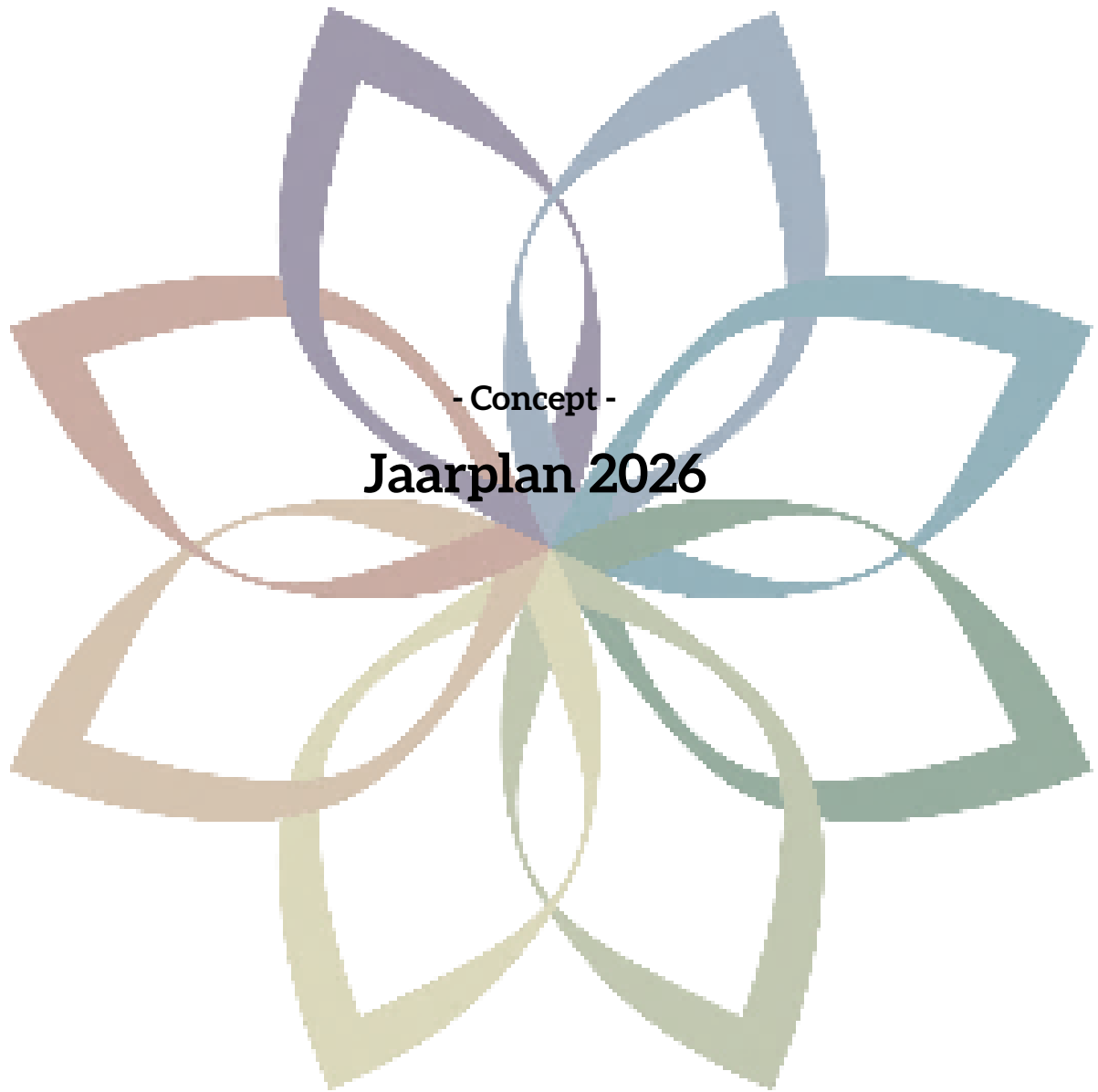


Vereniging Voor Mindfulness



November, 2025

Inhoudsopgave	Pagina
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
6. Afsluiting	8

Voorwoord

In het Jaarplan 2026 sluiten we grotendeels aan bij de speerpunten uit het Strategisch Plan 2024–2026 van de Vereniging voor Mindfulness (VVM). Dit jaarplan vormt een nadere uitwerking van wat wij als VVM in 2026 belangrijk vinden en hoe wij hieraan concreet vorm willen geven. Sommige onderdelen lopen door vanuit vorig jaar; op andere punten voegen we nieuwe accenten toe.

De VVM ziet het als haar taak om samen de kwaliteit van mindfulness te bewaken en open te blijven staan voor nieuwe ontwikkelingen. Wij nodigen onze leden dan ook van harte uit om in 2026, op welke manier dan ook, bij te dragen aan de voortdurende groei en professionalisering van de VVM.

De Algemene Ledenvergadering is bij uitstek het moment om met elkaar van gedachten te wisselen. Voor het bestuur is dit bovendien een belangrijk moment om te toetsen of het voorgenomen beleid door de leden wordt gedragen en samen verder kan worden vormgegeven.

Betrokkenheid van de leden is essentieel. Het bestuur verzoekt iedereen om mindfulness binnen onze vereniging gezamenlijk te belichamen. Alleen met vereende krachten kan de VVM zich blijven ontwikkelen tot een sterk mindful platform en mindfulness nog breder in de samenleving verankeren.

In dit document beschrijven we de koers en activiteiten die we in het komende jaar willen realiseren. We maken inzichtelijk waar de VVM zich in 2026 op richt en welke financiële begroting hierbij hoort. Het jaarplan vormt daarmee de praktische vertaling van onze missie, visie en strategische uitgangspunten.

De VVM heeft een strategie ontwikkeld die is opgebouwd uit vijf pijlers:

1. Een echte mindfulness vereniging zijn.
2. Een mindful netwerk zijn.
3. Een platform voor ontwikkeling zijn.
4. Een verbindende factor tussen samenleving en leden zijn.
5. Faciliterend voor professionals zijn.

Aan de hand van deze vijf pijlers wil de VVM komend jaar werken aan een sterke en toekomstbestendige vereniging.

Het Bestuur

1. Mindfulness in de vereniging zelf

De VVM wil bij elke activiteit stilstaan bij de vraag hoe deze op een zo mindful mogelijke manier kan worden vormgegeven. Deze overkoepelende ambitie is essentieel om een mindful vereniging te zijn én te blijven – onder het motto: *practice what you preach*.

In 2024 hebben we moeten constateren dat het ideaal van workshops op basis van vrijwillige bijdragen financieel niet haalbaar bleek. De ontvangen bijdragen waren te beperkt om de workshops te kunnen organiseren. In 2025 hebben we daarom een herziene opzet ontwikkeld. Mogelijk volgt er, zodra de nieuwe website – naar verwachting per 1 januari 2026 – in gebruik wordt genomen, nog een kleine aanpassing.

2. Een mindful netwerk

In het vorige jaarplan meldden we dat binnen de VGCT (Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie) een sectie *Mindfulness Based Cognitieve Gedragstherapie* (MB-CGT) is opgericht. Inmiddels zijn er contacten gelegd om de initiële opleiding MB-CGT, die binnen de VGCT door opleidingsinstituut Forta wordt verzorgd, bij de VVM te laten accrediteren.

Daarnaast heeft de VVM contact gelegd met de Mindfulness Vereniging in Vlaanderen, waar onder anderen Edel Maex bij betrokken is. We onderzoeken op welke manier we elkaar kunnen versterken en tot samenwerking kunnen komen.

Ook in de komende jaren blijven we samenwerken met het Radboudumc Centrum voor Mindfulness. Op 2 oktober 2026 organiseren zij opnieuw een congres, zoals zij dat dit jaar in juni en eerder al hebben gedaan. De VVM zal opnieuw deelnemen en een workshop verzorgen. De VMBN blijft eveneens betrokken, wat kansen biedt om de inhoudelijke samenwerking tussen onze vereniging en de VMBN verder te verdiepen.

Voor het voorjaar van 2026 bereiden we een symposium voor rondom *Mindfulness en Gezondheid*, waarbij *Mindfulness Based Positieve Gezondheid* een belangrijke plaats krijgt. Hierbij zoeken we actief samenwerking met partners uit de gezondheidszorg.

Net als in de afgelopen jaren zullen de ALV's in 2026 digitaal plaatsvinden, zowel in het voorjaar als in het najaar.

Intervisie blijft een belangrijk onderdeel van de hercertificering. In 2024 zijn de eerste groepen op de website geplaatst; in 2026 willen we dit aanbod verder uitbreiden.

De VVM blijft zoeken naar deskundigheid binnen de eigen ledenkring, om van elkaar te leren, elkaar te versterken en online workshops te verzorgen. Ons streven is om in 2026 opnieuw acht online workshops aan te bieden. Voor begin volgend jaar zijn al enkele onderwerpen en trainers in beeld.

De website van de VVM speelt een belangrijke rol in het ondersteunen van het netwerk. Leden, opleidingen, retraites en supervisors moeten goed vindbaar zijn. Daarom lanceren we eind 2025 een nieuwe website, die deze functies optimaal zal ondersteunen.

3. Een platform voor ontwikkeling

Accreditatie

Er loopt inmiddels een accreditatieaanvraag, en een mindfulness-based opleiding heeft een aanvraag-formulier opgevraagd om geaccrediteerd te worden.

Mindfulness Professional Register

Alle gecertificeerde professionals zijn opgenomen in het register van de Vereniging voor Mindfulness. Met de komst van de nieuwe website verandert ook de manier van herregistratie. De huidige database, waarin leden hun voortgang bijhouden, komt te vervallen. In plaats daarvan werken we voortaan met een vijfjaarlijkse enquête, waarin alle activiteiten rondom deskundigheidsbevordering kunnen worden opgegeven.

4. Verbindende factor

Mindfulness heeft binnen de westerse wereld een seculiere basis. Dit betekent dat mensen van alle religieuze achtergronden welkom zijn om zich tot mindfulness te wenden. Tegelijk staat het mindfulness-professionals vrij om, indien gewenst, inspiratie te putten uit boeddhistische of andere filosofische grondbeginselen als persoonlijke leidraad.

Het seculiere karakter van mindfulness maakt het mogelijk om nog sterker te benadrukken wat de wetenschappelijke onderbouwing is van mindfulness in verschillende contexten, programma's en interventies. Het evidence-based fundament verbindt de wereldwijde mindfulnessgemeenschap. Daarom blijven we nauw samenwerken met opleidings- en onderzoeksinstituten, zoals het Radboudumc Centrum voor Mindfulness. Ook zullen we in onze nieuwsbrieven aandacht besteden aan relevante wetenschappelijke inzichten en bewijsvoering voor uiteenlopende mindfulnessprogramma's en -trainingen.

Om een inclusieve vereniging te zijn voor iedereen in Nederland willen we nadrukkelijker onderzoeken hoe ook minder hoogopgeleide mensen beter toegang kunnen vinden tot aandachtstraining. Anekdotisch bewijs laat zien dat deze groep momenteel ondervertegenwoordigd is. Het is daarom belangrijk om te zoeken naar laagdrempelige vormen van communicatie en aanbod. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van strips (graphic novels) of korte videoboodschappen.

Om deze ambitie gericht op te pakken, wordt een werkgroep gevormd bestaande uit VVM-leden en een delegatie van de opleidingsinstituten.

Opleiders

Zoals hierboven vermeld, zal de VVM samen met alle opleiders nieuwe accreditatieregels opstellen. Hiermee versterken we de directe samenwerking en bouwen we aan een hechtere relatie met de opleidingsinstituten. In 2026 willen we de overlegstructuur met de opleidingen verder vormgeven, zodat we alle zaken rondom het opleidingsaanbod goed kunnen bespreken.

Daarnaast hebben we een nieuwsbrief speciaal voor opleiders ontwikkeld, die we bij voorkeur eenmaal per jaar zullen uitbrengen. Hiermee houden we de opleiders op de hoogte van belangrijke ontwikkelingen binnen de VVM.

VMBN en EAMBA

De VVM onderhoudt al jaren goede relaties met EAMBA. Ons bestuurslid Kiran de Waal zal ons blijven vertegenwoordigen bij de EAMBA-vergaderingen.

In 2025 is er, op initiatief van de VVM, intensiever contact geweest met bestuursleden van de VMBN. Dit heeft geleid tot een gezamenlijk initiatief om zorgverzekeraars te benaderen met het verzoek de vergoedingen voor mindfulness uit te breiden en verzekeraars die nog geen vergoeding bieden alsnog te betrekken. Ook zien we dat de registratievoorwaarden voor trainers bij de Stichting Mindfulness Register steeds meer aansluiten bij de voorwaarden die de Vereniging voor Mindfulness hanteert. Er is regelmatig contact met het bestuurslid dat kwaliteit in zijn portefeuille heeft en deze aanpassingen begeleidt. Deze samenwerking wordt in 2026 voortgezet.

Meer aandacht voor beoefenaren van mindfulness

In het komende jaar richten we ons nadrukkelijk op het werven van nieuwe leden die mindfulness beoefenen of aanbieden, maar geen behoefte hebben aan certificering of aan aansluiting bij een beroepsvereniging. Veel trainers die in de gezondheidszorg werken hebben geen certificering nodig en krijgen de contributie bovendien niet vergoed door hun werkgever. Zij willen mogelijk wél geïnspireerd blijven door nieuwe ontwikkelingen op mindfulnessgebied en zich daarom als regulier lid aansluiten.

Het bestuur heeft de indruk dat de structuur van de beroepsvereniging inmiddels goed staat, maar dat hierdoor 'gewone leden' zich minder aangesproken voelen. Daarom willen we een digitaal programma ontwikkelen dat juist voor deze groep aantrekkelijk en toegankelijk is. Professionele leden kunnen hierbij een waardevolle rol spelen: zij kunnen zich profileren door bij te dragen aan dit programma en mogelijk ook meer deelnemers trekken naar hun eigen fysieke bijeenkomsten.

Een eerste gedachte is om twee commissies op te richten:

- één commissie gericht op gecertificeerde mindfulnessprofessionals (waarbij beoefenaars niet worden uitgesloten),
- en één commissie gericht op mindfulnessbeoefenaars (waarbij professionals eveneens welkom blijven).

De programmering zal wel verschillen in niveau, passend bij de behoeften van beide groepen.

5. Faciliterend voor professionals

Jaardagen, workshops, congressen en andere activiteiten op een rij

De VVM organiseerde voorheen twee fysieke jaardagen per jaar, waarbij de Algemene Ledenvergadering (ALV) een vast onderdeel vormde. Deze opzet sluit aan bij de structuur van de vereniging: in het najaar vooruitkijken door de begroting en het jaarplan te presenteren, en in het voorjaar terugkijken met het jaarverslag en de financiële jaarrekening.

Gezien de positieve ervaringen met digitale ALV's via Zoom, zetten we deze werkwijze voort. Daardoor kunnen de fysieke jaardagen worden losgekoppeld van de ALV's en ontstaat er tijdens de jaardagen meer ruimte voor een rijk en inhoudelijk programma. De eerstvolgende jaardag vindt plaats op 5 juni 2026 en staat in het teken van *Mindfulness en Gezondheid*.

Onze tweede jaardag organiseren we in samenwerking met het Radboudumc op vrijdag 2 oktober 2026. Het onderwerp van deze dag wordt later bekendgemaakt.

De VVM wil het draagvlak onder de leden verder vergroten en samen mindfulness breder verspreiden. Onderzoek helpt ons om de wensen, behoeften en interesses van leden te peilen en te blijven monitoren.

Vanuit deze inzichten ontstaat de behoefte aan expertgroepen, die we in 2026 willen opzetten. Via social media, nieuwsbrieven en gerichte communicatie stimuleren we de deelname aan activiteiten.

Diverse activiteiten kunnen bijdragen aan het enthousiasme van zowel mindfulnessprofessionals als beoefenaars om lid te worden van de vereniging. Dit vormt een belangrijke motivatie voor de VVM om een gevarieerd aanbod te organiseren.

Deelnemers kunnen deze activiteiten bovendien meenemen in hun hercertificering als bijscholing. Dat betekent dat de activiteiten voldoen aan een niveau en kwaliteit die hierbij passend zijn.

Competenties van de mindfulness professional

In 2026 blijven de competenties bij de herregistratie onverminderd van kracht, waarbij de inzet van een supervisor verplicht blijft. De VVM-supervisors zijn speciaal geschoold om de supervisiegesprekken in het kader van de herregistratie te voeren. Herregistratie kan daarom uitsluitend plaatsvinden via een VVM-supervisor, omdat zij precies weten welke aspecten de registratiecommissie beoordeelt. De supervisors worden tijdig geïnformeerd over de kleine aanpassingen die vanaf 2026 worden doorgevoerd.

Deelnemers aan digitale workshops hebben gemerkt dat we certificaten uitreiken waarop de betreffende competenties zijn vermeld. In 2026 zet de VVM deze lijn voort en verzoeken we de opleiders om in hun bij- en nascholingsaanbod eveneens expliciet aandacht te besteden aan competenties en deze te vermelden op de certificaten die zij uitreiken.

Vergoedingen zorgverzekeraars

De gecertificeerde leden van de VVM ontvingen in 2021 voor het eerst vergoedingen voor hun deelnemers. We hebben deze ontwikkelingen nauwlettend gevolgd. De VGZ-groep, de Zilveren Kruis-groep, de ARS-groep en Menzis vergoeden uitsluitend de trainingen MBSR en MBCT. Per 1 januari 2023 is hiervoor een aparte code ingevoerd om voor vergoeding in aanmerking te komen.

Sinds 1 januari 2023 heeft de VVM geregeld dat ook de trainingen *Mindfulness Based Parenting* en *Mindfulness Based Angst* van Irena Veringa voor vergoeding in aanmerking komen door de Zilveren Kruis-groep. Per 1 januari 2024 is daar de training *Mindfulness Based Compassionate Living* aan toegevoegd, erkend wederom door de Zilveren Kruis-groep. De Vereniging voor Mindfulness heeft daarnaast gerealiseerd dat ook de twee andere compassietrainingen worden erkend.

In 2024 stelde de Zilveren Kruis-groep de AGB-code verplicht. In 2026 zullen we hier verder invulling aan geven. We willen onze goede relatie met zorgverzekeraars benutten om te onderzoeken of er vergoedingsmogelijkheden zijn voor andere trainingen die een aanpassing vormen op de MBSR, zoals de trainingen van AMT (Eline Snel).

Versterking van de vereniging

In 2023 is een start gemaakt om de vereniging beter zichtbaar te maken via social media en Google. Dit gebeurt enerzijds door de activiteiten van de leden en anderzijds door de online workshops, met als doel de bekendheid van de VVM te vergroten.

Daarnaast werken we aan een betere opvolging van aanmeldingen voor online workshops en de follow-up na afloop. Deze verdere professionalisering brengt kosten met zich mee, maar het bestuur beschouwt dit als noodzakelijk om de vereniging duurzaam te laten voortbestaan.

Ook in 2026 blijven we de vereniging versterken door onze profilering te vergroten en onze symposia extern breder bekend te maken.

6. Afsluiting

Met dit jaarplan bouwen we voort op wat de afgelopen jaren is neergezet. Tegelijkertijd is het geen vastomlijnd plan, maar een levend document dat meebeweegt met wat de tijd en de leden van ons vragen. De kracht van mindfulness ligt in vriendelijkheid, aandacht en verbondenheid, en met dit plan willen wij hier graag op een concrete manier invulling aan geven.