Vitale leider, speciaal voor leidinggevende in de zorg.

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. Ook leer je optimaal samenwerken door effectieve communicatie en hoe je zorgt voor meer verbinding.

Terugkomdagen

Een half jaar tot een jaar na het volgen van de training Vitale Zorgprofessional, Vitaal Team of Vitale Leider biedt de Helen Dowling Academie een terugkomdag aan. Deze dag staat in het teken van reflectie, verdieping en het verder versterken van jouw vitaliteit – zowel persoonlijk als in relatie tot anderen.

Coaching

Soms loop je op je werk of privé vast en 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.

Intervisie

Onze ervaren intervisieleiders ondersteunen bij het opzetten en invoeren van een structurele intervisie aanpak en begeleiden medewerkers hierin.

Mindful bewegen

In de workshop Mindful bewegen is er aandacht voor bewegen, mindfulness en ademhaling.

Diverse workshops, lezingen en scholingen

We bieden ook aanbod op maat dat aansluit op de wensen en behoeften van onze opdrachtgevers.

Psycho-oncologie

Postmaster leergang Psycho-oncologie

Deze leergang is voor psychologen die verdieping zoeken in de psychische impact van kanker. De leergang is gebaseerd op de behandelvisie van het Helen Dowling Instituut, hét expertisecentrum in de psycho-oncologie.

Verdiepingsleerlijn Doorlevers

Doorlevers is een postacademische verdiepingsleerlijn voor professionals die werken met mensen met kanker die deelnemen aan experimentele behandelingen. De leerlijn richt zich op de psychosociale en existentiële begeleiding van mensen bij wie de prognose verbetert, terwijl fundamentele onzekerheid over het verdere verloop blijft bestaan. Centraal staat de vraag hoe te leven met een ongewis vooruitzicht, en hoe professionals hierin betekenisvol kunnen ondersteunen.

Post-hbo opleiding De mentale impact van kanker

Als maatschappelijk werker, geestelijk verzorger, verpleegkundige en coach kom je mensen tegen die worstelen met de psychische impact van kanker. In deze opleiding leer je hen beter begrijpen én ondersteunen.

Opleiding De mentale kant van kanker

In deze scholing speciaal voor POH-GGZ komt aan bod hoe kanker invloed heeft op de mentale gezondheid van mensen met en na kanker. En hoe een praktijkondersteuner in de huisartsenpraktijk, passend kan ondersteunen. De scholing is gratis voor POH-GGZ, omdat deze financieel mogelijk wordt gemaakt door KWF en de Nationale Postcode Loterij.

Workshop Kanker op de werkvloer

Hoe ondersteun en begeleid je als leidinggevende, HR-manager of bedrijfsarts een werknemer die kanker krijgt, of waarvan een naaste ernstig ziek wordt? De workshop geeft je inzicht in wat jouw collega doormaakt en hoe jij vanuit jouw rol het beste kan begeleiden bij een succesvolle re-integratie.

Leer werken met e-health 'Minder moe bij ziekte'

Als psycholoog krijg je ongetwijfeld mensen in je praktijk die vermoeid zijn door ziekte, zoals kanker. Met de online behandeling 'Minder moe bij ziekte' van het Helen Dowling Instituut kun je ze effectief helpen. In deze scholing leer je hoe je deze online behandeling inzet in jouw praktijk.

Scholing angst na kanker

Kom jij in je werk als POH-GGZ of psycholoog mensen tegen die worstelen met angst na kanker? In deze scholing leer je hoe je de online interventie 'Minder angst na kanker' van het Helen Dowling Instituut inzet op jouw werk.

Diverse workshops, lezingen en scholingen

We bieden ook aanbod op maat dat aansluit op de wensen en behoeften van onze opdrachtgevers.



Maatwerk

Bijna alles wat wij doen is maatwerk. We gaan graag met onze opdrachtgevers in gesprek om te kijken wat er nodig is om een workshop, training te ontwikkelen die het beste past én het beste resultaat oplevert voor jullie team of organisatie.

Voor deze organisaties verzorgden wij in 2025 trainingen, workshops en maatwerk.



"In 2025 mochten wij verschillende afdelingen van het Diakonessenhuis trainen in vitaliteit. Na afloop vertelden de teammanagers dat collega's meer tijd nemen om elkaar te waarderen en dat dit zichtbaar iets doet met de sfeer. Dat ze dichter naar elkaar zijn toegegroeid. Dat er meer aandacht is voor vitaliteit. En dat er opener met elkaar wordt gesproken. Dat is precies waar we het voor doen. Ik ben enorm trots op onze trainers die hier een onmisbare bijdrage aan leveren."

Renate Koers,
Programmamanager Helen Dowling Academie

VERGROOT JE KENNIS:

Gratis scholing mentale ondersteuning bij kanker voor POH-GGZ

De mentale impact van kanker is vaak minstens zo zwaar als de fysieke gevolgen. Ben jij POH-GGZ en wil je mensen beter begeleiden bij de mentale gevolgen van kanker? Vergroot dan je kennis in de praktijk-gerichte GRATIS scholing 'De mentale kant van kanker'. Je leert welke mentale uitdagingen specifiek zijn voor kanker, hoe je klachten kunt herkennen en hoe je als POH-GGZ mensen het beste kunt helpen.

Het aantal kankerdiagnoses stijgt nog steeds, en daarmee de groep patiënten en naasten die behoefte heeft aan psychologische ondersteuning. Margot van Woerkum is een van de trainers van de Helen Dowling Academie die de scholing geeft: "Het is heel inspirerend om deze groep betrokken en bevlogen allround professionals te trainen en mijn eigen kennis en ervaring als behandelaar met hen te delen. De scholing sluit goed aan bij de behoefte van POH-GGZ om mensen helpen beter om te gaan bij heftige emoties zoals angst, machteloosheid en rouw rondom het doormaken van kanker."

'Meer kennis en zelfvertrouwen'

De scholing bestaat uit één uur zelfstudie en een lesdag van acht uur. De focus ligt op hoe je psycho-educatie kunt aanbieden in jouw dagelijkse praktijk en hoe je kortdurende eenvoudige problematiek bij kanker het beste kunt behandelen. Veel voorkomende problemen waar mensen mee worstelen zijn bijvoorbeeld angst voor terugkeer en verwerkingsproblematiek. Van Woerkum: "Na de scholing zijn deelnemers geïnspireerd en hebben meer kennis en zelfvertrouwen om in de verschillende fases van de ziekte passende ondersteuning te bieden aan mensen met kanker en hun naasten, laagdrempelig en dichtbij."

'Veel dingen geleerd die ik nog niet wist'

Tijdens de lunch wisselen de deelnemers ervaringen uit. "De dag is lekker interactief, concreet en praktisch, met veel mooie voorbeelden waar je in de praktijk direct wat mee kunt." Een andere deelnemer vult aan: "De scholing is kort, maar heeft echt diepgang. Je krijgt inzicht in de verschillende fases die iemand doormaakt bij kanker en hoe je per fase

het beste kunt handelen als POH. Je weet beter op welke momenten je op welke signalen moet letten. Dat vind ik zeer waardevol. Ik heb veel specifieke kennis gekregen op het gebied van bejegening, hoe ga je om met iemand met kanker, wat zeg je wel en wat niet, en wanneer. Ik heb veel dingen geleerd die ik echt nog niet wist."

'Ik voel me meer handelingsbekwaam'

Een andere deelnemer reageert: "Zelfs al hoorde ik iets waarvan ik dacht: dat doe ik al, dan nog is het fijn om vandaag het vertrouwen te krijgen dat het goed is wat je doet. Ik voel me meer handelingsbekwaam nu ik het proces dat iemand doormaakt in mijn hoofd heb en heb geoefend hoe ik het beste kan begeleiden." Een deelnemer lacht: "Over dat oefenen... van tevoren dacht ik: alsjeblieft geen rollenspellen. En het was ook even heel ongemakkelijk. Maar zo waardevol. Het oefenen helpt om te ervaren hoe je ongemak kunt wegnemen en wat je als POH kunt zeggen en doen om gevoelens bespreekbaar te maken. Dat geeft veel zelfvertrouwen."

Over deze scholing

De scholing is ontwikkeld door de psycho-oncologische centra (POC's) waaronder het Helen Dowling Instituut, de NFK (Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties), het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG), de Landelijke Huisartsen Vereniging (LHV), de PsyHAG (het netwerk van kaderhuisartsen GGZ) en de Landelijke Vereniging POH-GGZ (LV POH-GGZ).

Aline Rütter was vanuit de Helen Dowling Academie betrokken bij de ontwikkeling: "Het is prachtig dat we deze scholing samen hebben kunnen ontwikkelen. We konden terugvallen op veel expertise. Inmiddels hebben we honderden POH-GGZ mogen scholen en staan er komend jaar nog vele scholingen gepland. Fantastisch dat KWF en de Nationale Postcodeloterij dit mogelijk maken."

Jason Schreurs vertelt waarom KWF deze scholing mogelijk maakt: "KWF steunt dit project omdat mensen die leven met en na kanker vaak te maken krijgen met psychosociale gevolgen van kanker. Het is belangrijk dat zij op tijd en dichtbij huis de juiste psychosociale ondersteuning krijgen. Dankzij deze scholing voor POH-GGZ beschikken huisartsenpraktijken over meer kennis en hulpmiddelen om patiënten te begeleiden bij de mentale kant van kanker, wat van grote meerwaarde is voor hun kwaliteit van leven."

Gratis en geaccrediteerd

De scholing is gratis voor werkende POH GGZ, mogelijk gemaakt door KWF Kankerbestrijding en de Nationale Postcodeloterij. Bovendien ontvang je 7 accreditatiepunten bij LV POH-GGZ.

Individueel of samen aanmelden?

Wil je je opgeven voor deze opleiding, bekijk dan op de website de eerstvolgende data: hdi.nl/poh.

Als groep POH-GGZ (bijvoorbeeld vanuit huisartsenpraktijk of netwerk) deze opleiding volgen? Dat kan ook. Neem contact op met de Helen Dowling Academie via academie@hdi.nl.

Aanbod Helen Dowling Academie

De Helen Dowling Academie biedt een breed scala aan opleidingen op het gebied van de psycho-oncologie en op het gebied van vitaliteit (goede zelfzorg). Een van de opleidingen is 'Minder angst na kanker' waarbij je als POH-GGZ leert werken met een online interventie gericht op het verminderen van angstklachten. Een mooie verdieping op de eerder beschreven scholing. Kijk voor ons volledige aanbod op hdi.nl/academie.

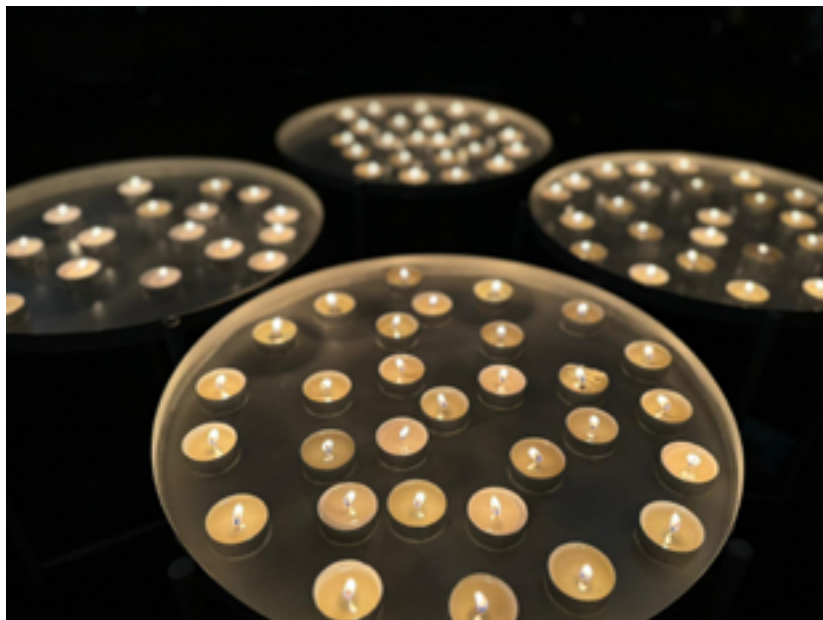


Jaar in beeld

november,
december

▼ 6 november

Een jaarlijks ritueel: samen de naam noemen en stil staan bij elke cliënt die dit jaar het leven moest loslaten.



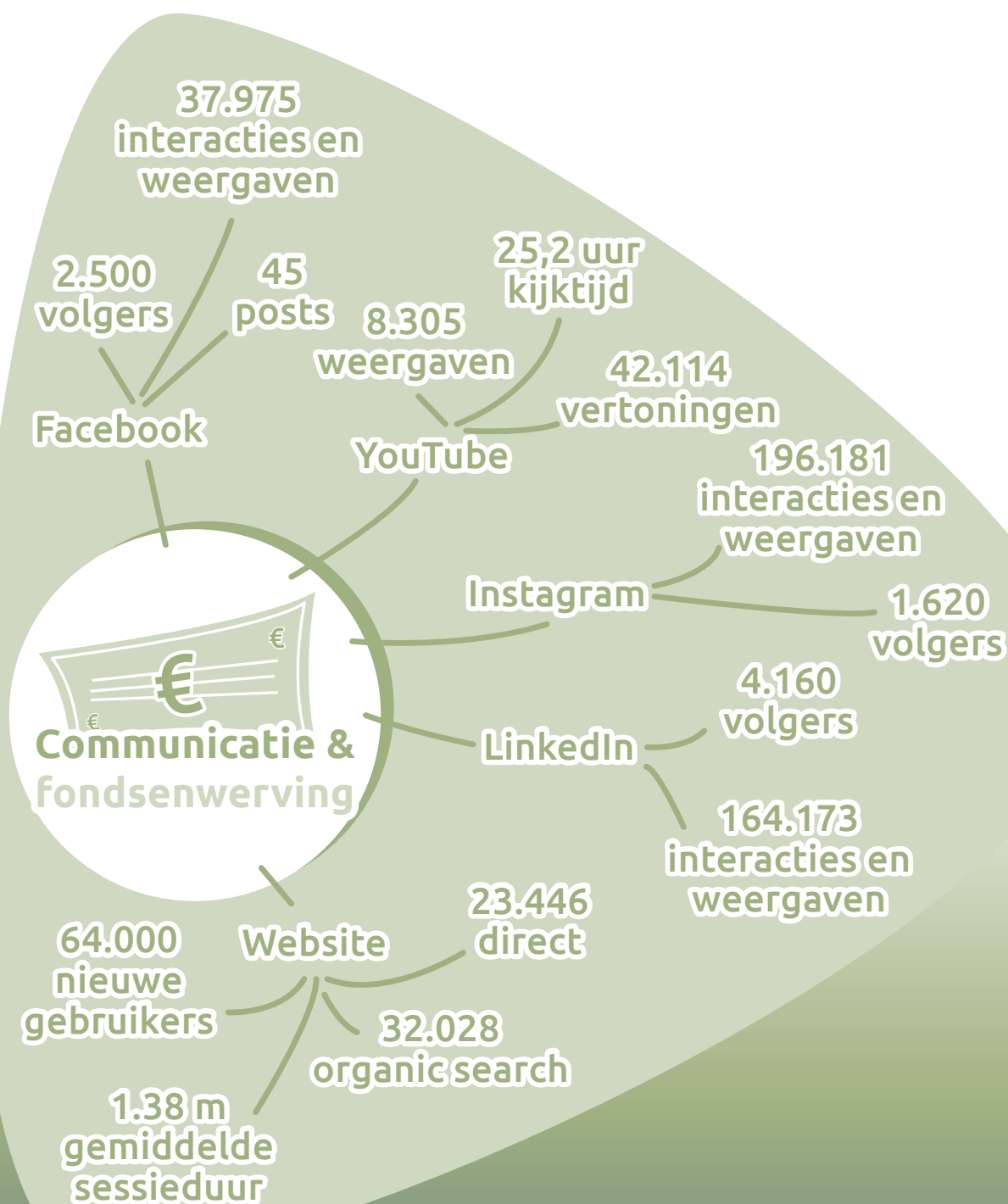
▼ 4 december

Onze relatie Bennink Klimaattechniek doneerde 5.000 euro aan ons goede doel. Ze waren een onmisbare partner in de vervanging van het klimaatsysteem in onze hoofdvestiging Bilthoven. Samen met &Crew en WeComplete BV.



Het jaar van:

Communicatie



In de media

februari 2025 - **CANCERCARE**
Lezing van prof. Marije van der Lee over de evolutie van de psychosociale oncologie

CANCERCARE | OVERZICHTSAARTIKEL



Door Prof. Dr. Marije van der Lee
DICIJAN 2023 10-1

Evolutie van de psychosociale oncologie: van effect onbekend tot personalisatie door technologie

Thema's:
Digitale zorg
Kwaliteit
Kwaliteitsverbetering
Psychologie
Psychosociale oncologie

28 mei 2025 - **NPOradio1**

Margot van Woerkum over "Hoe leef je verder met een ongeneeslijke ziekte?"



Fragmenten • Hoe leef je verder met een ongeneeslijke ziekte?



De Persgroep Media

28 mei 2025 18:30 - 19:00

Vanochtendklonk op bijna alle radiostations in Nederland tegelijkertijd het eerste deel van Susan & Freek. Een misstoken aan Freek Riksen, bij wie gisteren ongeneeslijke kanker werd vastgesteld. Een klap die niet alleen Freek raakt, maar ook anderen in een soortgelijke situatie.

Hoe leef je door met de wetenschap dat je niet meer bi...

14 juli 2025 - **Telegraaf** Merel over doorleven met kanker

T18

GEZONDHEID

■ **DOORLEVERS** MEREL HEEFT 10 JAAR UITGEZAaide LONGKANKER



Merel heeft nu een leuke toekomst. Ze voelt zich weer thuis in de wereld. Ze is nu een 'doorlevers'.

'STATISTIEKEN ZEGGEN NIET ALLES'

Met een uitgezaaide vorm van kanker word je niet meer behandeld, maar dat betekent lang niet altijd dat je snel doodgaat. Omhoog medische vooruitgang is er een groep mensen die langere tijd doorkomt met kanker en zich soms niet eens ziek voelt. Dat sprong nu naar uitgangspunt met zich mee, vertelt Merel Huisman (55) die twee jaar geleden de diagnose uitgezaaide longkanker kreeg.

door Merel van G.

Het nieuws dat uitgezaaide kanker is, dat het laatste stadium is, is een zware slag. Het betekent dat de kans op genezing klein is. Maar dat betekent niet dat je niet meer kunt leven. Het betekent dat je moet leren omgaan met de ziekte. Het betekent dat je moet leren omgaan met de angst. Het betekent dat je moet leren omgaan met de pijn. Het betekent dat je moet leren omgaan met de moeheid. Het betekent dat je moet leren omgaan met de veranderingen in je lichaam. Het betekent dat je moet leren omgaan met de veranderingen in je leven. Het betekent dat je moet leren omgaan met de veranderingen in je toekomst.

Uitgangspunt
Het is niet alleen de ziekte die je moet leren omgaan met, maar ook de angst. Het is niet alleen de pijn die je moet leren omgaan met, maar ook de moeheid. Het is niet alleen de veranderingen in je lichaam die je moet leren omgaan met, maar ook de veranderingen in je leven. Het is niet alleen de veranderingen in je toekomst die je moet leren omgaan met, maar ook de veranderingen in je heden.

statistiek. Het is niet de cijfers die je moet leren omgaan met, maar de verhalen. Het is niet de statistiek die je moet leren omgaan met, maar de mens. Het is niet de statistiek die je moet leren omgaan met, maar de toekomst. Het is niet de statistiek die je moet leren omgaan met, maar de heden.

Geholpen met steun en begrip
De ziekte is niet alleen een fysieke uitdaging, maar ook een emotionele. Het is niet alleen de pijn die je moet leren omgaan met, maar ook de angst. Het is niet alleen de moeheid die je moet leren omgaan met, maar ook de veranderingen in je lichaam. Het is niet alleen de veranderingen in je leven die je moet leren omgaan met, maar ook de veranderingen in je toekomst.

'Inmiddels durf ik wat meer te plannen'

Merel heeft nu een leuke toekomst. Ze voelt zich weer thuis in de wereld. Ze is nu een 'doorlevers'. Ze heeft geleerd omgaan met de ziekte. Ze heeft geleerd omgaan met de angst. Ze heeft geleerd omgaan met de pijn. Ze heeft geleerd omgaan met de moeheid. Ze heeft geleerd omgaan met de veranderingen in je lichaam. Ze heeft geleerd omgaan met de veranderingen in je leven. Ze heeft geleerd omgaan met de veranderingen in je toekomst.

23 juli 2025 - RTV Utrecht

Marlie van der Lee spreekt over het Hdi en "De psychologische impact van kanker" (vanaf min 9:48)

RTV Utrecht

22°C 10:00 10:00 10:00

Voorpagina Sport Kijk Radio M Utrecht Podcasts Bureau Heerleveld De



VERBODEN VAN

Aan Tafel!

23 juli • 13:00 - 14:00

Verbodgever Robert-Jan Booy drekt enkele pieken in de pr
"De Stem van M" en min aan Lij+ radio. Blij op de hoogte van
nieuws, het weer en geniet van mooie muziek!

September 2025 - VGCT magazine

Janine vertelt over het effect van schadelijke communicatie in de zorg



12 september 2025 - Reformatorisch Dagblad

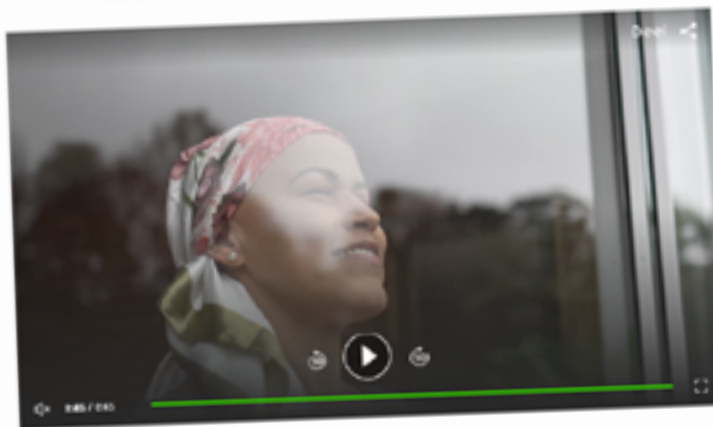
Interview met Aaltje Visscher over naaste



18 september 2025 - Metro

Marlie van der Lee over de psychologische impact van kanker

Bijzonder hoogleraar benadrukt psychologische impact van kanker: 'Na de medische behandeling is het vaak niet voorbij'



Bijzonder hoogleraar en gezondheidspsycholoog Marlie van der Lee (34) begeleidt mensen die geconfronteerd worden met kanker bij het psychologische proces rinden, maar vooral ook ná de kankerdiagnose en behandeling. Om mensen getroffen door kanker betere zorg te bieden, plaatst Van der Lee voor erkenning van de psychologische impact en het niet langer scholden van lichaam en geest.

30 september 2025 - Brabants dagblad

Laura Zwanenburg over haar onderzoek over veerkracht



Psycholoog Laura Zwanenburg onderzoekt de veerkracht van mensen die leven met uitgezaaide kanker. Zij geeft op 13 oktober een presentatie in ziekenhuis EIZ over dit onderwerp. © foto: Bots

De aanhoudende dreiging van kanker: 'Voor hetzelfde geld ben ik er volgend jaar niet meer'

Niet alleen last van hun ziekte. Sommigen met vermoeidheid, angst, stress en slaapproblemen. Psycholoog Laura Zwanenburg van het Brabants Dagblad handelt én doet onderzoek naar deze

17 november 2025 - Nu.nl

ex-cliënt deelt zijn verhaal, en ervaring met het HDI



Zij hebben uitgezaaide kanker. 'Maak een kracht meer om te kunnen'

Door Julia van Derschoot

16 nov 2025 om 14:24
Update: 1 dag geleden

Sinds meer patiënten bij wie uitgezaaide kanker langer leven, bloot dinsdag uit onderzoek van Aarssen en Noreen Zwanenburg hebben ze reggers mijn zoon dat ik wel blijf met

Op 13 september 2017 ruim Elbert Aarssen het Tergooi-ziekenhuis in Hilversum. Hij sloopte buk koffie voor mijn neus en probeerde te vermijden. Als je in een d... 65-jarige Elbert nu.

Ookzelfde ochtend kregen Elbert en zijn uitgezaaide prostaatkanker heeft. 'Een uitzaaiingen. Karen dacht dat de c... had. Dat was niet zo, verzekerde de

Geneeskunde was niet meer mogelijk, doen om de groei van (nieuwe) uitzaaiingen, ontkleurpostulid on dacht dat me door naar het Helen Dowling psychologische zorg voor mensen met kanker, die essentieel een plaats

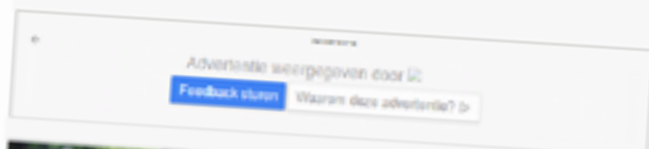
28 oktober 2025 - Medisch contact

Hilke van Ravesteijn in een portretblog over zingeving

'In de zorg ontbreekt het nog wel eens aan gelijkmoedigheid'

Plaats een reactie

Ram Tjaden spreekt voor deze portretreeks met beroepsgeenoten over zingeving. Dit keer met Hilke van Ravesteijn, psychiater in de psycho-oncologie. Wat zijn haar gedachten over zingeving?



'Hoeel onderwerp zingeving? Voor mij is dat het ervaren van verbinding en het stimuleren van ontwikkeling in mijn werk als psychiater bij het Helen Dowling Instituut (HDI) voor psychologische zorg bij kanker, vooral ik die verbinding dagelijks, zowel met mijn collega's als met patiënten.

Psychische klachten zijn een grote bron van lijden en de geest vind ik maniere interessant, dus voor mij stond al vroeg vast dat ik psychiater zou worden. Met een moeder die als sociaalpsychiater in een pleegkinderen verblijft, viel de appel niet ver van de boom. Ook mijn oma was een belangrijk voorbeeld, zij was kinderarts in een tijd dat geneeskunde nog vooral een mannenwereld was. Ze zorgde veel voor anderen, maar was daar in score vast

December 2025 - Rijnstate

Aline Rütter praat in de podcast 'Leven met kanker' over ontspanning

Leven met kanker

Wat kunnen patiënten met kanker zelf doen om hun gezondheid te ondersteunen, tijdens en na hun behandeling? In de podcast 'Leven met kanker' spreekt verpleegkundig consulent Monica Perebolte met zorgprofessionals over leefstijl en aansluitende zorg. Als luisteraar krijgt u praktische tips en wetenschappelijke inzichten die helpen om de regie te houden over uw welzijn.

[Luister via Spotify](#)

Slaap en ontspanning

Deze aflevering gaat over het belang van goede slaap en ontspanning bij kanker. De diagnose, behandeling en gevolgen kunnen veel angst, stress en onrust veroorzaken, waardoor ontspannen en goed slapen vaak lastig zijn.

Waarom is rust zo belangrijk? Wat gebeurt er eigenlijk als je echt tot ontspanning komt? Waarom heeft slaap zo'n groot effect op je herstel? En wat kun je doen om beter te slapen of een moment van rust voor jezelf te vinden? Hierover praat Monica met Aline Rütter, gezondheidspsycholoog.

[Luister deze aflevering](#)



Leven met kanker | Slaap en ontspanning, met gezondheidspsycholoog Aline Rütter

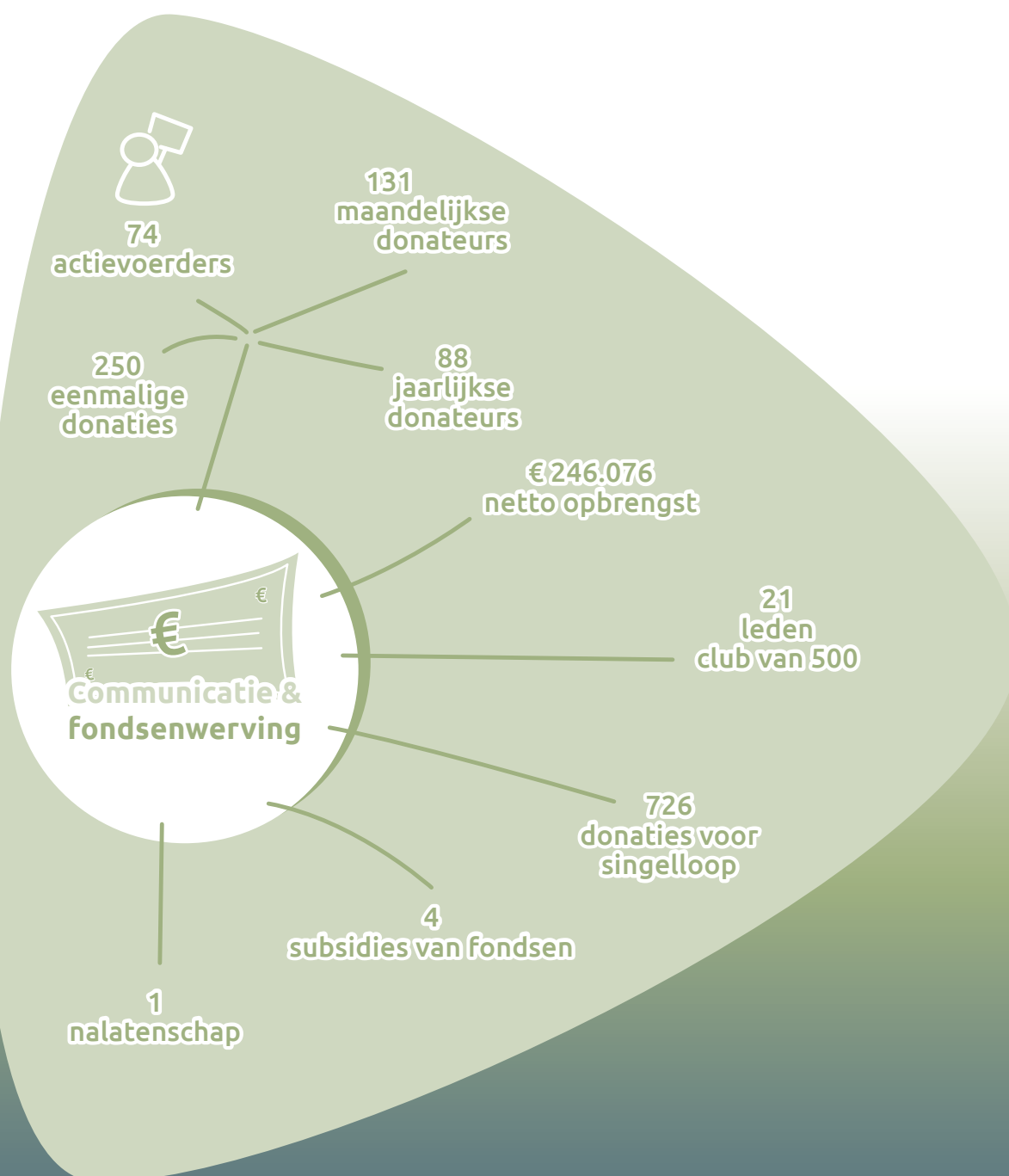
18 december 2025 - UTRG magazine

Verhaal van 2 (ex)cliënten van het HIO over partners



Het jaar van: Fondsenwerving

Dat wij een goed doel zijn stelt ons in staat sneller te innoveren en meer impact te maken. En dat kan niet zonder onze trouwe donateurs, gulle giften van mensen uit ons netwerk, fondsen die projecten mogelijk maken, maar zeker ook al die supersympathieke individuele acties... van een loper die zich in zijn eentje meldt omdat hij de marathon van Valencia voor ons wil lopen tot een bruidspaar dat hun bruiloft zoveel specialer vindt als ze hun gasten vragen bij te dragen aan het goede doel. Nergens zijn we zonder al deze mensen! Kijk mee naar alle hoogtepunten van het goede doel in 2025!



Recordopbrengst Benefiet Golftoernooi

Bijna 100 mensen kwamen op maandag 29 september naar de Noordwijkse Golfclub voor ons benefiet-golftoernooi. Samen haalden ze een ongelooflijk bedrag op van 100.000 euro voor onze zorg.

Spelen op een van de oude negen banen is al een feestje. Helemaal als je samen met je gasten in het zonnetje loopt en overal in de baan catering tegenkomt. Zo'n dag was het en wat waren we blij voor onze deelnemers! Na een mooie sportieve dag genoten onze deelnemers van een borrel en een diner. Met aansluitend de veiling waarbij ze hun grote warme hart voor onze zorg lieten spreken. En hoe; maar liefst 100.000 euro haalden ze samen op. Een ontzettend mooi bedrag dat geheel ten goede komt aan de allerbeste zorg bieden aan onze cliënten.

*Wil je ook golfen op een topbaan en met jouw gasten een onmisbare bijdrage leveren aan psychologische zorg bij kanker? Laat het ons weten. Stuur een mailtje naar evenementen@hdi.nl of bel **030 252 40 27**.*





57 toppers aan de start van de Utrechtse Singelloop

Door regen en wind renden 57 toppers de Singelloop Utrecht voor ons goede doel. Samen liepen ze 15.000 euro bij elkaar voor onze psychologische zorg bij kanker.

Deze mooie opbrengst komt ten goede aan het verbeteren van onze psychologische zorg bij kanker door wetenschappelijk onderzoek. Zodat ieder mens zorg krijgt die echt werkt voor hem of haar. Ook levert het een onmisbare bijdrage aan het ontwikkelen van nieuwe behandelingen en het delen van onze kennis met de rest van de zorg door het

ontwikkelen van scholingen en trainingen van uit onze Helen Dowling Academie. Dank aan al deze toppers en iedereen die hen heeft gesteund!

Ook meedoen met dit superenthousiaste team? Meld je aan voor de Singelloop 2026

hdi.nl/singelloop

Organisatie



Organogram Helen Dowling Instituut

Organisatiestructuur

Stichting Helen Dowling Instituut is een expertisecentrum met drie pijlers: psychologische zorg, wetenschappelijk onderzoek en scholing (Helen Dowling Academie). Daarnaast hebben wij een kleine maar fijne staf, bestaande uit: communicatie, (directie)secretariaat, facilitair, financiën, fondsenwerving, HR, ICT & applicatiebeheer. 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

Het managementteam (MT) van het Helen Dowling Instituut wordt gevormd door 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 2025 uit de volgende leden:

Hanneke Haanraads, algemeen directeur
Martine van der Goot, directeur zorg
Marije van der Lee, hoofd wetenschappelijk onderzoek
Renate Koers, programmamanager Helen Dowling Academie
Alinde Hazebroek, manager financiën
Hans van Lindenberg, HR-manager
Suzanne van Kempen, teamleider Arnhem en Nijmegen

Adviesorganen

Bij de beleidsvorming krijgt het managementteam advies vanuit drie organen: de cliëntenraad, de ondernemingsraad en de Raad van Toezicht.

Ondernemingsraad

Bij het Helen Dowling Instituut vinden we de rol en stem van de ondernemingsraad belangrijk. Belangrijke onderwerpen van de OR in overleg met de directie waren dit jaar het actief meedenken over de werkdruk, de aanmeldpauze, het verloop van de OR-verkiezingen en andere belangrijke onderwerpen zoals het medewerkerstevredenheidsonderzoek en de inzet van AI onder personeel.

De OR bestond in 2025 uit: Karoline Bozelie (voorzitter), Margreth Baks, Nienke Dekker, Laura Jansen, Nicolle Magnin.

Waar denkt en praat de medezeggenschap over mee?



Gevolgen werkdruk



Medewerkerstevredenheidsonderzoek



Aanmeldpauze



Inzet AI onder personeel



OR-verkiezingen

Clëntenraad

Alle (grotere) zorginstellingen in Nederland moeten een cliëntenraad hebben. Onze cliëntenraad is samengesteld uit oud-clënten die vrijwillig meedenken over de te varen koers en daarmee een waardevolle bijdrage leveren aan ons werk. De cliëntenraad bestond in 2025 uit:

Rob (voorzitter)
Corine
Jacco
Martijn
Richarda
Mascha (tot voorjaar 2025)

Lees hier meer over de cliëntenraad:

<https://hdi.nl/cliëntenraad/>



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 Helen Dowling Instituut bestaat uit vier leden.

M. Michiel van Roozendaal – voorzitter

Michiel is voorzitter van de Raad van Bestuur bij Rivas Zorggroep. Daarnaast is hij toezichthouder bij Magen-tazorg. Hiervoor bekleedde hij bijna 20 jaar een directiefunctie bij NS. Na zijn technische opleiding in Delft startte zijn loopbaan bij Unilever.

Fabian Jacobs - penningmeester

Fabian 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 Fabian directeur bij Buro van Roosmalen, dat in 2017 opging in Max Ernst GGZ. Zijn loopbaan wordt gekenmerkt door betrokkenheid in de zorgsector en de geestelijke gezondheidszorg.

Marie-Jeanne Vrancken Peeters – lid

Marie-Jeanne 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. Ze is voorzitter van het dagelijks bestuur ONCONOVO en de mamatumorwerkgroep. Daarnaast is Marie-Jeanne sinds juni 2020 bijzonder hoogleraar chirurgische oncologie aan de Universiteit van Amsterdam. Naast haar klinische werk doet ze onderzoek naar verbetering van de borstkankerzorg.

Ginel van Weering – lid

Ginel is werkzaam als interim manager in de zorg. Ze is voorzitter van de RvC van IW4 en vice-voorzitter van het bestuur van het mr. Roelsefonds. Daarvoor was zij voorzitter van de Raad van Bestuur bij Bevolkingsonderzoek Nederland. Hiervoor bekleedde Ginel 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.

Werken bij het HDI in 2025

Bij het Helen Dowling Instituut vinden we het belangrijk elkaar te blijven zien en horen. Daarom komen we jaarlijks meerdere (mid)dagen samen met medewerkers van alle vestigingen en houden we jaarlijks een eindejaarsbijeenkomst met al onze vrijwilligers. Op het programma staat dan een update van de directie hoe het met onze organisatie gaat, inspiratie van inhoudelijke sprekers en quizzen en workshops waarbij ruimte is voor verdieping, maar zeker ook voor lol en ontspanning.

Personeelsdag april 2025

Na de presentatie van de directie vormden we teams en stortten we ons op een spellencircuit, waarvan sommige zorgden voor hilariteit en tegelijk vroegen om knap teamwork.



Personeelsdag september 2025

Na de presentatie van de directie hadden we de keuze uit twee workshops gegeven door collega's, met hele uiteenlopende thema's, zoals mindfulness en groen.



Colofon

© Helen Dowling Instituut, mei 2026

Vormgeving:

Dit jaarverslag is op vrijwillige basis gemaakt door Jolanda van Stormbroek, Zoojoo grafische vormgeving:

www.zoojoo.nl

Fotografie:

De overgrote meerderheid van dit jaarverslag, o.a. coverbeeld en cliëntfoto's zijn op vrijwillige basis gemaakt door Pim Geerts.

www.pimgeerts.nl

Overige beelden: Daniël Verschuuren.

Meer informatie over het Helen Dowling Instituut:

www.hdi.nl

www.hdi.nl/steun

Meer informatie over online therapie:

mindermoebijkanker.nl

minderangstbijkanker.nl

Volg het Helen Dowling Instituut op social media via:

