

Jaarverslag 2025

Inleiding

OOK biedt herkenning, troost en perspectief. Dit doen wij door het organiseren van lotgenotencontact, informatievoorziening en voorlichting. Zonder vrijwilligers geen activiteiten en gelukkig is er een groep (ongeveer 80) van lotgenoten die zich structureel of incidenteel inzetten voor OOK. Een kleine stabiele groep lotgenoten is soms jaren actief in een werkgroep of in de regio. Deze groep is van essentieel belang voor de continuïteit van activiteiten voor leden.

De vele vrijwilligers die dit aanbod mogelijk maken worden ondersteund door de vrijwilligerscoördinator en door het bestuur. Zij worden ook getraind door de werkgroep communicatietraining en door de werkgroep Voorlichting. Het bestuur organiseert regelmatig digitale overleggen met de regiocoördinatoren om ervaringen uit te wisselen.

De werkgroep trainingen organiseert leerbijeenkomsten voor contactouders en voor gespreksbegeleiders. In 2025 is er door de vrijwilligerscoördinator en het bestuur een vrijwilligers dag georganiseerd voor alle vrijwilligers. De aanwezige vrijwilligers hebben dit als heel prettig ervaren.

Daarnaast organiseren regio's ook bijeenkomsten voor en door hun vrijwilligers om elkaar goed te leren kennen, afspraken te maken en een band op te bouwen.

In dit jaarverslag zijn de vele landelijke en regionale activiteiten beschreven die door de inzet van alle vrijwilligers hebben plaatsgevonden.

Het bestuur zet zich in voor een soepel lopende organisatie ter ondersteuning van de vrijwilligers, zowel op financieel gebied als op de interne communicatie.

Het systeem van online declareren wordt door alle vrijwilligers gebruikt en hierdoor hebben we een goed overzicht gekregen van de uitgaven per werkgroep en per regio. Door dit per kwartaal te communiceren naar de vrijwilligers zijn zij ook goed op de hoogte van hun budget en gerealiseerde uitgaven.

Er zijn nieuwe Handleidingen opgesteld voor bijvoorbeeld declareren onkosten, organiseren van een activiteit, functiebeschrijvingen voor de regiocoördinator en in het Handboek OOK staat alle informatie over de organisatie OOK.

Deze handleidingen worden steeds bijgewerkt als er veranderingen zijn en zijn toegankelijk voor alle vrijwilligers op de teamsite OOK van Office 365.

In samenwerking met MEO is begonnen met het ontwikkelen van een ledensite waar iedereen de NABIJ digitaal kan lezen en op thema artikelen kan selecteren. Er komt hierin ook een extra site voor de vrijwilligers waar zij alle informatie over OOK kunnen vinden.

Binnen het bestuur vonden veel wisselingen plaats, vooral de functie van penningmeester werd niet langdurig door 1 persoon ingevuld. Hierdoor moest een ander bestuurslid deze taak tot twee keer op zich nemen. Aan het einde van 2025 kwam gelukkig zicht op nieuwe bestuursleden en een nieuwe penningmeester.

Ledenbestand:

Het aantal leden blijft stabiel op ongeveer 1650 leden en 9 donateurs. Hiervan is ongeveer 60% vrouw en 40% man. Wel waren er veel nieuwe aanmeldingen, maar door opzeggingen aan het einde van het jaar is het totaal net iets meer dan vorig jaar.

Voor zover de leeftijd bekend is heeft de grootste groep leden een gemiddelde leeftijd tussen 50-70 jaar. De kleinste groep is onder de 40 jaar. De leden zijn heel verschillend verspreid over het land. Provincies Zuid-Holland, Noord-Holland, Brabant en Gelderland hebben de meeste leden. Provincies als Zeeland, Limburg, Flevoland, Drenthe en Groningen hebben het minste aantal leden.

In de provincies met een klein aantal leden (bv 40) vinden ook vaak minder activiteiten plaats, aangezien er dan ook niet veel vrijwilligers actief zijn.

Hieronder een korte samenvatting van activiteiten in 2025.

A. Organiseren van Lotgenotencontact

Lotgenotencontactlijn:

OOK biedt voor elke lotgenoot de mogelijkheid tot een gesprek en eerste contact via de Lotgenotencontactlijn. Men kan online een formulier invullen en dan bellen de vrijwilligers terug. Zij luisteren naar de vraag en vertellen wat OOK te bieden heeft. Vaak verwijzen zij door naar een contactouder in de regio. In 2025 hebben deze vrijwilligers met ongeveer 100 personen gesproken.

Landelijke dag:

Op 15 maart 2025 is de jaarlijkse Landelijke dag georganiseerd in De Schakel in Nijkerk. Deze dag is bedoeld voor lotgenoten die hun kind verloren hebben. Er mogen zowel leden als niet-leden aan deelnemen.

Het maximumaantal deelnemers (voor de grote zaal) is bereikt en er was zelfs een wachtlijst. Er was een spreker in de ochtend, gezamenlijke lunch en verschillende workshops in de middag georganiseerd. De conclusie was dat in 2026 voor het plenaire gedeelte een grotere zaal nodig is.

Regioactiviteiten:

In bijna alle regio's (provincies) worden activiteiten georganiseerd door vrijwilligers. In Groningen zijn na een lange tijd stilte gelukkig 2 nieuwe vrijwilligers begonnen om activiteiten weer op te starten. In Amsterdam worden nu ook wandelingen en een inloop georganiseerd, dankzij twee nieuwe vrijwilligers. Limburg is helaas de enige regio waar het niet lukt om meerdere vrijwilligers te vinden die activiteiten willen organiseren.

De bedoeling is dat er in elke regio een regiocoördinator is die samen met veel vrijwilligers verschillende activiteiten organiseert. Vaak is dit veel werk voor 1 persoon en daarom ontstaan er steeds vaker regionale kernteams die met elkaar de taken verdelen. In Noord-Holland is men daarmee gestart en blijkt deze werkwijze succesvol te zijn. Het blijft een uitdaging om voldoende vrijwilligers te vinden in elke regio om activiteiten te organiseren. Maar ook blijkt deelname aan activiteiten vaak laag te zijn, waardoor activiteiten afgezegd moeten worden. Dit is dan zowel een teleurstelling voor de sprekers en workshopbegeleiders als voor de vrijwilligers en voor de leden die wel willen komen.

Wandelingen:

Voorals de wandeling was net als in 2025 populair en vind in veel regio's plaats. Er zijn maandelijkse wandelingen in de Achterhoek, Nijmegen, Overijssel, Zuid-Holland, Noord-Holland en Gelderland.

Maar ook vonden er wandelingen plaats in onder andere: Balloo; Heesch; Hilversum; Zeist; Oranjewoud; Dwingeloo; Maarssen.

Inloop:

Daarnaast worden erin steeds meer regio's inloopmiddagen of ochtenden georganiseerd, vaak maandelijks. Onder andere in Hilversum, Doorn, Nieuwe Gein, Steenwijk, Flevoland, Santpoort.

Workshops:

Populair waren ook de workshops in de regio's. Door samen bezig te zijn ontstaat er een sfeer waarin men elkaars verhalen kan delen. Er zijn ongeveer tweeëndertig workshops georganiseerd, waaraan in totaal ongeveer 235 lotgenoten deel aan namen. (Zie ook bijlage) Dit waren onder andere de volgende workshops: vlindervlechten, vaas decoreren, tekenen, kleihanger, stenen, bloemschikken en een kookworkshop. Workshops als meditatie en yoga vinden in meerdere regio's vaker plaats, soms maandelijks.

Naast creatieve workshops worden er ook informatieve en educatieve workshops georganiseerd, zoals "Gesprek over rouw, wat is normaal".

In Houten werd de film vertoond: "Leven er konijnen in de hemel" en er is een herdenkingsconcert georganiseerd in Zenderen.

Er blijkt een behoefte bij mannelijke lotgenoten te zijn om samen activiteiten te organiseren en te ondernemen, zoals: Varen met Vaders.

De werkgroep Voor Elkaar:

Deze werkgroep organiseert landelijke activiteiten zoals: lezingen en workshops op verschillende locaties in het land. Zij helpen de regiocoördinatoren met ideeën voor activiteiten in de regio. In 2025 hebben zij 16 lezingen georganiseerd van onder andere Jolanda Norden, Rien Verbiest, Bianca Solter, Elsbeth Kuijsters. In totaal hebben hier 104 lotgenoten aan deelgenomen, maar zijn er zes lezingen niet door gegaan vanwege te weinig aanmeldingen. Aan de verschillende workshops hebben 86 lotgenoten deelgenomen.

Er is in juli een succesvolle Boottocht georganiseerd met 30 deelnemers.

Gespreksgroepen:

Er zijn gespreksgroepen georganiseerd in de regio's: Zuid-Holland, Utrecht (2), Noord-Holland (2), Friesland (vervallen vanwege te weinig aanmeldingen), Overijssel en Brabant. Ook is er een gespreksgroep speciaal voor vaders gestart. Hiervoor zijn heel veel aanmeldingen.

Ouderweekend: Voor leden van OOK

Op zaterdag 15 november en zondag 16 november vond het jaarlijkse ouderweekend weer plaats in Baarn. Er namen 29 lotgenoten deel aan activiteiten onder begeleiding van een professionele coach. Lotgenoten die voor het eerst mee gaan krijgen voorrang en er was ook dit jaar weer voldoende interesse.

B. Informatievoorziening aan leden en aan niet-leden.

Communicatie naar de leden gaat via de website, de Nabij; Erbij; sociale media en de podcasts.

Nabij:

Vier keer per jaar ontvangt elk lid de Nabij. In dit mooie vormgegeven blad staan verhalen van lotgenoten, interviews met deskundigen, boek recensies en informatie over de activiteiten en de vereniging. Elk blad heeft een ander thema wat aansluit bij de beleving van lotgenoten.

Erbij:

De maandelijkse digitale nieuwsbrief Erbij is voor iedereen die zich hiervoor opgeeft en wordt in samenwerking met het bestuur opgesteld. In 2025 is de Erbij naar ongeveer 1644 personen gestuurd.

De vaste onderdelen in de Erbij zijn:

- Voorwoord bestuurslid
- Komende maand bij OOK (agenda)
- OPROEP: schrijf mee met de Nabij
- OOK voor troost, herkenning, perspectief
- Colofon

Afhankelijk van aanbod:

- Nieuwsberichten
- Mededelingen van bestuur
- Vacatures in onze vereniging
- Een activiteit die extra aandacht behoeft
- OOK podcasts: maak rouw bespreekbaar

Sociale media:

Daarnaast is OOK actief in de sociale media. Hierbij is een groei van volgers te zien:

Bereik communicatie OOK in 2025	
Aantal FB-volgers:	Van 4777 naar 5208 volgers: 431 nieuw
Aantal Instagram-fans:	Van 1319 naar 1503 volgers: 184 nieuw
Aantal volgers op LinkedIn:	Van 447 naar 544 volgers: 97 nieuw

Podcasts 'Maak rouw bespreekbaar'

In 2025 is een nieuwe vrijwilliger gevonden voor het maken van podcasts, zodat er weer nieuwe podcasts ontwikkeld kunnen worden. De bestaande podcasts werden in 2025 beluisterd door 2343 personen.

Website overzicht bezoekers:

Paginabezoekers 2025 volgens Google Analytics 4 (GA4)	
Deze bezoekers bezochten de volgende pagina's:	
Agenda	30.436
Home	13.316
Nieuws	6.198
Ik zoek steun	3.445
Lid worden	1.954
Wie zijn wij	2.256
Ik zoek informatie	2.259
Contact	2.097

<i>Wereldlichtjesdag 2025</i>	2.366
<i>Podcasts</i>	2.343
<i>Voorlichting aan professionals</i>	877
<i>Vrijwilliger worden</i>	956
<i>Ouderweekend 2025</i>	368

Wereldlichtjesdag:

Jaarlijks worden over de hele wereld bijeenkomsten georganiseerd om gezamenlijk een kaars aan te steken voor overleden kinderen. OOK besteedt hier altijd aandacht aan via de website en social media. Er waren 2366 bezoekers op onze website voor de bijeenkomsten. In Nederland waren er dit jaar 96 bijeenkomsten door het hele land, die zich hebben aangemeld bij Wereldlichtjesdag. Waarvan 47 locaties ook gegevens hebben aangeleverd voor de website van OOK. Voor de volledigheid verwijzen we door naar de website van Wereldlichtjesdag. Een aantal van onze leden/vrijwilligers heeft actief meegedaan aan de organisatie van een lokale Wereldlichtjesdag.

C. Voorlichting door OOK

Vanuit OOK worden lezingen en gastlessen 'op maat' aangeboden. Er zijn meerdere lotgenoten die zich beschikbaar stellen hun verhaal te vertellen. Een verhaal over verlies en rouw, maar ook over het terugkeren op de werkvloer en de ervaringen die ze daarbij hebben ondervonden. De lotgenoten zijn bereid antwoorden te geven op vragen die eigenlijk te weinig worden gesteld vanuit die maatschappij. De inhoud van de gastlessen wordt in overleg aangepast op de doelgroep of het werkveld. Wij hebben hierbij als doel de zorg voor nabestaanden te verbeteren en bespreekbaar te

maken. We geven voorlichting en gastlessen aan verschillende organisaties. Via de website komen de aanvragen voor voorlichtingen/gastlessen binnen. Vrijwilligers worden begeleid door de werkgroep voorlichting. Het aanbod van gastlessen ontwikkelen we als werkgroep samen door met de vrijwilligers tijdens de ontwikkeldagen.

Werkgroep voorlichting activiteiten in 2025:

- Op maat gemaakte online gastles bij een bedrijf (1 keer, gem. 25 deelnemers)
- Op maat gemaakte gastles bij een HAVO-5 klas (1 keer, gem. 15-20 deelnemers)
- Gastlessen bij politieacademie (10 keer, gem. 15-20 deelnemers)
- Gastles op maat voor familieagenten van de Politie (2x, gem. 20 deelnemers)
- Op maat gemaakte gastles bij Politie Team Collegiale Ondersteuning (TCO) (1 keer, gem 20 deelnemers)
- Ontwikkeldagen: 1 ontwikkeldag(en) (gem 10-15 deelnemers).

D. Communicatietraining vrijwilligers:

In 2025 hebben we twee communicatietrainingen georganiseerd voor vrijwilligers die gespreksleider van groepen of contactouder willen worden. Aan elke training nemen 8 personen deel. Deze training bestaat uit 2 dagen door OOK en het volgen van een cursus bij INVOLV (Kennis en adviesorganisatie voor patiëntenorganisaties) waar men kiest voor individueel of groepsgewijs lotgenotencontact.

Bijlage 1 Overzicht van aantal workshops in regio's:

Workshops:

Gemiddeld zijn er 6-10 deelnemers aanwezig bij een workshop. Hieronder zijn alleen bij activiteiten met meer dan 10 deelnemers het aantal erbij gezet.

- Vlinder vlechten, Biddinghuizen
- Vlinder vlechten, Heerenveen
- Teken en vanuit je hart, Utrecht
- Workshop 'kroonkurken'
- Vervolggesprek over rouw, wat is normaal (Utrecht)
- Vlinder vlechten, Zundert
- Vaas decoreren, Biddinghuizen
- Armband maken, Hengelo
- Pentekening maken, Zundert
- 'Brievenbusgeluk' in Biddinghuizen
- Mindfulness Utrecht (3 keer), 11 deelnemers
- Viooltjes meppen, Emmen
- Armband of sleutelhanger, Heerenveen
- Mindfulness met Conny, Utrecht (3-maal), 23 deelnemers
- Kleihanger, Oss, 12 deelnemers
- Teken en met Tineke, Emmen
- Stippen van stenen, Zuid-Holland
- Kleihanger, Zundert
- Stenen beschilderen Emmeloord
- Workshop mozaïeken, Eindhoven
- Brievenbusgeluk, Harderwijk
- Vierde gesprek over Rouw, wat is normaal? In samenwerking met St.Tröst Utrecht
- Klankinspiratie Ermelo
- Tranenkruikje
- Bloemschikken, Hengelo, 14 deelnemers
- Workshop vlinder vlechten in Zundert, 16 deelnemers
- Vlinder vlechten Nunspeet,
- Bloemschikken, Biddinghuizen, 14 deelnemers
- Kookworkshop Drunen, 15 deelnemers