

Vereniging voor Mindfulness



Februari, 2026

Inhoudsopgave	Pag.
Jaarverslag 2025	
Inleiding	3
1. Een mindfulness vereniging zijn	3
2. Een mindful netwerk zijn	3
3. Een platform voor ontwikkeling zijn	4
4. Een verbindende factor voor samenleving en leden zijn	4
5. Faciliterend voor professionals zijn	5
5.1 Website en back office	5
5.2 Symposium 4 juni	5
5.3 Jaardag Vereniging voor Mindfulness	5
5.4 Online workshops	5
Afsluiting	7

Inleiding

Met plezier presenteren wij het jaarverslag 2025 van de Vereniging voor Mindfulness. Dit verslag biedt een terugblik op de activiteiten, ontwikkelingen en resultaten van het afgelopen jaar.

2025 is het tweede jaar waarin wij uitvoering geven aan de missie, visie en strategie die in 2024 zijn vastgesteld voor een periode van drie jaar. Deze meerjarenstrategie vormt het fundament onder ons handelen en geeft richting aan onze keuzes en activiteiten.

De missie van de Vereniging voor Mindfulness is het realiseren van de volledige potentie van mindfulness, met als doel bij te dragen aan het welbevinden van ieder mens en daarmee collectieve vrede en duurzaamheid.

Onze visie is om een inspirerend en betrouwbaar platform te zijn voor zowel de mindfulnessprofessional als de mindfulnessbeoefenaar. Een plek waar ontmoeting, verdieping, kwaliteit en verbinding centraal staan.

De strategie om deze missie en visie te verwezenlijken is uitgewerkt aan de hand van vijf strategische pijlers. In dit jaarverslag beschrijven wij de activiteiten van 2025 aan de hand van deze pijlers.

1. Een mindfulness vereniging zijn

Voor de Vereniging Voor Mindfulness staat de mindfulle houding centraal. De diverse methodieken – MBSR/MBCT, MBE, S-MBR opvoeding & onderwijs en Mindfulness Based Childbirth & Parenting – zien wij als verschillende trainingsvormen die deze houding ondersteunen en verdiepen. Zoals Edel Maex treffend verwoordt: mindfulness vraagt om training, en methodieken zijn de vormen waarin deze training plaatsvindt.

Met vaststellen van het document Missie, Visie en Strategie beschikt de vereniging over een duidelijke leidraad en een stevig fundament. In 2025 is bij alle activiteiten bewust stilgestaan bij de vraag hoe deze op een mindfulle wijze vormgegeven kunnen worden. Dit geldt zowel voor bijeenkomsten en symposia als voor bestuursvergaderingen en overlegmomenten.

2. Een mindful netwerk zijn

Het actief onderhouden en versterken van het netwerk van mindfulness beoefenaars en professionals is een belangrijke pijler binnen de Vereniging Voor Mindfulness. In 2025 is dit onder andere gerealiseerd door het versturen van nieuwsbrieven en nieuwsflitsen, waarin leden transparant en zorgvuldig zijn geïnformeerd over de ontwikkelingen binnen de Vereniging en aankomende activiteiten.

Daarnaast wordt de Vereniging Voor Mindfulness op het gebied van sociale media ondersteund door Esmé Boon, virtual assistent. Met name LinkedIn wordt ingezet als platform, aangezien dit het meest gebruikte netwerk is onder onze professionele leden.

In 2025 vonden twee Algemene Leden Vergaderingen plaats, op 14 februari en 12 december. Deze online bijeenkomsten boden ruimte voor besluitvorming, ontmoeting en uitwisseling.

Het ledenaantal bedroeg in 2025... *nader in te vullen*

Het bestuur bestond uit;

- Nol van Drunen – voorzitter
- Corinne Embsen – secretaris
- Willem van der Kooij – penningmeester
- Corine Lepoutre – communicatie
- Kiran de Waal – workshops

De commissie Mindfulness Professional Register bestond uit: Nol van Drunen, Anurag ten Klooster en Corinne Embsen en kwam vier keer per jaar bijeen.

De accreditatiecommissie bestond uit: Nol van Drunen en Kiran de Waal en komt bijeen indien er aanvragen zijn. In 2025 is er een nieuwe aanvraag binnengekomen. In de loop van 2026 zal hierover een besluit worden genomen.

De kascommissie bestond uit: Jan van der Werf en Ruben Verkade – van Delft

3. Een platform voor ontwikkeling zijn

De Vereniging Voor mindfulness hanteert een beroepsprofiel voor mindfulnessprofessionals dat is gebaseerd op de CanMeds methodiek. Deze internationaal erkende methode beschrijft de verschillende competenties van professionals en wordt breed toegepast binnen de zorg en aanverwante beroepsgroepen.

Het model onderscheidt 7 competentiegebieden;

1. De mindfulnessprofessional – vakinhoudelijk handelen
2. De communicator - communicatie
3. De samenwerkingspartner – samenwerking
4. De deskundige - kennis en wetenschap
5. De mindfulnessbevorderaar – maatschappelijk handelen
6. De organisator – organisatie
7. De professional en kwaliteitsbevorderaar - houding

Dit beroepsprofiel vormt de leidraad voor intervisie en supervisie in het kader van hercertificering en wordt tevens gebruikt bij workshops en symposia om competentieontwikkeling expliciet te maken.

In 2025 zijn daarnaast ontwikkelingen gevolgd en verkend met betrekking tot zorgverzekeraars en opleidingen, met als doel de positie en kwaliteit van mindfulnessprofessionals verder te versterken.

4. Een verbindende factor zijn voor samenleving en leden

De VVM onderhoudt verbindingen met relevante organisaties waaronder;

- VMBN
- Mindfulnessvereniging België
- EAMBA

Deze samenwerkingen dragen bij aan kennisdeling, afstemming en het versterken van mindfulness binnen een bredere maatschappelijke context.

5. Faciliterend zijn voor professionals

5.1 Websie en backoffice

In 2025 is verder gewerkt aan het verbeteren van de website en de digitale back-office, zodat leden eenvoudiger toegang hebben tot informatie, aanmeldingen en hercertificeringstrajecten. Helaas zijn vanwege technische problemen in het ODOO systeem de deadlines om de website en back-office operationeel te laten zijn niet op de beoogde termijn gehaald. Er wordt intensief overlegd met de Luc Castermans van de firma New-Way waar het integrale systeem voor website en ledenadministratie gekocht is om tot goede afspraken te komen.

5.2 Jaardag – Traumasensitieve Mindfulness en de polyvagaaltheorie in de praktijk

Op 28 maart organiseerde de VVM haar Jaardag in de Maria Christuskkerk te Den Dolder. Het symposium werd georganiseerd in samenwerking met de Academie voor Open Bewustzijn en Werkplaats Aandachtig leven en werd zeer positief gewaardeerd door de deelnemers, met een gemiddeld cijfer van 8,5.

In de ochtend verzorgden Dorle Lommatzsch en Linda Schipper inspirerende lezingen, waarin traumasensitieve mindfulness werd verdiept vanuit de polyvagaaltheorie. In de middag vonden diverse workshops plaats, waarin veiligheid centraal stond, onder andere verzorgd door Anja Boers, Chames Nouri, Karin Bosveld en Esther van Pelt.

De locatie bood een passende setting. Aandachtspunt was de temperatuur in het gebouw. Voor het volgende symposium is besloten opnieuw voor deze locatie te kiezen maar dan in een warmere periode van het jaar.

5.3 Landelijk Mindfulness Symposium – Veerkracht

Op 4 juni 2025 vond het Landelijk Mindfulness Symposium plaats in het RadboudUMC Expertisecentrum voor Mindfulness te Nijmegen, in samenwerking met de Vereniging Voor Mindfulness en de VMBN.

Het ochtendprogramma bestond uit lezingen van Rogier Hoenders, Guusje Collin en Chris Tamidjidi, die ieder vanuit hun expertise het thema veerkracht belichtten. In de middag werden diverse workshops aangeboden, onder andere over Positieve Gezondheid. Deze laatste workshop werd verzorgd door Anne-mieke en Marijke van Duinhoven en was de inbreng van de Vereniging Voor Mindfulness op dit symposium.

5.4 Online workshops

Online workshops vormen een belangrijk en toegankelijk onderdeel van het activiteiten aanbod van de Vereniging Voor mindfulness. Door te werken met een vrijwillige bijdrage zijn deze workshops kostendekkend en laagdrempelig. In 2025 werden de volgende workshops georganiseerd;

16 januari: Ontdek de kracht van ACT met Lego Serious Play® - David de Witte en Marita van Gerven.

Lego Serious Play® is een creatieve toolkit om complexe uitdagingen visueel inzichtelijk te maken. Deze workshop was een eerste blik op hoe je deze methode kunt inzetten in individuele coaching en groeps-sessies.

14 februari: Toepassing van Mindfulness (aansluitend aan de Algemene ledenvergadering)

Doel van de workshop was:

- Met elkaar in gesprek komen over mindfulness;
- Ontdekken hoe andere met mindfulness omgaan (zonder oordeel);
- Van elkaar ideeën opdoen en leren;

De deelnemende leden zijn in kleine groepjes uiteengegaan en hebben de volgende vragen gesproken:

- Hoe beoefen jij je eigen mindfulness?
- Wat zijn de belangrijkste accenten voor jou?
- Hoe pas jij de mindfulness toe ten behoeve van anderen?

25 februari: De kracht van groepen optimaal leren gebruiken - Nancy Meesters, psycholoog en groeps-psychotherapeut en Hende Bauer, psycholoog en GZ-psychotherapeut.

In deze workshop werd stilgestaan bij de mindfulnessstraining in groepen. Hoe geef je als trainer de groep vorm? Hoe draag je bij aan een veilige sfeer waarin ook ruimte is voor verschillen en ieders ervaringen en ontwikkelingen? Er werd interactief aandacht besteed aan groepservaringen en de taken van de mindfulnesstrainer in het begeleiden van het groepsproces.

3 april: Aandachtige gespreksvoering; luisteren en niet doen – Ger Schurink, psycholoog en psychotherapeut

In deze workshop is dieper ingegaan op de diverse aspecten van aandachtige gespreksvoering. Gesprekken verbeteren wanneer je echt luistert zonder te interveniëren. Door ruimte te bieden aan pijnlijke gevoelens lossen emotionele blokkades op.

19 mei Traumasensitieve mindfulness in het licht van de Islam en de polyvagaaltheorie – Esther van Pelt, godsdienstwetenschapper en trauma-sensitieve mindfulness therapeut

In deze workshop werd ingegaan op religie-sensitief en islamitische mindfulness en hoe dit doorwerkt in de traumasensitieve benadering. Deze workshop was een succes op de jaardag van de VVM en is om die reden herhaald.

16 juni: Traumasensitief werken in het onderwijs - een andere blik op moeilijk gedrag, Manja de Jong, trainer traumasensitief onderwijs

Workshop over het ontstaan en de gevolgen van trauma bij jongeren. Traumagedrag is vaak moeilijk te duiden en/of te hanteren. Jongeren lopen vast op school en docenten en begeleiders ervaren handelingsverlegenheid. Traumasensitief werken in het onderwijs geeft meer rust en veiligheid in de klas, een betere verstandhouding met de jongeren en zorgt voor meer begrip onderling.

15 september: Mindfulness verdiepen & Mindfulle Communiceren (MVMC) – Zohair Elabd, ontwikkelaar MVMC en Frits Koster, medeontwikkelaar MVMC

Over sociale mindfulness en hoe aandacht alles verandert. In deze workshop is de nieuwe methode MVMC toegelicht en zijn enkele onderdelen door middel van een interactieve sessie begeleid.

27 september: Hercertificering voor de Vereniging Voor Mindfulness - Nol van Drunen, voorzitter commissie Mindfulness Professionals Register

In deze workshop is het proces van hercertificeren toegelicht waarbij aandacht voor de minimale richtlijnen voor hercertificering en de aanvraag via de website.

11 december: Veerkracht is meer dan mindfulness – Nol van Drunen, voorzitter VVM

Workshop over de achterliggende thema's van veerkracht met het boek Veerkracht en Balans van Chris Tamidjidi als theoretisch kader.

12 december: Ontwikkeling van de Vereniging Voor Mindfulness (aansluitend aan de Algemene ledenvergadering) – Nol van Drunen

In dit deel van de Algemene ledenvergadering is tijd een aandacht besteed om met de leden in gesprek te gaan over de toekomst van de Vereniging Voor Mindfulness. De vereniging wil zich in de toekomst ook graag richten op mindfulnessbeoefenaars om zo een breder publiek te bereiken. Als voorbeeld hier toe dient de Mindfulnessvereniging België.

Afsluiting

In de afsluiting van dit jaarverslag willen we graag stilstaan bij alle mooie activiteiten die wij bereikt hebben. De Vereniging Voor Mindfulness steekt energie in het bouwen aan een toekomstbestendige vereniging met digitale middelen om leden en belangstellenden te bereiken en te ondersteunen. Iedereen die mindfulness een warm hart toedraagt is welkom in de vereniging, inclusiviteit staat voorop, samen zijn we sterk. Wij willen daarom alle leden bedanken voor de steun, betrokkenheid en samenwerking.

Namens het bestuur van de Vereniging Voor Mindfulness