



STICHTING JIJ JAARVERSLAG 2025

Vertrouwen als fundament

JIJ is er voor JOU!



INHOUDSOPGAVE

03 Voorwoord

04 1. Terugblik op het beleid

05 2. Terugblik op speerpunten

- 05 2a. Doorontwikkelen aanbod
- 06 2b. Realiseren duurzame financiering
- 06 2c. Professionaliseren organisatie
- 07 2d. Processen en kwaliteitsmeting

08 3. Terugblik op organisatie

- 08 3a. Bestuur
- 08 3b. Management
- 08 3c. Medewerkers en coördinatoren
- 09 3d. Vrijwilligers
- 09 3e. Werven, selecteren, opleiden en trainen
- 10 3f. Basismodules
- 10 3g. Vervolgmodules

11 4. Kernactiviteiten en projecten

- 12 4a. Project 'Het Informatie-, Advies- en Steunpunt (IAS)'
- 14 4b. Project 'Het JIJ-huis'
- 14 4c. Project 'Herstelgerichte activiteiten en een warm thuis in het JIJ-huis'
- 15 4d. Project 'Herstelgerichte activiteiten'
- 15 4e. Project 'Stichting JIJ voor jongeren met eetproblemen, op weg naar herstel 2025'
- 16 4f. Project 'Ondersteuningstrajecten'
- 17 4g. Project 'Professionalisering ervaringsdeskundige ondersteuning en hulp aan (jonge) mensen met eetproblematiek'

18 5. Communicatie en informatie

- 18 5a. Branding & online zichtbaarheid
- 18 5b. Communicatiedoelen
- 19 5c. Aantrekken van nieuwe vrijwilligers
- 19 5d. Evenementen in het kader van doelgroepenbeleid en kennisdeling

20 6. Netwerk en samenwerkingen

21 7. Financiën

22 Tot slot

23 Colofon

24 Fondsen

VOORWOORD

Beste lezer,

Na een jaar van grote veranderingen in 2024 stond 2025 voor Stichting JIJ in het teken van stabiliseren en het hervinden van rust. Waar 2024 vooral vroeg om veerkracht en aanpassingsvermogen, hebben we in 2025 gewerkt aan het verder verstevigen van onze organisatie en zetten we doelgerichte stappen voor het zijn van een stabiele organisatie in de toekomst. Consolideren en herijken waren voor 2025 de sleutelwoorden.

De veranderingen van het jaar ervoor vroegen tijd, aandacht en zorgvuldigheid, zowel extern als intern. De coördinatoren van de verschillende teams waren gewend om aangestuurd te worden door een directeur. Door haar vertrek kregen ze geleidelijk aan steeds meer de verantwoordelijkheid om de teams zelfsturend te maken. Dat vroeg om eigenaarschap, initiatief en besluitvaardigheid en tegelijkertijd om samenwerking binnen de teams. Stap voor stap groeiden zij in deze rol en konden ze voor vragen altijd terecht bij Simone Storm. Zij is medeoprichter van Stichting JIJ en heeft na het vertrek van de directeur de overkoepelende coördinatie op zich genomen.

Ondertussen zijn onze activiteiten volop doorgegaan. Ook dit jaar hebben deelnemers mooie stappen gezet in hun herstel. Het klinkt tegen intuïtief, maar dat kan soms ook betekenen dat het even wat minder gaat en dat de kwaliteit van leven een dalende in plaats van stijgende lijn laat zien. Dat hoort bij herstel: vaak is het pijnlijk om te ontdekken (of toe te geven) waar de eetproblematiek vandaan komt.

Toch opent dit waardevolle inzicht de deur naar verandering: eten is niet het echte probleem, maar een symptoom van wat eronder zit. Op indrukwekkende wijze lieten de deelnemers dit ook zien tijdens de jubileumvoorstelling ter gelegenheid van ons 15-jarig bestaan in theater Walhalla. Daar gaven ze een krachtig signaal af: ze zijn veel meer dan hun eetprobleem en hun dromen, talenten en persoonlijkheden verdienen het om gezien en gevierd te worden. Het blijft iedere dag weer bijzonder om te zien hoeveel veerkracht en groei er mogelijk is wanneer deelnemers de juiste ondersteuning in een veilige omgeving krijgen.

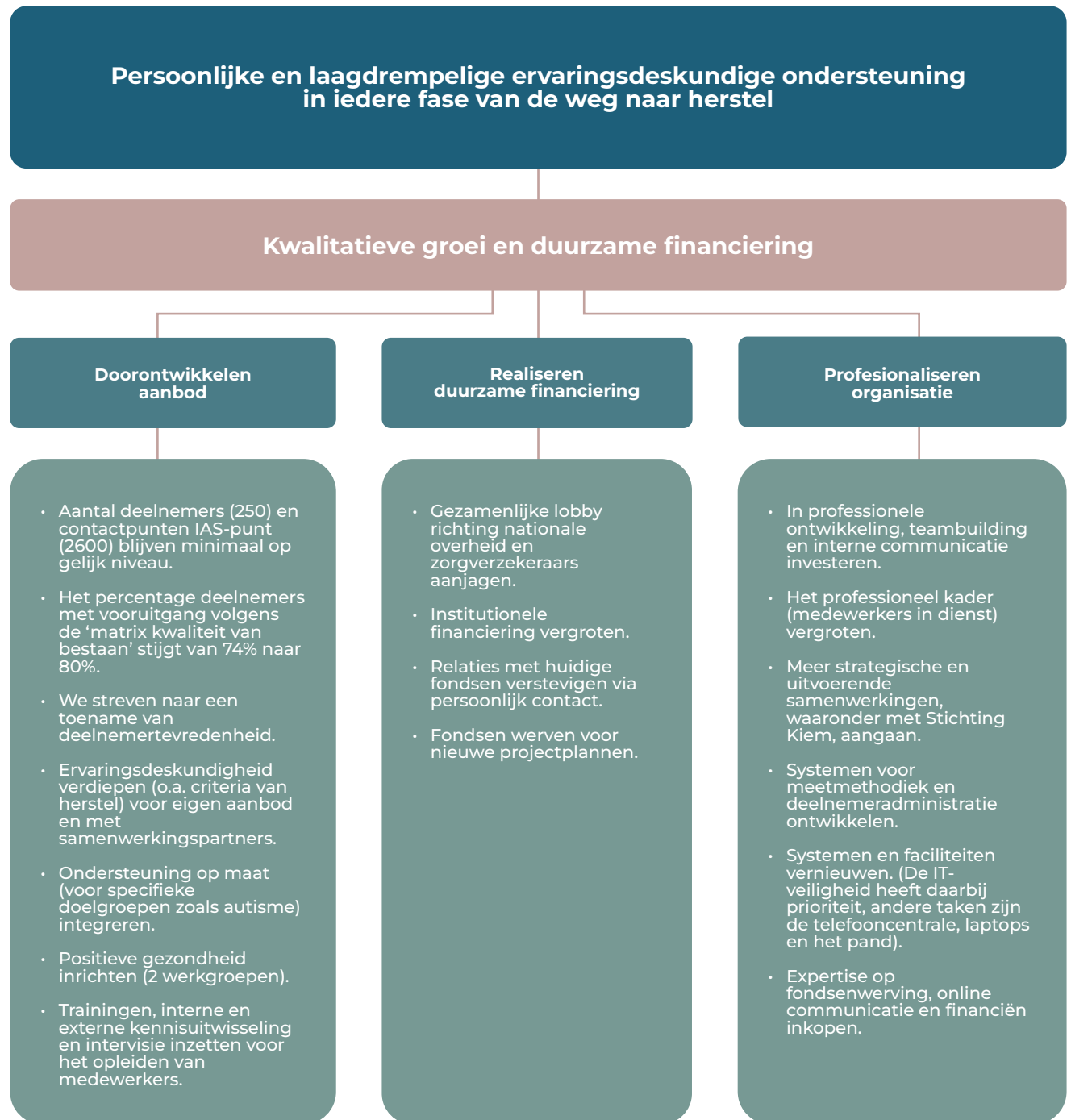
We zijn al onze (ervaringsdeskundige) vrijwilligers ontzettend dankbaar voor hun betrokkenheid, professionaliteit en tomeloze inzet om hun kennis en ervaring kundig over te brengen. Juist in een periode van verandering maken zij het verschil voor onze deelnemers; zij zijn het gezicht van herkenning, steun, begrip en hoop!

Daarnaast willen wij onze dank uitspreken aan de fondsen, stichtingen en de Gemeente Rotterdam die Stichting JIJ blijven ondersteunen. Dankzij hun vertrouwen kunnen wij ons blijven inzetten voor het realiseren van onze missie: *'Het mogelijk maken van herstel van eetproblematiek.'* Het kan écht!

Met de stappen die in 2025 zijn gezet, kijken wij met vertrouwen naar de toekomst. Gepassioneerd en gedreven bouwen we verder aan een stabiele organisatie, zodat Stichting JIJ voor zo lang dat nodig is van betekenis kan blijven voor mensen en hun herstel.

1. TERUGBLIK OP BELEID

■ ■ Waar mogelijk hebben wij de in 2023 ingezette koers van het Meerjarenbeleidsplan 2023-2025 in 2025 voortgezet. Deze koers richt zich op het realiseren van kwalitatieve groei van onze organisatie en op het verkrijgen van (meer) structurele financiering. Dit is uitgewerkt in drie speerpunten (zie afbeelding).



2. TERUGBLIK OP SPEERPUNTEN

2a. Doorontwikkelen aanbod

In 2025 is verder gewerkt aan de doorontwikkeling van het aanbod, waarbij de gestelde speerpunten als leidraad hebben gediend. Op meerdere onderdelen zijn stappen gezet en zijn positieve ontwikkelingen zichtbaar.

Het aanbod is verder ontwikkeld om beter aan te sluiten bij specifieke doelgroepen, met gerichte aandacht voor thema's zoals autisme, sociale media en lichaamsbeeld.

De inzet op positieve gezondheid heeft vorm gekregen, al vraagt dit thema nog verdere concretisering. Dit gebeurt onder andere door de werkgroepen die hiervoor zijn ingericht.

Het aantal deelnemers en contactmomenten via het IAS-punt is stabiel gebleven en voldoet daarmee aan de gestelde doelstelling om minimaal op hetzelfde niveau te blijven. Dit wijst op een aanhoudende vraag naar én een blijvend bereik van het aanbod.

De deelnemerstevredenheid laat een positief beeld zien. Uit evaluaties blijkt dat deelnemers het JIJ-huis ervaren als een veilige en laagdrempelige omgeving waar zij zich welkom, gezien en gehoord voelen. De mogelijkheid om in eigen tempo aan herstel te werken, zonder verplichtingen, wordt daarbij als bijzonder waardevol genoemd.

Daarnaast vervult het JIJ-huis een belangrijke sociale functie: deelnemers ervaren er steun, begrip en verbinding, zowel in groepsverband als in de individuele contacten. Deze elementen dragen zichtbaar bij aan hun herstelproces. In 2026 zal opnieuw een evaluatie worden uitgezet om deze ontwikkeling te blijven monitoren.

Tot slot is stevig ingezet op deskundigheidsbevordering van medewerkers. Door middel van trainingen, intervisie en kennisuitwisseling – zowel intern als extern – is gewerkt aan verdere professionalisering. Er zijn meerdere webinars aangeboden, waaronder over autisme, diverse soorten eetstoornissen en comorbiditeit (het tegelijkertijd voorkomen van twee of meerdere aandoeningen of stoornissen bij één persoon). Daarnaast is een training rondom zelfbeschadiging ontwikkeld en aangeboden. Ook zijn intervisiebijeenkomsten en diverse basis- en vervolgmodes ingezet om medewerkers blijvend te ondersteunen in hun ontwikkeling.

Al met al laat 2025 een beeld zien van stabiliteit in bereik en duidelijke vooruitgang in kwaliteit, deskundigheid en beleving.



2b. Realiseren duurzame financiering

In 2025 hebben we verdere stappen gezet om meer rust en ruimte te creëren voor onze kernmissie: *Het bieden van ervaringsdeskundige ondersteuning aan mensen met eetproblematiek, in iedere fase van herstel*. Dankzij de steun van meerdere fondsen, waaronder drie, die ons meerjarige, ongeoordeelde financiering bieden, konden we onze activiteiten voortzetten. De meerjarige financiering loopt echter eind 2026 af, waardoor het essentieel is om nu al vooruit te kijken en nieuwe bronnen van duurzame financiering te ontwikkelen.

Om dit te realiseren is in 2025 een ervaren fondsenwerver aangetrokken die de afdeling Beleid & Fondsen verder professionaliseert. Strategische planning is nadrukkelijker onderdeel geworden van onze aanpak: we werken aan een toekomstbestendige financieringsstrategie, die voortbouwt op de waardevolle steun die we nu ontvangen en gericht is op het versterken en diversifiëren van onze inkomsten. Dit doen we door langdurige relaties op te bouwen met geefdoelgroepen en maatschappelijke partners, en door nieuwe financieringsbronnen, zoals een bedrijventraject, actief te verkennen.

Vanuit de Gemeente Rotterdam ontvangen we jaarlijks financiering, wat we zeer waarderen en wat ons helpt onze activiteiten vanuit het Informatie-, Advies- en Steunpunt (IAS) voort te zetten. We blijven hierover met de gemeente in gesprek om samen de behaalde resultaten te monitoren en te evalueren of de huidige subsidie nog passend is, of dat op termijn een andere vorm beter aansluit bij onze inzet en impact.

Tegelijkertijd zien we dat de erkenning van ervaringsdeskundige ondersteuning verder groeit, mede dankzij onze actieve rol binnen het Zelfregie Initiatieven Eetstoornissen Netwerk (ZIEN). Vanuit ZIEN blijft Stichting JIJ betrokken bij landelijke gesprekken met het ministerie van VWS om te pleiten voor duurzame financiering en een brede, samenhangende aanpak van eetproblematiek.

2c. Professionaliseren organisatie

Na de wijzigingen in de leiding van Stichting JIJ in 2024 stond 2025 in het teken van leren en verder ontwikkelen binnen de nieuwe organisatorische structuur. De coördinatoren van de verschillende teams werken sinds oktober 2024 in een zelfsturende vorm, waarbij zij de verantwoordelijkheid dragen voor de dagelijkse aansturing en besluitvorming binnen de teams. Deze werkwijze verloopt goed en bevordert betrokkenheid en eigenaarschap binnen de organisatie. Zelfsturing brengt ook leerpunten met zich mee: waar begint eigenaarschap en waar eindigt het? De coördinatoren leren om zelfstandig beslissingen te nemen en verantwoordelijkheid te dragen, steeds in de wetenschap dat er een eindverantwoordelijke is, die klaarstaat voor een luisterend oor, advies of om samen de meer complexe knopen door te hakken.

Het traject met Board Companions, dat eind 2024 werd gestart in samenwerking met het Oranje Fonds, is in 2025 afgerond. De gesprekken waren verhelderend en gaven herkenning van wat er in de organisatie al leefde. Afgesproken is om in een later stadium weer contact te hebben als daar behoefte aan is.

Ook op andere vlakken hebben we stappen gezet in de verdere professionalisering van onze organisatie. Zo is er een *werkgroep privacy* gestart om de veiligheid van persoonsgegevens te waarborgen en online-processen waar nodig te verbeteren. Daarnaast blijven we veel aandacht besteden aan welzijn en teamverbinding. Er zijn inmiddels structurele momenten voor teambreed overleg; we werken vanuit de overtuiging dat we het samen doen en door regelmatig elkaar op de hoogte te stellen van de ontwikkelingen binnen de verschillende teams, wordt vermeden dat er afdelingen ontstaan die als eilanden opereren. Die betrokkenheid bij elkaar is kenmerkend voor de organisatie: medewerkers letten op elkaar en nemen de tijd om samen stil te staan bij het werk, de samenwerking en eventuele omstandigheden in de privésfeer.

2d. Processen en kwaliteitsmeting

Deelnemersadministratie, monitoring en rapportage

Om de kwaliteit van onze ondersteuning te bewaken en hierover te rapporteren aan onze financiers gebruikten we ook in 2025 het evaluatieformulier *Matrix Kwaliteit van Bestaan* en het anonieme deelnemers tevredenheidsonderzoek. Deze instrumenten bieden waardevolle inzichten in de ervaringen van deelnemers en helpen ons onze ondersteuning blijvend te verbeteren.

In 2025 is gewerkt aan het optimaliseren van de toepassing van de *Matrix Kwaliteit van Bestaan*, zodat de verzamelde informatie nog effectiever kan worden gebruikt voor evaluatie en verdere ontwikkeling van onze projecten. Tegelijkertijd hebben we gezocht naar een methode om de grote hoeveelheid gegevens zo efficiënt en betrouwbaar mogelijk te verwerken. In 2026 verwachten we de voordelen van deze verbeterde werkwijze volledig te benutten, waardoor we nog beter kunnen inspelen op de behoeften van onze deelnemers.

CBF-keurmerk

Op 1 juli 2022 ontving Stichting JIJ het CBF-keurmerk. Dit keurmerk toont aan dat we als goed doel voldoen aan strenge kwaliteitseisen op het gebied van betrouwbaarheid, transparantie en besteding van middelen. Ook in 2025 is het keurmerk opnieuw toegekend. We zijn trots op deze erkenning, die bijdraagt aan het vertrouwen van onze donateurs, fondsen en samenwerkingspartners.

CBF
Erkend
Goed Doel



Interne communicatie

Heldere en toegankelijke interne communicatie is belangrijk om iedereen binnen Stichting JIJ betrokken en geïnformeerd te houden. In 2021 introduceerden we de nieuwsbrief 'JIJ weer BIJ' als vaste manier om nieuws, ontwikkelingen en successen te delen met onze vrijwilligers.

In 2025 is deze communicatievorm voortgezet, al was de uitvoering hierin nog niet altijd stabiel. Dit had met name te maken met het relatief kleine team Communicatie dat werkzaamheden onderling moest verdelen en daardoor ook keuzes moest maken in prioritering. De nadruk lag dit jaar met name op het behouden en versterken van bestaande communicatielijnen, zoals persoonlijk contact en onderlinge afstemming.

Tegelijkertijd zijn we er ons bewust van gebleven dat het inzetten van de nieuwsbrief en andere communicatiemiddelen, een punt van aandacht is. Zeker omdat deze ook bijdragen aan de zichtbaarheid van ons aanbod. Dit blijft een belangrijk ontwikkelpunt voor de komende periode; uitbreiding en duidelijke aansturing binnen het team zal een verschil gaan maken.



3. TERUGBLIK OP ORGANISATIE

3a. Bestuur

Na jarenlange betrokkenheid nam de penningmeester vanwege haar pensioen eind 2024 afscheid van Stichting JIJ. Sindsdien is de samenstelling van het bestuur stabiel gebleven. In 2025 bestond het bestuur uit vier leden: een voorzitter, een penningmeester, een secretaris en een algemeen bestuurslid. Het bestuur vervult een controlerende, adviserende en faciliterende rol en ziet toe op de naleving van de visie, missie en het beleid van de stichting.

De nadruk lag in 2025 op continuïteit en goed bestuur. Daarbij werd de financiële gezondheid en transparantie bewaakt, onder meer door het vaststellen van het jaarverslag, de jaarrekening en de begrotingen. Ook hield het bestuur toezicht op de kernwaarden en maatschappelijke koers van Stichting JIJ. Daarnaast bleef er aandacht voor de verdere ontwikkeling van de bestuurlijke inrichting, passend bij de groei en professionalisering van de organisatie.

3b. Management

Na de veranderingsperiode in 2024 lag in 2025 de nadruk op stabiliteit en doorontwikkeling van de nieuwe managementstructuur. Sinds oktober 2024 wordt Stichting JIJ geleid door een managementteam bestaande uit de coördinatoren. Deze manier van samenwerken heeft zich verder ontwikkeld en biedt ruimte voor gedeeld leiderschap en betrokken besluitvorming.

Tegelijkertijd vroeg het werken zonder formele directeursfunctie om een nieuwe invulling van aansturing. De focus lag op het helder verdelen van verantwoordelijkheden, het versterken van samenwerking tussen de teams en het borgen van continuïteit in de dagelijkse praktijk. Binnen deze werkwijze kregen de coördinatoren de ruimte om hun eigen leiderschapstijl verder te ontwikkelen. Twee van hen volgden een coachingstraject gericht op leiderschap, samenwerking en toekomstbestendige besturing.



Daarnaast is nagedacht over de toekomstige invulling van het managementteam. Vragen die daarbij centraal stonden, waren hoe verantwoordelijkheden het best verdeeld kunnen worden, welke vorm van aansturing past bij de teams en hoe de continuïteit van de organisatie duurzaam kan worden gewaarborgd. De inzichten en ervaringen uit 2025 vormen waardevolle input voor keuzes in de komende jaren.

3c. Medewerkers en coördinatoren

In 2025 bestond het team van Stichting JIJ uit acht coördinatoren, van wie er zes in loondienst waren. Een deel van hen is ook als ervaringsdeskundige betrokken bij de ondersteuning van mensen met eetproblematiek. De combinatie van professionele kennis en het kundig inzetten van de eigen ervaring vormt een sterke basis voor de veilige, toegankelijke en mensgerichte benadering die Stichting JIJ zo typeert.

3d. Vrijwilligers

In 2025 vormden onze vrijwilligers opnieuw de onmisbare schil van Stichting JIJ. Ongeveer de helft was actief als ervaringsdeskundige bij de ondersteuning van mensen met eetproblematiek, terwijl de andere helft ondersteunende rollen vervulde op diverse afdelingen, waaronder het secretariaat, beleid en communicatie. Een klein deel combineerde beide functies. Bijna al onze vrijwilligers, inclusief de coördinatoren, hebben zelf ervaring met eetproblematiek.

Voordat onze ervaringsdeskundigen aan de slag gaan, doorlopen ze ons interne scholingstraject. Eenmaal in het team blijven ze zich ontwikkelen door middel van training en intervisie. Toch is Stichting JIJ voor onze vrijwilligers veel meer dan een werkplek waar zij zich inzetten voor het herstel van een ander. Voor velen (met of zonder een verleden met eetproblematiek) is het een plek van grote waarde voor het eigen welzijn. Het vrijwilligerswerk bij Stichting JIJ biedt structuur, nieuwe vriendschappen kunnen worden opgebouwd en onderhouden, het is een veilige omgeving om te re-integreren, en biedt houvast om niet terug te vallen in oude patronen. En mocht dat wel gebeuren, dan blijven we diegene stevig vasthouden. De kracht van Stichting JIJ werkt in die zin twee kanten op: de primaire focus van de organisatie is de ondersteuning van deelnemers, maar het draagt net zo goed zorg voor de groei en het herstel van de vrijwilligers en medewerkers. Ook zien we dat leden en deelnemers na hun hersteltraject bij Stichting JIJ hun ervaring inzetten als ondersteuner. Prachtig, de cirkel is rond!

We erkennen de onmiskenbare waarde van onze ervaringsdeskundige ondersteuners, die op vrijwillige basis de organisatie mede draaiende houden. Gezien de kwetsbaarheid van de doelgroep, vinden we het belangrijk om te blijven communiceren dat de ondersteuning vrijwillig is, maar niet vrijblijvend. Een vertrouwensband moet opgebouwd kunnen worden en deelnemers moeten kunnen rekenen op stabiele, veilige en deskundige ondersteuning. Daar zetten we ons graag én hard voor in.

3e. Werven, selecteren, opleiden en trainen

Goede en deskundige ondersteuning vraagt om blijvende investering in onze ervaringsdeskundige ondersteuners. Daarom volgen zij regelmatig trainingen en nemen zij deel aan intervisie. Ze leren hoe ze hun eigen, vaak kwetsbare, ervaringen kunnen omzetten in kundige ondersteuning. In een reeks verplichte modules gaan ze aan de slag met vragen uit de praktijk: hoe begrenst je jezelf als een verhaal te dichtbij komt? En hoe stuur je een lastig gesprek in de juiste richting? Door hen hierin te trainen, zorgen we ervoor dat de deelnemers altijd op een veilige en verantwoorde manier worden ondersteund én dat zij zelf met een gerust hart ondersteuning kunnen bieden.



3f. Basismodules

Training

'Van ervaring naar ervaringsdeskundigheid'

3 trainingen met totaal 10 deelnemers.

Training

'Herstel'

3 trainingen met totaal 10 deelnemers.

Training

'Inloop'

4 trainingen met totaal 10 deelnemers.

Training

'Ondersteunen, hoe doe je dat?'

4 trainingen met totaal 9 deelnemers.

3g. Vervolgmodules

Training

'Motiverende gespreksvoering'

5 trainingen met totaal 24 deelnemers.

Training

'Grenzen'

1 training met totaal 8 deelnemers.

Training

'Gedrag en co-morbiditeit'

1 training met totaal 6 deelnemers.

Training

'Preventie suïcide'

1 training met totaal 6 deelnemers.

Training

'IAS-module'

3 trainingen met totaal 3 deelnemers.

4. KERNACTIVITEITEN EN PROJECTEN

Totaal aantal deelnemers Stichting JIJ 2019 tot en met 2025



Project IAS 2024

Mede mogelijk gemaakt door de Gemeente Rotterdam.

Project ervaringsdeskundige ondersteuning

Mede mogelijk gemaakt door: Stichting Bevordering van Volkskracht, Charity Stichting Rob Beers, Oranje Fonds, Stichting V. (anoniem), Liberty Foundation, Stichting Elise Mathilde Fonds, Facilicom Foundation, Stichting Virtutis Opus.

Project Een warm thuis in het JIJ-huis

Mede mogelijk gemaakt door: Stichting Dioraphte, Paardestal, Fonds FNO, Liberty Foundation, Stichting V. (anoniem), Oranje Fonds.

Project Herstelgerichte activiteiten

Mede mogelijk gemaakt door: Oranje Fonds, Stichting V. (anoniem), Liberty Foundation, Stichting Physico.

Project Jeugd (jaar 2)

Mede mogelijk gemaakt door: Liberty Foundation, Oranje Fonds, Stichting Boschuyzen, Stichting de Lichtboei, Stichting SGS, Stichting Theia, Stichting Pro Juventute.

Project Professionalisering ervaringsdeskundige ondersteuning

Mogelijk gemaakt door Stichting Dioraphte.



4a. Project 'Het Informatie-, Advies- en Steunpunt (IAS)'

In 2025 bood het Informatie-, Advies- en Steunpunt (IAS) wederom gratis en anoniem ondersteuning aan jongeren en volwassenen met eetproblematiek. Ondersteuning was beschikbaar via e-mail, chat, open spreekuren en telefoon en daarnaast konden afspraken worden gemaakt voor een bezoek of een onlinegesprek. Het IAS fungeert als laagdrempelig eerste contact met Stichting JIJ. Mensen kunnen er zonder doorverwijzing in een veilige, niet-klinische setting hun verhaal delen met onze ervaringsdeskundige ondersteuners.

Naast advies en steun werden ook verschillende activiteiten georganiseerd, die bijdragen aan vroegsignalering en preventie van eetproblematiek en de gevolgen daarvan. Voorbeelden zijn voorlichtingsbijeenkomsten voor naasten en professionals. Ook is er contact gelegd met (middelbare) scholen en universiteiten.

Tot slot staat het IAS ook onverminderd open voor naasten, zoals gezinsleden, partners, vrienden en familie. Zij zijn zelf niet ziek, maar kunnen wel goed ziek worden van de situatie. Een luisterend oor, advies of van gedachten wisselen kan dan al helpend zijn. Ook zijn we er voor (jeugd)professionals die ondersteuning of advies wilden in hun werk met jongeren.



Cijfers IAS-punt 2025

Aantal contacten IAS-punt

Geregistreerde deelnemerscontacten	1995
Niet-geregistreerde deelnemerscontacten	1500
Totaal deelnemerscontacten	3495

Soort gesprek

Adviesgesprek	720
Informatiegesprek	473
Luisterend oor	246

Type contact

Face to face	344
Telefonisch	147
E-mail	381
Chat	97

Type contact

Telefonisch spreekuur	160 dagdelen
E-mail	260 dagdelen
Face to face	65 dagdelen
Open inloop	12 dagdelen
Chat op website	208 dagdelen

Contact via

Zelf contact opgenomen	1022
Via naasten	420
Via professional	432
Onbekend	121

Leeftijd contact

14 tot en met 22 jaar	475
23 jaar of ouder	1520

Geslacht

Man	95
Vrouw	365
Onbekend	1535

Naasten

Workshops	4 met 10 deelnemers
Voorlichtingsbijeenkomsten	4 met 15 deelnemers

Individuele ondersteuning voor ouders/naasten

Beoogd: 50 dagdelen per jaar, minimaal 5 gezinnen

Resultaat: in totaal hebben we 53 dagdelen individuele ondersteuning aan naasten gegeven. Dit betrof 15 gezinnen.

Verwijzers

Workshops	3 in totaal met 47 deelnemers
-----------	-------------------------------

4b. Project 'Het JIJ-huis'

Het JIJ-huis in Rotterdam-Kralingen is het warme, huiselijke hart van Stichting JIJ, gevestigd in een vier verdiepingen tellend woonhuis. In deze veilige omgeving kunnen jongeren en volwassenen vanaf 14 jaar met eetproblematiek en hun naasten, terecht voor ontmoeting, herkenning en steun. Het JIJ-huis biedt een gevarieerd aanbod van inloopmomenten, themabijeenkomsten, voorlichting en gezamenlijke maaltijden, waar herstel op een laagdrempelige manier wordt ondersteund. De ondersteuning wordt verzorgd door goed getrainde ervaringsdeskundigen, die vanuit hun eigen herstellervaring hoop en praktische handvatten bieden. Zo ontstaat een gelijkwaardige sfeer, waarin de mens achter de eetproblematiek centraal staat en eigen regie wordt gestimuleerd.

17
Nieuwe
leden
2025

86
Leden van
het JIJ-huis
2025



4c. Project 'Herstelgerichte activiteiten en een warm thuis in het JIJ-huis'

- **Organiseren van inloopuren**
804 behaald, 793 beoogd.
- **Organiseren van thema-avonden**
6 behaald, 12 beoogd.
- **Organiseren van kookactiviteiten**
156 behaald, 312 beoogd.
- **Organiseren van online inloopmomenten**
216 behaald, 208 beoogd.
- **Organiseren van inloopochtenden**
12 behaald, 12 beoogd.
- **Organiseren van inspiratie-, en voorlichtingsdagen**
3 behaald, 3 beoogd.

4d. Project 'Herstelgerichte activiteiten'

Herstel is zoveel meer dan alleen het bereiken van een gezond gewicht. Vanuit die overtuiging en geïnspireerd door het concept van Positieve Gezondheid, heeft Stichting JIJ binnen dit project nieuwe trainingen en activiteiten ontwikkeld. We leggen de nadruk op wat iemand wél kan: het versterken van eigen kracht, het voeden van veerkracht en het voorkomen van een terugval.

Omdat we onze deelnemers als de ware experts zien, hebben we tevens een panel van deelnemers en leden in het leven geroepen. Hun actieve betrokkenheid en feedback zijn voor ons onmisbaar om het aanbod van herstelgerichte activiteiten steeds beter te maken.

Dat deze brede en betrokken aanpak werkt, zien we terug in de resultaten. We hebben via onze activiteiten een grote groep mensen met eetproblematiek bereikt en ondersteund.

Onderstaand een aantal resultaten:

- In totaal hebben we twaalf workshops, trainingen en voorlichtingen gegeven. Hiermee hebben we 54 mensen bereikt.
- In totaal hebben we zes trainingen gegeven en daarmee hebben we veertien mensen bereikt.
- In totaal hebben we zes herstelgerichte activiteiten aangeboden, waarmee we 42 mensen hebben bereikt.

4e. Project 'Stichting JIJ voor jongeren met eetproblemen, op weg naar herstel 2025'

In 2025 hebben we gerichte acties ondernomen om onze doelen te bereiken, waarbij we zowel mooie successen boekten als waardevolle inzichten uit de praktijk opdeden. Zo hebben we de ondersteuning via ons IAS (Informatie-, Advies- en Steunpunt) ruimschoots behaald.

Via chat, telefoon en e-mail ontvingen jongeren persoonlijke steun, die direct diende als laagdrempelige toegangspoort tot verdere hulp. Ook de preventielessen in samenwerking met Stichting Kiem liepen volledig volgens plan en boden waardevolle verdieping via aansluitende chatsessies. Tegelijkertijd kwamen we organisatorische en inhoudelijke uitdagingen tegen, die om bijsturing vroegen. Zo bleek de doelstelling voor de jongerengroepen te ambitieus: de praktijk leerde ons dat deze specifieke doelgroep door angsten en chaotische levensfasen, in eerste instantie veel meer behoefte heeft aan intensieve individuele ondersteuning in plaats van groepsondersteuning.

Daarnaast liep de uitrol van onze voorbereide scholen- en promotietour vertraging op door het onverwachte vertrek van de Coördinator Jeugd en de opstartfase van onze nieuwe, zelfsturende teams. Desondanks konden we waardevolle workshops verzorgen voor studenten aan de TU Delft en psychologiestudenten van de Erasmus Universiteit en ligt er inmiddels een stevig actieplan klaar om deze pijler in 2026 alsnog succesvol uit te voeren.

Onze doelstellingen voor 2025 waren:

- Het organiseren van activiteiten in het inloophuis waar jongeren aan kunnen meedoen.
- Het organiseren van jongerengroepen voor jongeren van 14-19 jaar en individuele ondersteuning via onder andere het Informatie-, Advies- en Steunpunt (IAS).
- Het starten van jongerenpanels.
- Het investeren in samenwerking met middelbare scholen, hogescholen, universiteit en andere partners.
- In samenwerking met Stichting Kiem op scholen preventielessen organiseren over eetproblematiek en het hulpaanbod.
- Eetproblematiek en ons activiteitenaanbod voor jeugd via sociale media en wervende communicatiemiddelen onder de aandacht brengen.

4f. Project 'Ondersteuningstrajecten'

In 2025 hebben wij met het project 'Ervaringsdeskundige ondersteuning' de volgende resultaten behaald:

- De organisatie van acht herstelgroepen voor in totaal 38 nieuwe deelnemers. Twee startgroepen, twee vervolggroepen, één doorlopende motivatiegroep voor personen die op een wachtlijst staan en twee doorlopende nazorggroepen, waarvoor één van cliënten vanuit PsyQ. Daarnaast was er ook nog een jongerengroep.
- Regelmatig bekeken we met de deelnemers van de desbetreffende groep of de ondersteuning en de thema's aansloten bij de behoefte van de deelnemers. Uit evaluaties bleek, dat de herstelgroepen bij de meeste deelnemers een bijdrage hebben geleverd aan de bewustwording en erkenning, dat er sprake is van een eetprobleem. Ook de kennis over eetproblemen, inclusief de gevolgen daarvan, is bij alle deelnemers toegenomen.
- Het organiseren van 27 trainingen met verschillende modules voor vijf ervaringsdeskundige groeps- en individuele ondersteuners. De trainingen zijn verplicht voor ondersteuners en worden regelmatig gegeven met het doel om hun ervaring zo professioneel mogelijk om te zetten in ervaringsdeskundigheid.
- Er zijn vijf nieuwe groepsondersteuners geworven en inmiddels zijn er vijftien nieuwe ervaren groepsondersteuners ingezet.
- Het voeren van in totaal 627 gesprekken aan individuele ondersteuning.
- Individuele ondersteuning: In 2025 hebben 61 deelnemers gebruik gemaakt van onze individuele ondersteuningstrajecten. Deze ondersteuning vond, in overleg met de deelnemer, fysiek in het JIJ-huis, per mail, telefoon en/of chat plaats. Deze 61 deelnemers hebben in totaal 627 dagdelen ondersteuning ontvangen. Wij zien dat er steeds meer behoefte is aan een individueel traject.



4g. Project 'Professionalisering ervaringsdeskundige ondersteuning en hulp aan (jonge) mensen met eetproblematiek'

In het laatste kwartaal van 2025 zijn we een samenwerking met een zelfstandig GZ-psycholoog aangegaan, om het belang van wederzijdse kennisuitwisseling tussen de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) en ervaringsdeskundige ondersteuning te benadrukken. Het toepassen van elkaars expertise draagt enerzijds bij aan de versterking van de inzet van ervaringsdeskundigheid binnen Stichting JIJ en anderzijds draagt het bij aan eerdere (h)erkenning van problematiek en meer integrale benadering binnen de reguliere GGZ, waarbij er ook aandacht is voor de onderliggende psychische problematiek.

Intervisie voor ervaringsdeskundige ondersteuners

De ondersteuning van deelnemers en leden vraagt veel emotionele capaciteit van onze ervaringsdeskundigen. In de interactie kunnen complexe, emotioneel beladen of confronterende situaties ontstaan. Om de kwaliteit van onze ondersteuning te waarborgen, is het van essentieel belang dat er regelmatig gereflecteerd wordt op hun handelen en ervaringen en gevoelens gedeeld worden. Denk hierbij aan leidende vragen als: Wat heb ik nodig om mijn rol goed te vervullen? of Hoe ga ik om met grenzen, verantwoordelijkheid en emoties?

Training Herken je kritische stem

Veel mensen met eetproblematiek ervaren kritische, hardnekkige gedachten over zichzelf, hun uiterlijk en hun eetgedrag. Zij hebben de onvriendelijke of zelfs beledigende opmerkingen uit de omgeving, van vreemden op straat of in de media helemaal niet nodig om zichzelf flink de maat te nemen. Om hier op een effectieve manier mee om te leren gaan, is bewustwording van deze innerlijke stem essentieel. De GZ-psycholoog ontwikkelde een training waarin mensen leren deze stem te herkennen en te begrijpen. Met behulp van technieken uit de cognitieve gedragstherapie en mindfulness worden deelnemers en leden zich bewust van niet-helpende denkpatronen en oefenen zij met het loslaten van deze gedachten.

Vraagbaak voor ervaringsdeskundige ondersteuners

De GZ-psycholoog is beschikbaar als vraagbaak voor de ervaringsdeskundigen. Zij kunnen bij haar terecht met inhoudelijke vragen, dilemma's of casussen die zij tegenkomen in de ondersteuning van deelnemers en leden.

Kennis en ervaring over eetproblematiek vergroten en toepassen in de GGZ

De GZ-psycholoog brengt de kennis en ervaringen vanuit Stichting JIJ actief in binnen haar werkpraktijk in de GGZ en het hoger onderwijs. Door haar betrokkenheid groeit de bewustwording over eetproblematiek in reguliere zorginstellingen en op plekken waar deze thema's nog (te) weinig bespreekbaar zijn. Zo werkt de psycholoog niet alleen in haar eigen praktijk, maar ook als studentenpsycholoog aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Ook daar is gesignaleerd dat er te weinig aandacht en ruimte is voor eetproblematiek, terwijl het aantal mensen dat hiermee te kampen krijgt juist stijgt.



5. COMMUNICATIE EN INFORMATIE

5a. Branding & online zichtbaarheid

Het afgelopen jaar stond in het teken van het versterken en verhelderen van de communicatie. Met de introductie van een nieuwe huisstijl is er een consistente basis gelegd voor alle interne en externe uitingen, waardoor de verschillende doelgroepen eenduidiger worden bereikt.

Binnen het communicatieteam is gewerkt aan verdere professionalisering, onder meer op het gebied van samenwerking en taakverdeling. Het team blijft zich hierin ontwikkelen en kenmerkt zich door een grote betrokkenheid en ambitie. Tegelijkertijd vraagt dit om een zorgvuldige balans met de beschikbare tijd en capaciteit.

Op het gebied van sociale media zijn stappen gezet voor een bredere en meer strategische inzet van verschillende kanalen. Zo zijn voorbereidingen getroffen voor een hernieuwde inzet van TikTok, gericht op het beter bereiken van een jongere doelgroep. Daarnaast is de basis gelegd voor het starten van een blog op de website en het gericht inzetten van SEO-zoekwoorden en actualiteit om de online vindbaarheid te vergroten.

Een belangrijk speerpunt voor het komende jaar is het persoonlijker maken van de content. Net zoals bij de ondersteuning staat ervaringsdeskundigheid centraal. Een content creator zal het gezicht van Stichting JIJ worden: iemand die vanuit eigen ervaring spreekt en volgers op een echte, persoonlijke en herkenbare manier aanspreekt. Dit geldt zowel voor Instagram als TikTok.

5b. Communicatiedoelen

Stichting JIJ heeft in 2025 ingezet op het bereiken van nieuwe leden. Daarbij lag de aandacht op nieuwe doelgroepen, waaronder jongeren, mannen en mensen met een niet-westerse achtergrond. Stichting JIJ staat open voor iedereen met een eetprobleem; elk verhaal telt en is welkom. In 2025 heeft een afstudeeronderzoek plaatsgevonden naar het aantrekken van mannen. Deze informatie is verzameld en wordt gebruikt voor verdere ontwikkeling van de communicatie.

De groepsondersteuning bleef een centraal onderdeel van het aanbod. De groepen werden twee keer per jaar gestart. In aanloop naar elke start is actief ingezet op het bereiken en plaatsen van deelnemers, zodat zij waar passend direct konden aansluiten.

Om dit te ondersteunen, is het aantrekken van nieuwe ervaringsdeskundige ondersteuners als belangrijke prioriteit benoemd. Hiervoor zijn communicatiestrategieën ingezet en verder verkend. De focus lag op het versterken van deze basis, met als uitgangspunt verdere groei in de komende periode.

5c. Aantrekken van nieuwe vrijwilligers

In 2025 heeft Stichting JIJ via sociale media actief ingezet op het werven van nieuwe vrijwilligers, die hun eigen ervaringen willen inzetten binnen de stichting. Met deze benadering zijn potentiële vrijwilligers direct aangesproken op hun unieke waarde: het vermogen om persoonlijke ervaringen om te zetten in betekenisvolle ondersteuning voor anderen.

Deze aanpak heeft bijgedragen aan een sterke verbinding met de doelgroep en onderstreept een belangrijk onderdeel van de identiteit van Stichting JIJ, waarin ervaringsdeskundigheid centraal staat. Daarmee werd duidelijk gecommuniceerd dat ieders talent en ervaring waardevol is en op verschillende manieren kan bijdragen aan de missie van de organisatie.

5d. Evenementen in het kader van doelgroepenbeleid en kennisdeling

Naast de onlinecommunicatie heeft Stichting JIJ ook ambities buiten de eigen kanalen. Een belangrijk thema daarin is het doorbreken van het taboe rondom eetstoornissen, door het gesprek hierover op verschillende plekken te stimuleren en het onderwerp bespreekbaar te maken.

Stichting JIJ was daarom actief aanwezig op externe evenementen en benaderde gericht organisaties en locaties om het verhaal en de missie van JIJ onder de aandacht te brengen. Daarnaast organiseerde Stichting JIJ zelf open dagen en informatieavonden, waar geïnteresseerden op een laagdrempelige manier kennis konden maken met de organisatie.

Open dagen JIJ-huis

In het afgelopen jaar hebben we twee open dagen georganiseerd, waarmee we in totaal zeven mensen hebben bereikt. De open dagen werden bezocht door mensen met een eetprobleem en hun naasten. Tijdens deze bijeenkomsten organiseren we vaak een passende activiteit, zoals een workshop of een lezing van iemand die zijn of haar herstelverhaal deelt.

Inspiratiedag in het JIJ-huis

De inspiratiedag werd goed bezocht: maar liefst dertien mensen namen deel. De dag startte met een interview en een lezing in het JIJ-huis, die zorgden voor een open sfeer en veel stof tot nadenken. Na de lunch volgde een workshop waarin deelnemers een persoonlijke affirmatie op canvas schreven, als tastbare en positieve herinnering.

Het programma werd afgesloten met een moment van rust, bestaande uit een bodyscan en een voorleesmoment. De dag bood ruimte voor reflectie, verbinding en hoop en gaf deelnemers inspiratie en vertrouwen om mee verder te gaan. Na afloop ontvingen alle deelnemers een dekentje en een herstelverhalenbundel om kracht uit te putten.

Deelname WEDAD & NAE-congres

De Wedad 2025 is komen te vervallen. Het bestuur van WEET heeft, vanwege omstandigheden, besloten het evenement te annuleren. Het NAE-congres hebben wij als organisatie wel bijgewoond, waar we met een informatietafel onze zichtbaarheid onder professionals hebben vergroot.



6. NETWERK EN SAMENWERKINGEN

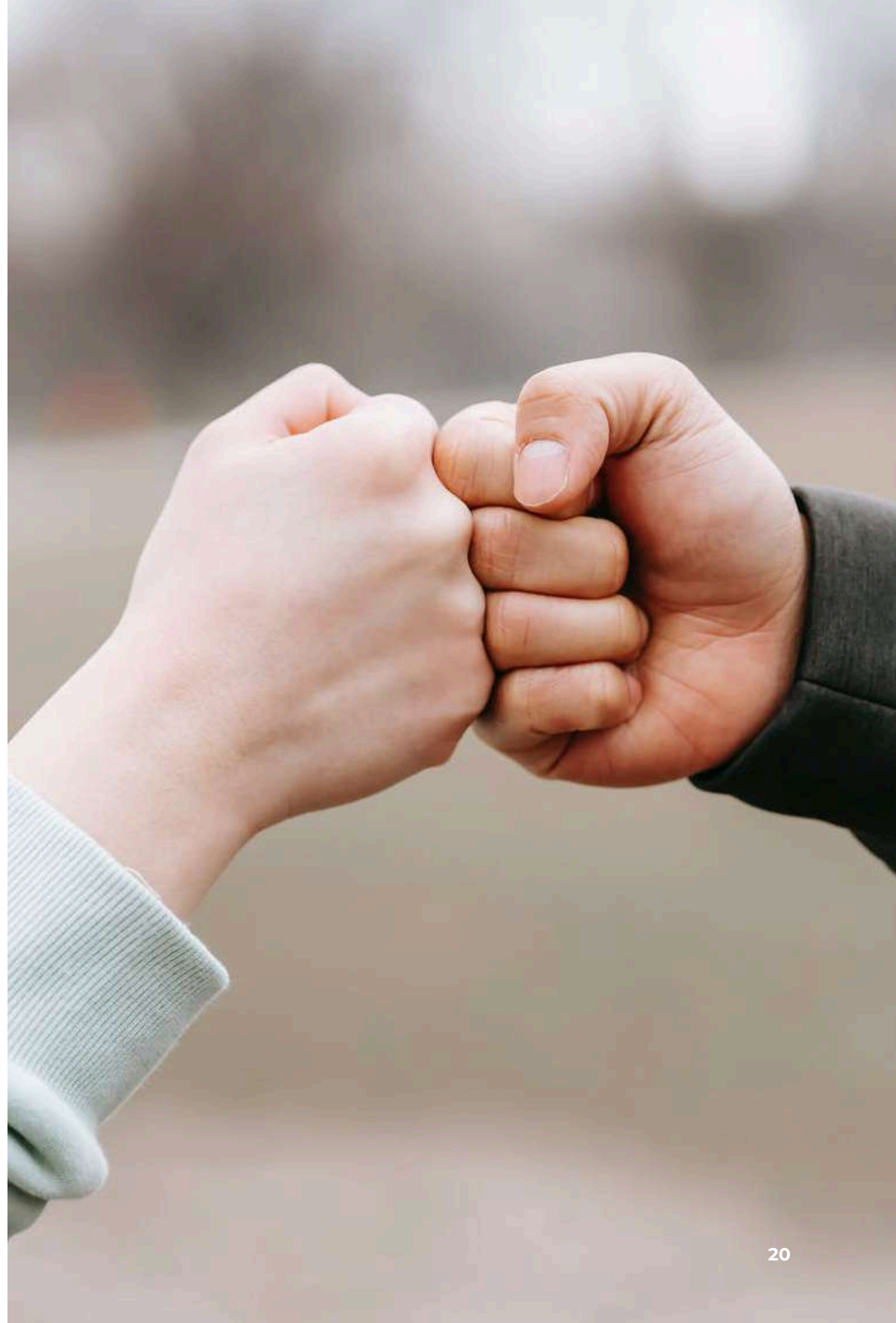
Stichting JIJ werkte ook in 2025 nauw samen met diverse organisaties en instellingen, zowel landelijk als regionaal. Deze partnerships versterken de kwaliteit en doorontwikkeling van ons aanbod voor jongeren en volwassenen. Het helpt ons ook in te spelen op kansen, zoals duurzame financiering en bredere erkenning van ervaringsdeskundigheid. Daarom blijven we bewust kiezen voor actieve deelname aan netwerken en strategische samenwerkingspartners.

Samenwerkingspartners

Belangrijke partners in 2025 waren onder meer PsyQ, MIND, Stichting Kiem, K-EET Zuid-Holland, Zelfregie Initiatieven Eetstoornissen Netwerk (ZIEN), Nederlandse Academie voor Eetstoornissen (NAE), de community van Herstel Dichtbij en patiëntenvereniging WEET. Stichting JIJ is lid van de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH).

Regionale samenwerking

We hebben in 2024 al aansluiting gezocht bij partijen die het Integraal Zorgakkoord (IZA) in onze regio uitvoeren: de zorgkantoorregio Capelle aan den IJssel, Krimpen aan den IJssel en Rotterdam, met coördinerende rollen voor de gemeente Rotterdam en Zilveren Kruis. Het IZA streeft naar een landelijk dekkend netwerk van laagdrempelige steunpunten zoals zelfregie-initiatieven. Ondanks de (soms lastige) uitdaging om aan tafel te komen bij deze partijen, blijven we ons inzetten voor de meerwaarde van ervaringsdeskundigheid.



7. FINANCIËN

De afgelopen jaren is Stichting JIJ gegroeid van een totaalbudget van €165.000 in 2019 naar €394.500 euro in 2024. In 2025 heeft deze groei zich gestabiliseerd op €386.000, onder andere als gevolg van wijzigingen in de personele bezetting. Voor 2026 wordt een verdere toename van het budget verwacht.

Om inzicht te geven in de diverse inkomensstromen van Stichting JIJ zijn in de bijgevoegde tabel de inkomsten van 2025 weergegeven. Het merendeel van de inkomsten is afkomstig uit fondsen en uit het eigen verdienmodel van de stichting, waaronder huurinkomsten en bijdragen van leden.

Het beleidsteam voert, in afstemming en in samenwerking met de Coördinator Beleid & Fondsen, de fondsenwerving uit. Dit is een intensief proces dat veel tijd vraagt. Daarom is één van de strategische speerpunten in het meerjarenbeleidsplan het realiseren van meer duurzame financiering.

Jaarrekening

De jaarrekening 2025 is in samenwerking met het team Financiën van Stichting JIJ opgesteld door SRL-accountants en vervolgens goedgekeurd door het bestuur van Stichting JIJ. De jaarrekening bestaat uit de balans per 31 december 2025 en de staat van baten en lasten over 2025, inclusief de bijbehorende toelichting. Tevens is hierin een overzicht opgenomen van alle bijdragen die in 2025 zijn ontvangen.

Het bestuur heeft besloten een bestemmingsreserve van €102.500 te vormen ten behoeve van de strategische ontwikkeling van Stichting JIJ in de periode 2026–2028. Deze reserve is bestemd voor investeringen in de verdere professionalisering van de organisatie, de ontwikkeling van nieuwe activiteiten, innovatie van bestaande dienstverlening en de voortzetting van bestaande activiteiten. Ook kan het ingezet worden voor salaris en huisvestingskosten op het moment dat er structureel tekort is. Door deze middelen hiervoor te reserveren, wordt de duurzame ontwikkeling van de stichting gewaarborgd.

Financieringsbronnen 2025

Eigen inkomsten	€ 57.000
Samenwerking PsyQ	€ 9.000
Subsidie gemeente Rotterdam	€ 21.500
Fondsen & stichtingen	€ 298.500
Totaal	€ 386.000



TOT SLOT

2025 was voor Stichting JIJ een jaar van verdieping. Na een periode vol ontwikkeling en verandering lag de nadruk dit jaar op consolideren en herijken. Professionaliseren betekent immers niet alleen vernieuwen, maar ook stilstaan bij wat is opgebouwd en de tijd nemen om processen, samenwerkingen en mensen in hun kracht te zetten.

Binnen de organisatie ontstond meer ruimte om te reflecteren, te leren en verder vorm te geven aan onze manier van werken. Deze rust en stabiliteit maakten het mogelijk om onze missie met hernieuwde energie te blijven uitdragen: ***Mensen met eetproblematiek ondersteunen op een manier die echt aansluit bij hun ervaringen en behoeften.***

Met een stevige basis en een heldere koers kijken we vooruit. De komende jaren blijven we investeren in verbinding, deskundigheid en samenwerking. Om zo, vanuit evenwicht en vertrouwen, verder te bouwen aan een toekomstbestendige Stichting JIJ.

COLOFON



Stichting JIJ

Bestuur en managementteam

Voorzitter: Dhr. B.C.G.W. Loerts

Penningmeester: Dhr. N. de Borst

Secretaris: Mevr. J. Roodenburg

Bestuurslid: Mevr. S. Storm

Coördinator Ondersteuningstrajecten: A. van Duyn

Coördinator Informatie-, Advies- en Steunpunt: S. Storm

Coördinator JIJ-huis: A. Beijn

Coördinator Activiteiten JIJ-huis: A. la Grand

Coördinator Beleid & Fondsen: L. Tanke

Coördinator Communicatie: A. La Grand

Coördinator Financiën: A. Dickhof

Coördinator Stage: S. Ramakers

Coördinator Secretariaat: I. Weerwag

Aanvullende gegevens

Oostzeedijk Beneden 11a

3062 VJ Rotterdam

Nummer Kamer van Koophandel: 24489315

Bankrekening: NL 33 INGB 0005 3864 18

Stichting JIJ beschikt over een ANBI-status

De jaarrekening 2025 is samengesteld door het team financiën van Stichting JIJ in samenwerking met accountantsbureau SRL Accountants en is te vinden op de website.

BEDANKT!



**Gemeente
Rotterdam**



**oranje
fonds**



Charity Stichting
Rob Beers



Elise Mathilde

+ physico

Volkskracht [®]



Dura Foundation • SGS Stichting Gezondheidszorg Spaarneland •
Stichting Lincoln II • Stichting Virtutis Opus

Pro Juventute