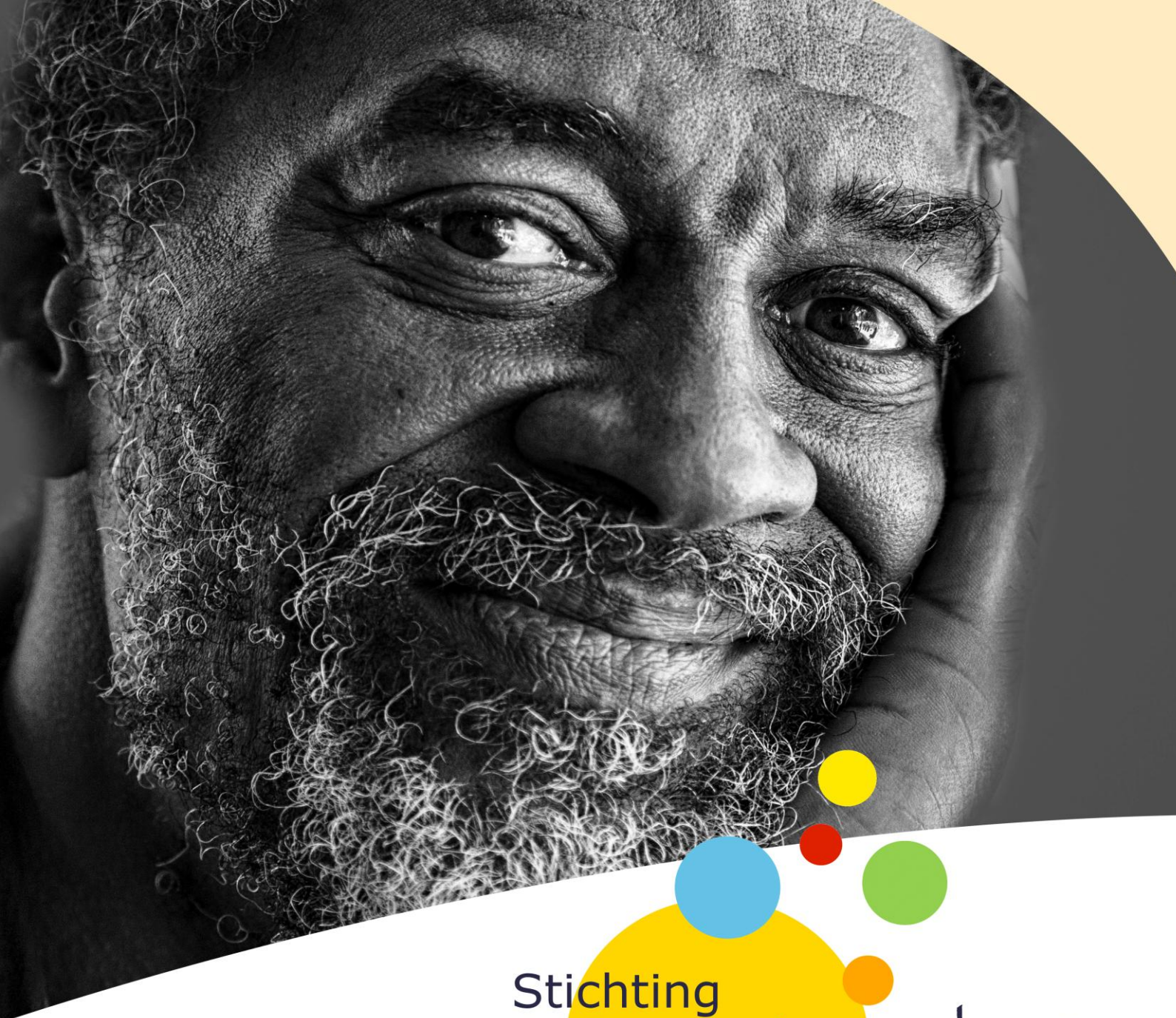


A decorative graphic consisting of several colored circles of varying sizes. A large yellow circle is the central element, with a blue circle above it, a red circle to its right, a green circle further right, an orange circle below the red one, a grey circle below the green one, a dark grey circle below the orange one, and a small black circle at the bottom. The circles are arranged in a loose, organic pattern.

Stichting
de Stemmingmakerij

Jaarverslag 2025



Stichting de Stemmingmakerij

Jaarverslag 2025

**Onze ervaringskennis
voor jouw depressie**

Peter Oostelbos

contact@stichtingdestemmingmakerij.nl
www.stichtingdestemmingmakerij.nl

IBAN: NL 23 TRIO 0320 9083 13
KvK: 94533598 - RSI: 866812076

Inhoud

Inhoud	2
Voorwoord	3
1. Missie, visie en waarden	4
1.1. Missie.....	4
1.2. Visie.....	4
1.3. Waarden	4
2. Wij stellen ons voor	5
2.1. Bestuur	5
2.2. Directeur	5
2.3. Trainers.....	5
2.4. Medewerker.....	6
2.5. Ambassadeurs	6
3. Doel & doelgroep	7
3.1. Doelstelling.....	7
3.2. Doelgroep.....	7
4. Werkwijze en organisatie	8
4.1. Organogram	8
4.2. Organisatie.....	8
5. Behaalde doelen uit het Jaarplan 2025	10
5.1. Administratie	10
5.2. Logo, huisstijl en website	10
5.3. Uitgevoerde en geplande activiteiten	11
6. Radio-uitzending Het Hapsis Huis	12
7. Financiën	13
7.1. Jaarrekening 2025	13
7.2. Balans	14
7.3. Toelichting financiële jaarrekening	15
7.4. Baten	15
7.5. Lasten	15
7.6. Resultaat.....	15



Voorwoord

In Nederland hebben op dit moment ca. 800.000 mensen te maken met een depressie of depressieve klachten. Dit is bijna 5% van de Nederlandse bevolking. Op jaarbasis is het aantal zelfs meer dan 1 miljoen.

In termen van ziektelast staat depressie op de eerste plaats. De jaarlijkse kosten van depressie worden geschat op ten minste € 2,8 tot € 3,4 miljard, vooral door zorgkosten en ziekteverzuim. De werkelijke maatschappelijke kosten liggen waarschijnlijk hoger.

Meer dan 80.000 mensen met psychische klachten staan op de wachtlijst van de ggz. De zorg, maatschappij en politiek slagen er niet in om dit aantal omlaag te krijgen.

Ook Stichting de Stemmingmakerij gaat dat niet voor elkaar krijgen en dat is ook niet ons doel. Toch maken mensen die op de wachtlijst staan deel uit van onze doelgroep. Meer hierover in Hoofdstuk 3.

Stichting de Stemmingmakerij ontwikkelt zich langzaam maar gestaag. Door onder andere tijdgebrek zijn we er in 2025 niet in geslaagd om de ANBI-status te krijgen, fondsen aan te schrijven en trainingen te geven.

Toch zijn we tevreden met de behaalde doelen en resultaten, zoals het lanceren van de website en ontwikkelen van logo en huisstijl. We kijken dan ook met vertrouwen naar de toekomst.

Het bestuur
Juni 2026



1. Missie, visie en waarden

1.1. Missie

Wij zien een wereld waarin mensen met een depressie, die ontvankelijk zijn voor het proces van acceptatie, vanuit compassie en herstel komen tot persoonlijke groei en een hogere levenskwaliteit.

1.2. Visie

Samen werken wij aan het bevorderen van groei en kwaliteit van leven bij mensen met een depressie.

Dit doen wij door het aanbieden van (ervarings)kennis, informatie, werkwijzen en methodiek aan de doelgroep, naasten en hulpverleners.

1.3. Waarden

Stichting de Stemmingmakerij staat op een fundament van elkaar in gelijkwaardigheid ontmoeten; eerlijk en betrouwbaar, met inlevingsvermogen, respect, passie en humor.

2. Wij stellen ons voor

2.1. Bestuur



Wim van der Sande
Voorzitter



Renske Landeweert
Secretaris



Arja Diepstraten
Penningmeester



André Smeding
Algemeen lid

2.2. Directeur



Peter Oostelbos

2.3. Trainers



Peter Oostelbos



Gwylan Scheeren

2.4. Medewerker



Kim Jansen-Hendriks
Communicatie

2.5. Ambassadeurs



Marjan ter Avest
Directeur Kenniscentrum
Kinder- en
Jeugdpsychiatrie

"De belangrijkste drijfveer in mijn werk is het realiseren van goede randvoorwaarden voor de meest kwetsbare mensen in onze samenleving. De leidraad in al mijn bestuurlijke en toezichthoudende functies is het versterken van de positie van mensen die vanwege een beperking, ziekte en/of leeftijd kwetsbaar en afhankelijk zijn van anderen."



Jan Spijker
Psychiater en bijzonder
hoogleraar chronische
depressie

"Mijn missie is het verbeteren van de zorg voor mensen met depressie. Mijn onderzoek richt zich op nieuwe behandelvormen zoals esketamine, rTMS en schematherapie, evenals de inzet van ervaringsdeskundigheid in de zorg. Daarnaast heb ik bijgedragen aan meer dan 150 publicaties over hardnekkige depressie."



3. Doel & doelgroep

3.1. Doelstelling

Stichting de Stemmingmakerij heeft als doel het bevorderen van groei en kwaliteit van leven voor mensen met een depressie of depressieve klachten.

Daarnaast beoogt de stichting het onderwerp depressie onder een breed publiek onder de aandacht te brengen en bespreekbaar te maken.

De stichting bereikt haar doelen onder meer door het aanbieden van (ervarings)kennis, informatie, werkwijzen en methodiek aan de doelgroep, naasten en hulpverleners. Het aanbod bestaat uit onder meer trainingen, voorlichting, onderwijs, presentaties en lezingen, en psycho-educatie. De trainingen die ontwikkeld zijn vanuit onze eigen ervaringsdeskundigheid en ervaringskennis, vormen de kern van de stichting.

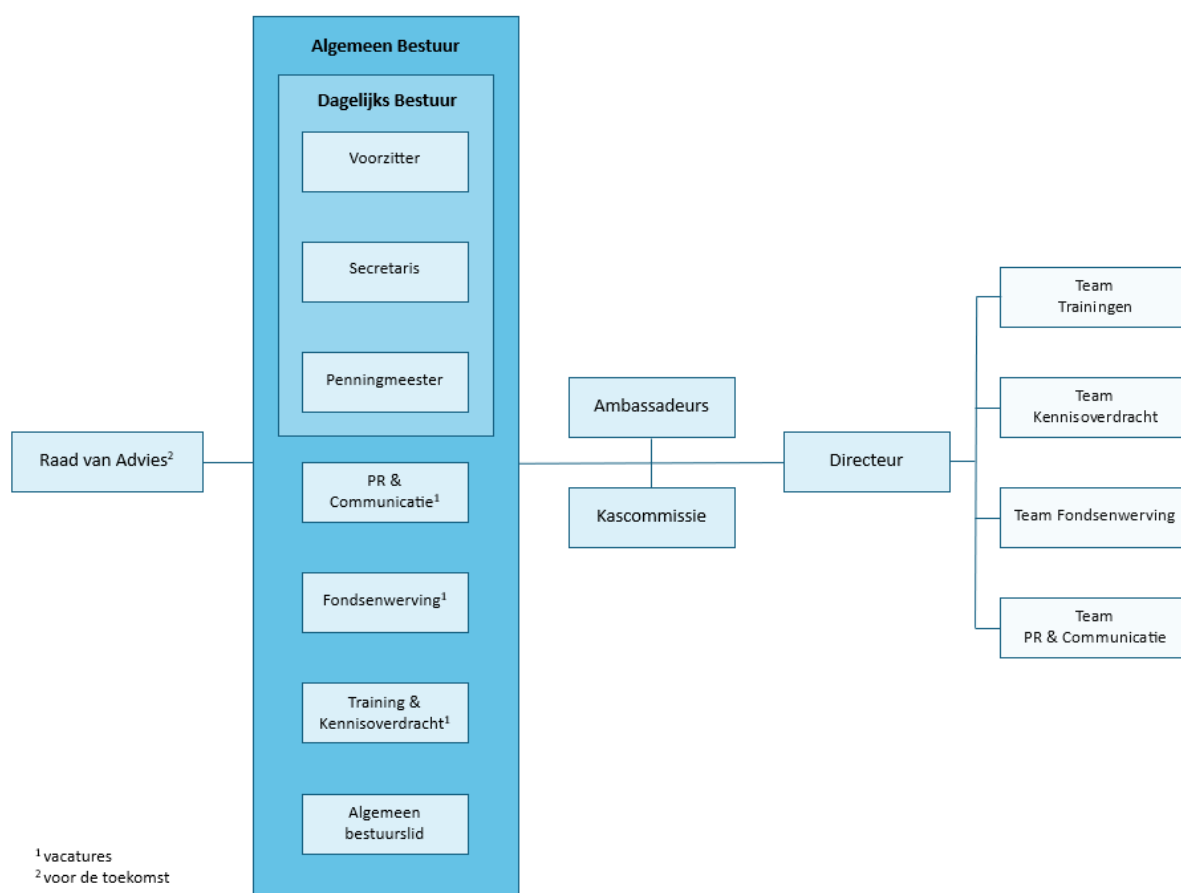
3.2. Doelgroep

De doelgroep waar de stichting zich op richt bestaat op de eerste plaats uit mensen met een depressie of met depressieve klachten. We streven ernaar om met name mensen die op de wachtlijst voor een behandeling in de ggz staan, te bereiken. Onze training overbruggt de wachttijd en is een goede voorbereiding voor de behandeling die volgt.

4. Werkwijze en organisatie

4.1. Organogram

Het organogram geeft aan hoe de stichting is opgebouwd. Dit betreft het 'hoe' van de stichting.



4.2. Organisatie

De stichting is specifiek opgezet om groei en kwaliteit van leven aan te bieden aan mensen met een depressie of depressieve klachten. Daarmee is zij anders ingericht en beoogt zij een ander doel dan het behartigen van patiëntbelangen. Dit onderwerp schuurt geregeld tegen de stichting aan, alleen verwijzen we hiervoor bewust door naar de Depressie Vereniging.

Voor de nauwlettende lezer zal het opvallen dat twee van de bestuursleden onderdeel uitmaken van het bestuur van de Depressie Vereniging. Deze combinatie is niet zomaar. Er wordt zorgvuldig gelet wanneer het een onderwerp betreft voor de stichting en wanneer voor de vereniging.

Vanuit de beide organisaties zien we voordelen aan deze nauwe samenwerking. Het sluit aan bij de wens en behoefte binnen de depressiewereld om elkaar meer te vinden en elkaar te versterken.



Bestuur

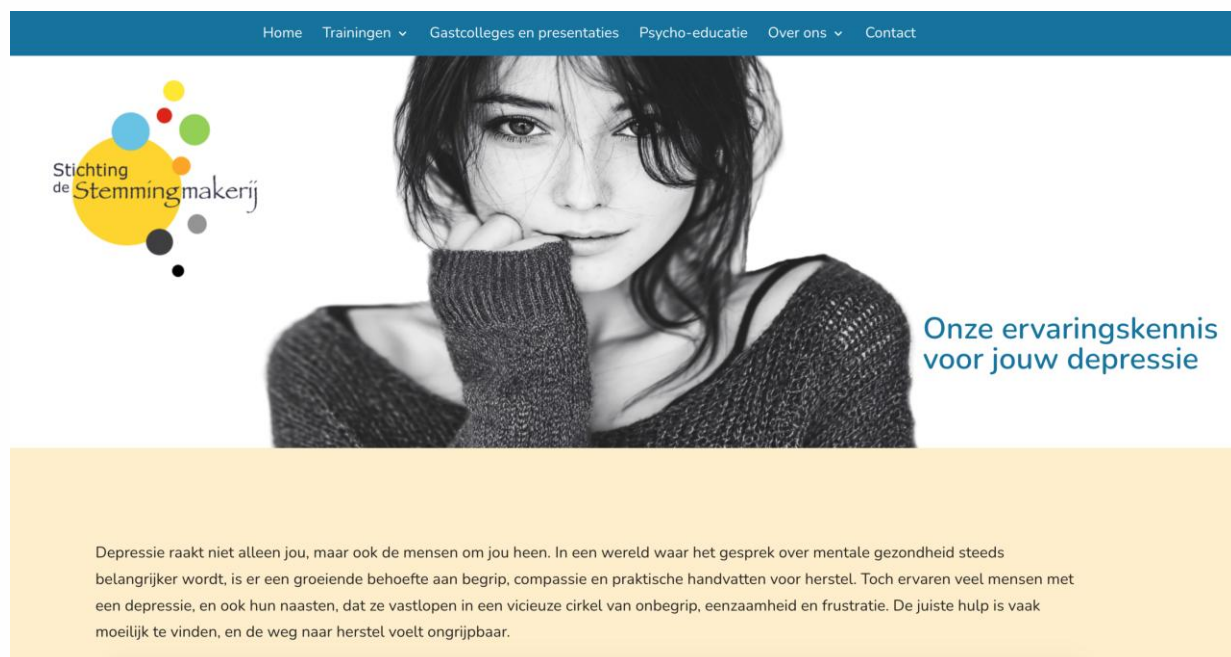
5. Behaalde doelen uit het Jaarplan 2025

Wij zijn in 2025, het eerste volledige jaar voor de stichting, vooral bezig geweest met het op orde brengen van de organisatie. Er zijn activiteiten uitgevoerd en een aantal mijlpalen en successen behaald.

5.1. Administratie

- Er is een werkende financiële administratie in orde gemaakt voor de dagelijkse financiële administratie en boekhouding. Dit systeem is in eigen beheer ontwikkeld.
- Op basis van de financiële administratie hebben we de jaarrapportage 2025 én de begroting van 2026 kunnen maken.

5.2. Logo, huisstijl en website



Homepage van de website

We hebben een logo en huisstijl ontwikkeld. Het resultaat daarvan is te zien in de opmaak en lay-out van dit jaarverslag, het jaarplan, het briefpapier, de facturen, de website en het format voor een PowerPointpresentatie.

In november is onze website online gegaan.
We zijn er bijzonder trots op en krijgen positieve reacties.

5.3. Uitgevoerde en geplande activiteiten

Dit is het een overzicht van de activiteiten die in 2025 zijn uitgevoerd.

Datum	Omschrijving	Organisatie
18 december	Gastcollege	HAN Nijmegen
15 december	Masterclass	HAN Nijmegen
11 december	Psycho-educatie	TOPGGz Expertisecentrum Depressie Pro Persona
23 oktober	Lecture, met hoogleraar	Opleiding GGz-psycholoog CureCare Arnhem
17 oktober	Lecture, met hoogleraar	Opleiding GGz-psycholoog CureCare Woerden
27 mei	Gastcollege	HAN Nijmegen
13 mei	Lezing	Carinova Mantelzorg Hardenberg
24 april	Psycho-educatie	TOPGGz Expertisecentrum Depressie Pro Persona
8 april	Lezing	Luisterlijn Amersfoort
5 april	Lezing	Luisterlijn Rotterdam
24 februari	Lezing	Carinova Mantelzorg Raalte
28 januari	Lezing	Caritas Mantelzorg Urk
23 januari	Psycho-educatie	TOPGGz Expertisecentrum Depressie Pro Persona
20 januari	Masterclass	HAN Nijmegen



Lezing bij Caritas Mantelzorg Urk

6. Radio-uitzending Het Hapsis Huis

Op uitnodiging van Leander Tijdhof van Het Hapsis Huis hebben we meegewerkt aan een radio-uitzending. Een uur lang is Peter Oostelbos bevraagd en is er gesproken over wat het is om een depressie te hebben, over deze stichting en het werk dat wordt gedaan. De uitzending is te beluisteren via deze [link](#).



Het Hapsis Huis Radio-uitzending op 15-06-2025

7. Financiën

7.1. Jaarrekening 2025

De jaarrekening geeft een overzicht van de baten en de lasten, en het financiële resultaat. Een toelichting hierop staat in paragraaf 7.3.

Grootboek	Omschrijving	Realisatie 2025	Realisatie 2024
Baten			
4105	Training	€ 0,00	€ 0,00
4110	Workshop	€ 0,00	€ 0,00
4115	Gastcollege/Masterclass	€ 912,26	€ 0,00
4120	Lezing/presentatie	€ 862,14	€ 0,00
4125	Psycho-educatie	€ 162,42	€ 342,50
4130	Advisering	€ 0,00	€ 542,10
4135	Intervisie	€ 0,00	€ 0,00
4140	Supervisie	€ 0,00	€ 0,00
4145	Studiedagen/Congres/Symposium	€ 0,00	€ 0,00
4170	Reiskosten – Baten	€ 0,00	€ 0,00
4180	Onderzoek	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Projecten/Activiteiten	€ 1.936,82	€ 884,65
4205	Ontvangen rente	€ 0,00	€ 0,00
4215	Donaties	€ 0,00	€ 0,00
4220	Subsidies	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Financiële baten	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Baten	€ 1.936,82	€ 884,65
Lasten			
5105	Locatiehuur	€ 0,00	€ 0,00
5110	Materiaal	€ 0,00	€ 0,00
5115	Catering	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Projecten/Activiteiten	€ 0,00	€ 0,00
5205	Inhuren assistenten/trainers	€ 0,00	€ 0,00
5210	Vrijwilligersvergoedingen	€ 0,00	€ 0,00
5215	Externe advisering	€ 0,00	€ 323,59
	Totaal Lasten derden	€ 0,00	€ 323,59
5305	Portokosten	€ 0,00	€ 0,00
5310	Automatiseringskosten	€ 0,00	€ 0,00
5315	Overige kantoorkosten	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Kantoorkosten	€ 0,00	€ 0,00

5410	Cursus/Opleiding	€ 42,99	€ 0,00
5415	Media	€ 0,00	€ 0,00
5430	Projecten	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Kennisontwikkeling	€ 42,99	€ 0,00
5505	Website	€ 1822,54	1636,53
5510	Folders/Drukwerk	€ 0,00	€ 0,00
5515	PR en representatie	€ 239,89	€ 0,00
5520	Publicaties/Artikelen	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal PR & Communicatie	€ 2062,43	€ 1636,53
5605	Bestuursvergoeding	€ 0,00	€ 0,00
5610	Bestuurskosten	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Bestuur	€ 0,00	€ 0,00
5705	Ambassadeursvergoeding	€ 0,00	€ 0,00
5710	Ambassadeurskosten	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Ambassadeurs	€ 0,00	€ 0,00
5805	Betaalde rente	€ 0,00	€ 0,00
5810	Bankkosten	€ 213,27	€ 40,50
5815	Dubieuze debiteuren	€ 0,00	€ 0,00
	Totaal Financiële lasten	€ 213,27	€ 40,50
	Totaal Lasten	€ 2.318,69	€ 2.000,69
	Resultaat	- € 381,87	- € 1.115,97

7.2. Balans

In de balans wordt de financiële situatie weergegeven per 31 december 2025.

Activa		Passiva	
Debiteuren	€ 769,92	Crediteuren	€ 0,00
Te vorderen BTW	€ 0,00	Af te dragen BTW	€ 0,00
Liquide middelen	€ 4.872,16	Voorzieningen	€ 0,00
Totaal Vlottende Activa	€ 5.642,08	Totaal Vreemd vermogen, kort	€ 0,00
		Lening	€ 6.370,00
		Totaal Vreemd vermogen, lang	€ 6.370,00
		Weerstandsreserve	€ 0,00
		Bestemmingsreserve	€ 0,00
		Eigen vermogen	- € 727,92
Totaal Activa	€ 5.642,08	Totaal Passiva	€ 5.642,08



7.3. Toelichting financiële jaarrekening

In deze toelichting wordt uitleg gegeven over de baten van de stichting en welke kosten (de lasten) er zijn gemaakt voor de activiteiten over 2024.

7.4. Baten

Het totaal van de baten is afgerond € 1937. Dit is een ruime verdubbeling ten opzichte van 2024.

7.5. Lasten

Het totaal van de lasten is afgerond € 2.319. Dit is een lichte verhoging ten opzichte van 2024. Deze verhoging is toe te schrijven aan de kosten voor het bouwen van de website en uitgaven voor PR & Communicatie.

7.6. Resultaat

In 2024 heeft de stichting een eindresultaat bereikt van afgerond - € 382. Dit is een forse afname ten opzichte van 2024. Deze afname is toe te schrijven aan de ruime verdubbeling van de baten.