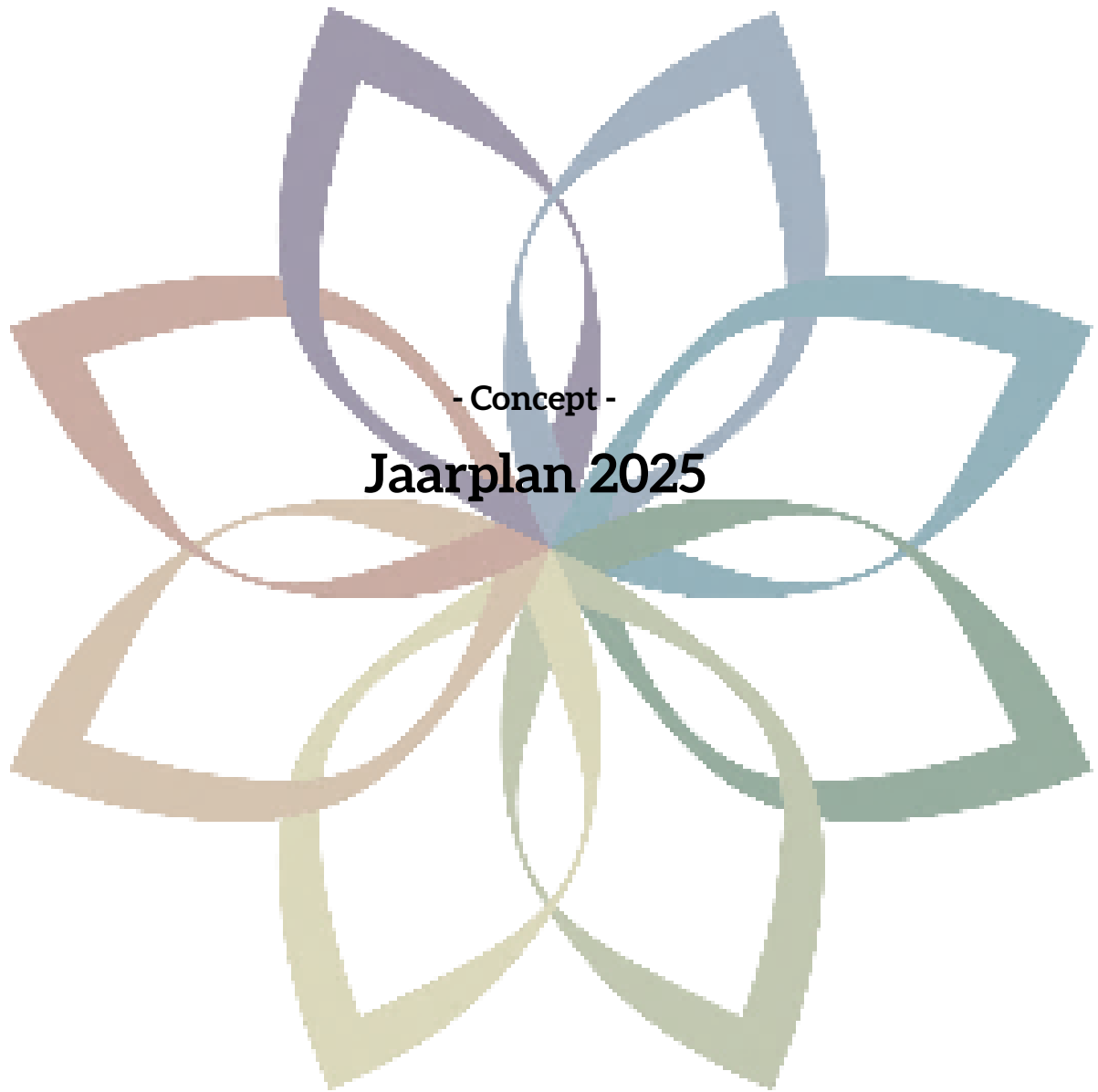


Vereniging Voor Mindfulness



November, 2024

Inhoudsopgave	Pag.
Jaarplan 2025	
0. Voorwoord	3
1. Mindfulness in de vereniging zelf	4
2. Een Mindful netwerk	4
3. Een platform voor ontwikkeling	5
4. Verbindende factor	5
5. Faciliterend voor professionals	6

Jaarplan 2025

Voorwoord

In het Jaarplan 2025 volgen we voor een groot deel de punten die geformuleerd staan in het Strategisch Plan 2024 - 2026 van de Vereniging voor Mindfulness.

Het is een uitwerking waarin naar voren komt wat wij als VVM in 2025 als speerpunten zien en op welke wijze wij hieraan vorm willen geven, soms is dit hetzelfde als vorig jaar en soms hebben we een aanvulling.

De VVM ziet het als haar taak om met elkaar de kwaliteit van mindfulness te bewaken en open te staan voor nieuwe ontwikkelingen. Aan de leden dan ook het verzoek om, in welke vorm dan ook, in 2025 een bijdrage te blijven leveren aan de groei en professionaliteit van de Vereniging voor Mindfulness.

Een Algemene Ledenvergadering is bij uitstek een moment om met elkaar van gedachten te wisselen en voor het bestuur is het van belang om te toetsen of het voorgenomen beleid door en met de leden wordt gedragen.

Betrokkenheid van de leden is essentieel en het bestuur roept iedereen op om mindfulness binnen onze vereniging gezamenlijk te belichamen.

Alleen met vereende krachten kan de VVM zich tot een mindful platform blijven ontwikkelen en mindfulness nog breder inbedden in de samenleving.

Het Bestuur

1. Mindfulness in de vereniging zelf

De VVM wil zich bij elke activiteit beraden op hoe deze mindful kan worden ingevuld. Deze overkoepelende uitdaging is essentieel om een mindful vereniging te kunnen zijn en blijven. Dit alles onder het motto 'Practice what you preach'.

In 2024 hebben we moeten constateren dat het ideaal dat we voor ogen hadden van workshop op basis van vrijwillige bijdragen kostentechnisch niet haalbaar is. De bijdrage is te beperkt om hiervoor de workshops te kunnen organiseren. We willen dan ook gedeeltelijk ons ideaal in takt houden volgend jaar, maar wel de kosten in rekening brengen van het organiseren.

2. Een mindful netwerk

In september 2024 heeft de VVM een jaardag/symposium georganiseerd rondom het thema Mindfulness 4.0 met keynote speaker Prof. Dr. Bob de Wit. Inhoudelijk was deze dag een succes, maar het aantal leden dat de dag bezocht was minder groot dan we hadden gehoopt. In 2025 willen we de traditie van fysieke jaardagen doorzetten. Op 28 maart 2025 zal er een symposium zijn over Traumasensitieve Mindfulness en polyvagaal theorie, dat inmiddels op de website staat aangekondigd.

Zoals vermeld in de nieuwsbrief is er een sectie "Mindfulness Based Cognitieve Gedragstherapie" (MB-CGT) bij de VGCT (Vereniging Gedrag- en Cognitieve Therapie) opgericht. Op het congres van de VGCT heeft de Vereniging Voor Mindfulness haar folder kunnen neerleggen. We zullen het contact met deze vereniging verstevigen. Het symposium over Trauma Sensitieve Mindfulness willen we graag onder de leden van de sectie bekend maken. Mogelijk laten we het symposium ook accrediteren zodat de leden van de VGCT PE-punten kunnen verdienen met het bijwonen van ons symposium.

De Vereniging zoekt tevens verbinding in de yoga-wereld zodat ook yogadocenten op ons symposium kunnen komen.

Komend jaar gaan we intensiever samenwerken met het Centrum voor Mindfulness, Radboudumc. Zij organiseren op 4 juni 2025 weer een congres zoals zij dit ook in verleden hebben gedaan. De VMBN heeft dit een paar jaar van hun overgenomen maar heeft de organisatie weer teruggegeven aan Radboudumc. De Vereniging Voor Mindfulness gaat de samenwerking met Radboudumc aan en levert dan ook een bijdrage aan het congres met een workshop. De VMBN blijft ook betrokken, dus mogelijk kan hierdoor ook de inhoudelijke samenwerking door Vereniging Voor Mindfulness met de VMBN weer op gang komen.

Voor in het voorjaar 2026 zijn we al bezig met het organiseren van een symposium rondom Mindfulness Based Positieve Gezondheid. Daarbij zullen we ook samenwerking zoeken met relaties zoeken in de gezondheidszorg.

De ALV 's hebben in de laatste jaren in digitale vorm plaatsgevonden. Dat zetten we voort in 2025, zowel in het voorjaar als in het najaar.

De Vereniging wil het onderlinge netwerk van leden versterken. Rondom verschillende thema's worden expertisegroepen opgericht; leden die met mindfulness werken in het onderwijs of leden die werken met mensen met Niet-Aangeboren-Hersenletsel (NAH). Vanuit die expertisegroepen kunnen er mogelijk online workshops worden verzorgd en nieuwe expertisegroepen ontstaan, doordat er een thema in een workshop wordt behandeld.

Intervisie is een belangrijk punt bij de hercertificering. In 2024 zijn er groepen op de website geplaatst en in 2025 willen we dit graag uitbreiden. Daarbij kunnen er ook intervisiegroepen ontstaan rond een specifieke training zoals de Tandem-training voor ouderen.

De Vereniging blijft op zoek naar deskundigheid onder de leden om van elkaar te leren en online workshops te verzorgen. Het streven is om wederom zes online workshops in 2025 te organiseren. De eerste twee zijn al gepland in januari en februari.

De website van de VVM dient het netwerk te ondersteunen. De gedachte daarbij is dat zowel de leden, de opleidingen, retraites en supervisors goed vindbaar zijn. We gaan dan ook in 2025 een nieuwe website in de lucht brengen om al deze functies heel goed te ondersteunen.

3. Een platform voor ontwikkeling

Accreditatie

In het komende jaar gaat de Vereniging, samen met de opleidingen, verder met het ontwikkelen van de accreditatie voor de MBP-opleidingen. Ook hier willen we onderzoeken hoe we meer op basis van vertrouwen kunnen werken en minder op het afvinken en controleren van bovenaf bij de reeds geaccrediteerde opleidingen. Indien zich een nieuwe mindfulness opleiding aandient dan zal deze nieuwe opleiding wel duidelijk moeten aantonen dat er voldoende kwaliteit wordt geleverd. Het accreditatiesysteem voor nieuwe opleidingen is uitgewerkt en kan direct worden toegepast. Dit was al bedoeld voor 2024 maar daar zijn we niet aan toegekomen. We hebben wel de drie compassie-opleidingen in 2024 geaccrediteerd omdat Zilveren Kruis deze trainingen voor een gedeelte vergoed.

In 2025 wil de VVM de vindbaarheid van mindfulness opleidingen, nascholing en retraites vergroten. Er is een module ontwikkeld waarbij opleiders zelf hun aanbod op de website van de VVM kunnen invoeren. We zullen in 2025 deze module toetsen op effectiviteit.

Mindfulness Professional Register

Alle gecertificeerde professionals staan in een register van de Vereniging Voor Mindfulness. Met de nieuwe website zal de manier van herregistratie gaan veranderen. De database die op de huidige website staat om al je vorderingen in aan te geven zal verdwijnen en er zal voortaan per 5 jaar met een enquête gewerkt worden waarin alle zaken rondom deskundigheidsbevordering aangegeven kunnen worden.

4. Verbindende factor

Mindfulness heeft binnen de westerse wereld een seculier uitgangspunt. Dit betekent dat mensen vanuit allerlei religieuze gezindten zich moeten kunnen wenden tot mindfulness. Dit betekent overigens niet dat mindfulness professionals zich niet kunnen wenden tot boeddhistische of andere grondbeginselen als persoonlijke leidraad voor het leven. Het seculiere karakter van mindfulness betekent concreet dat nog meer dan dat dit nu het geval is de bewijsvoering van mindfulness in verschillende settings en vanuit verschillende programma's en interventies zal benadrukken. Het evidence-based karakter van mindfulness verbindt de mindfulness gemeenschap wereldwijd.

We zullen optrekken met opleidings- en onderzoeksinstanties zoals bijvoorbeeld het Radboudumc Centrum voor Mindfulness.

Ook zullen we in nieuwsbrieven aandacht schenken aan de bewijsvoering die er is voor relevante mindfulness programma's of trainingen.

Om een inclusieve vereniging te zijn voor iedereen in Nederland willen we meer dan nu het geval is onderzoeken hoe ook minder hoogopgeleide mensen de weg kunnen vinden naar de aandachtstraining, omdat - zo blijkt uit anekdotisch bewijsmateriaal - deze groep ondervertegenwoordigd is. Het is zaak om

in uitingsvorm op zoek te gaan naar werkvormen om laagdrempelig verbinding te zoeken. Dit zou wellicht kunnen in de vorm van strips (graphic novel) maar ook in videoboodschappen. Een werkgroep bestaande uit leden van de VVM en tevens uit een delegatie vanuit de opleidingsinstituten, zal in het leven worden geroepen om deze taak met meer focus op te pakken.

Opleiders

Zoals bovenstaand vermeld zal de VVM samen met de alle opleiders nieuwe regels opstellen voor de accreditatie. Zo krijgen we een directe en betere band met de opleiders. In 2025 willen we de overlegstructuur met alle opleidingsinstituten verder vormgeven om zaken aangaande de opleidingen door te kunnen spreken.

Ook hebben we een nieuwsbrief ontwikkeld voor opleiders die we bij voorkeur eenmaal per jaar zullen uitbrengen. Met deze nieuwsbrief kunnen we de opleiders op de hoogte brengen van de ontwikkelingen bij de VVM.

VMBN en EAMBA

Met EAMBA hebben wij altijd goede banden onderhouden, ons bestuurslid Kiran de Waal zal ons bij de vergaderingen van de EAMBA vertegenwoordigen.

Er zijn in 2024 incidentele contacten geweest met bestuursleden van de VMBN op initiatief van de VVM. Dit heeft niet echt geleid tot continuering van het contact en tot een verdere toenadering heeft dit ook niet geleid. Wel zien we een verdere aanpassing van de registratie voorwaarden voor trainers bij Stichting Mindfulness Register dat zich beweegt richting de voorwaarden die de Vereniging voor Mindfulness heeft geformuleerd.

5. Faciliterend voor professionals

Jaardagen, workshops, congressen en andere activiteiten op een rij

De VVM organiseerde voorheen twee fysieke jaardagen per jaar. Hierbij is een vast onderdeel de Algemene Ledenvergadering (ALV). Dit komt voort uit de structuur van de VVM om in het najaar vooruit te kijken, dus begroting en jaarplan te presenteren en in het voorjaar terug te kijken en dus het jaarverslag en de financiële jaarrekening te presenteren. Gezien de positieve ervaringen om de ALV's via Zoom te houden, zal dat voornamelijk worden voortgezet. De fysieke jaardagen worden zo van de digitale ALV's gescheiden.

Zonder ALV is er tijdens de Jaardag meer ruimte voor een goed inhoudelijk programma. De eerstvolgende jaardag is in het voorjaar 28 maart 2025, Traumasensitieve Mindfulness.

We gaan dus de tweede jaardag samen met de Radboudumc organiseren op 4 juni 2025. Het Thema is 'Veerkracht'. Ook de VMBN zal hieraan een bijdrage leveren.

Het is belangrijk om draagvlak te creëren bij de leden om samen de mindfulness verder te verspreiden. Door middel van onderzoek kunnen wensen, behoeftes en interesses van de leden gepeild worden en bijgehouden. Hieruit is voortgevloeid dat er behoefte is aan expertgroepen. In 2025 zullen we deze expertgroepen gaan ontwikkelen. Door middel van social media, nieuwsbrieven en het informeren van leden wordt de deelname aan de activiteiten gestimuleerd.

Activiteiten van diverse aard kunnen bijdragen aan het enthousiasme van mindfulness professionals en beoefenaars om lid te worden van de vereniging. Dit kan dus een extra motivatie zijn van de VVM om activiteiten te organiseren.

De activiteiten die georganiseerd worden kunnen de deelnemers/leden meenemen in de hercertificering als bijscholing. Dit betekent dat de activiteiten van zodanige kwaliteit zijn dat dit passend is.

Competenties van de mindfulness professional

Bij alle beroepen worden tegenwoordig competenties gebruikt. De Vereniging Voor Mindfulness heeft zich daar dus ook verder in verdiept zoals bij de paragraaf Accreditatie al is aangegeven. Helderheid over competenties is vooral belangrijk voor de mindfulness professional. Wat moeten we kunnen en kennen om een goede professional te zijn?

In 2025 wil de Vereniging Voor Mindfulness de competenties bij de herregistratie blijven gebruiken. Daarbij blijft de supervisor ingezet. De VVM-supervisors zijn geschoold om bij de herregistratie, de supervisiegesprekken te voeren. De herregistratie kan dus alleen gedaan worden via de VVM-supervisor omdat zij precies weten wat de registratiecommissie verwacht.

Diegene die al digitale workshops hebben gevolgd hebben gezien dat we certificaten uitreiken waarop de competenties vermeld zijn. In 2025 zal de Vereniging Voor Mindfulness hiermee doorgaan en de opleiders vragen om zich bij de bij- en nascholing te richten op competenties en dit tevens ook te vermelden op de certificaten die zij uitgeven.

Vergoedingen zorgverzekeraars

De gecertificeerde leden van de VVM krijgen voor hun deelnemers in 2021 voor het eerst vergoedingen. We hebben dit goed gevolgd. We weten dat de VGZ-groep, de Zilveren Kruisgroep de ARS-groep en Menzis alleen vergoedingen geven voor de MBSR/MBCT-trainingen. Per 1 januari 2023 werd een code ingediend om voor vergoeding in aanmerking te komen. De andere zorgverzekeraars die weliswaar minder vergoeding geven spreken vooral over mindfulness en niet alleen over de MBSR/MBCT. Per 1 januari 2023 heeft de VVM geregeld dat de trainingen van Mindfulness Based Parenting en Angst van Irena Veringa ook voor vergoeding in aanmerking komen. Per 1 januari 2024 is daarbij de Mindfulness Based Compassion Living door de Zilveren Kruis-Groep erkend. De Vereniging Voor Mindfulness heeft geregeld dat ook de twee andere compassie trainingen worden erkend.

In 2024 heeft de Zilveren Kruis-groep de AGB-code verplicht gesteld. In 2025 zullen we daar verder aan werken.

We willen de band met de zorgverzekeraars gebruiken om te onderzoeken welke vergoedingsmogelijkheden er zijn voor andere trainingen die aanpassingen hebben gemaakt op de MBSR, zoals de trainingen van AMT (Eline Snel).

Versterking van de vereniging

In 2023 is er een start gemaakt om de vereniging beter zichtbaar te maken via social media en Google. Enerzijds door de activiteiten, die de leden organiseren, en anderzijds door de online workshops, om zodoende ook meer bekendheid van de vereniging te krijgen.

Ook wordt gewerkt aan een betere opvolging van de aanmeldingen voor de online workshops en aan de opvolging als er een workshop heeft plaatsgevonden. Deze verdere professionalisering kost natuurlijk wel geld maar is volgens het bestuur noodzakelijk om als vereniging te kunnen blijven bestaan.

We blijven in 2025 de vereniging versterken door ons extern te profileren en daarbij onze symposia ook extern meer bekend te maken.