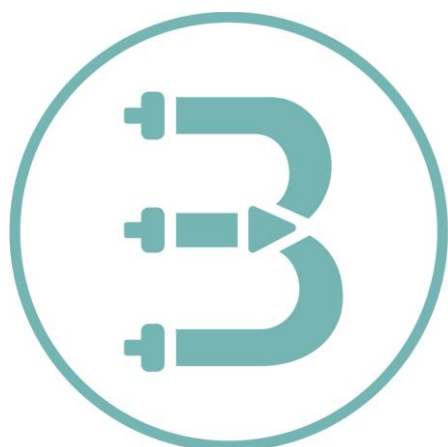




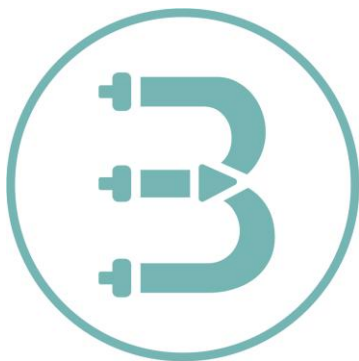
STICHTING
BRETEELS

Houvast voor jonge gezinnen
die een ouder verliezen

BELEIDSPLAN 2026

INHOUD

1. Voorwoord
2. Missie
3. Ons werk
 - A. Voor wie
 - B. Aanbod: bijeenkomsten
 - C. Aanbod: individuele ondersteuning
 - D. Aanbod: inloopochtenden
4. Jubileum
5. Projecten
6. Vrijwilligers
7. Communicatie
8. Financiën



1. VOORWOORD

Beste lezer,

Voor je ligt het beleidsplan 2026 van Stichting Bretels. Een bijzonder moment, want dit jaar vieren we ons **tienjarig jubileum**. Tien jaar Bretels. Tien jaar ontmoetingen, verhalen, verdriet, veerkracht, tranen, humor en heel veel liefde. We zijn ongelooflijk trots dat we al een decennium lang naast jonge gezinnen mogen staan die een ouder gaan verliezen of hebben verloren.

Wat begon als een initiatief van drie zussen die zelf hun moeder op jonge leeftijd verloren, is uitgegroeid tot een warm en betrokken netwerk van vrijwilligers, gezinnen, professionals en partners. De levenslessen van onze moeder –*Heb het leven lief* – vormen nog steeds de kern van alles wat we doen. Ze herinneren ons eraan dat moeilijke tijden en liefde voor het leven hand in hand kunnen gaan. En dat je altijd mag kiezen voor wat écht belangrijk is.

In dit jubileumjaar voelen we vooral dankbaarheid. Voor de ouders die ons hun vertrouwen hebben gegeven. Voor de kinderen en jongeren die hun verhalen met ons durfden te delen. Voor alle vrijwilligers die hun tijd, aandacht en hart inzetten. En voor de organisaties en donateurs die in Bretels geloven. Dankzij hen konden we groeien tot de stichting die we vandaag zijn.

Met dat vertrouwen kijken we vol energie vooruit. De komende tien jaar willen we onze ondersteuning nog verder verdiepen, meer gezinnen bereiken en blijven bouwen aan een stevige en liefdevolle basis voor jonge gezinnen die met het verlies van een ouder te maken krijgen. Samen met ons enthousiaste team blijven we zoeken naar nieuwe manieren om houvast, ruimte en verbinding te bieden.

We hopen dat je in dit beleidsplan ons enthousiasme, onze zorgvuldigheid en onze ambitie terugziet. Op naar een nieuw hoofdstuk – met evenveel liefde en passie als het vorige!

Namens onze vrijwilligers:

Anita, Charlotte, Ellen, Guus, Ilse, Jessie, Jojanneke, Judith, Judith, Joris, Kevin, Korien, Mandy, Marie Yvonne, Marije, Michiel, Petula & Sjoukje.

Nicky Westerhof | Initiatiefneemster Stichting Bretels

November 2025

2. MISSIE

Een moeder, onze moeder: Els.

Niet zomaar een vrouw maar een hele bijzondere. Zij leerde ons altijd uit te gaan van het positieve, je schouders eronder te zetten als het even tegenzit, je hart te volgen, te vechten waar je voor staat, zelfstandig te zijn, er het maximale uit te halen en bovenal *het leven lief te hebben*. Ze is op 31 mei 2004 op 46-jarige leeftijd overleden. Ze zal altijd ons voorbeeld blijven en daarom vormen haar levenslessen de basis van Stichting Bretels. Zij is onze inspiratiebron om ons in te zetten voor jonge gezinnen die één of beide ouders gaan verliezen of hebben verloren. Met een plan op maat per gezin en het faciliteren van bijeenkomsten voor volwassenen en kinderen bieden we deze doelgroep houvast in een moeilijke periode.

3. ONS WERK

Voor wie

Stichting Bretels zet zich in voor jonge gezinnen die één of beide ouders gaan verliezen of hebben verloren. Het is daarbij niet van belang wat de reden van het overlijden is. Iedereen die in een dergelijke situatie zit is welkom bij Stichting Bretels. Onder jonge gezinnen verstaan we gezinnen waarvan het jongste kind maximaal achttien jaar oud is.

Omvang van de doelgroep

Het Centraal Bureau voor de Statistiek heeft onderzocht dat in de periode 1995-2011 jaarlijks gemiddeld 6,4 duizend minderjarige kinderen één of beide ouders verliezen. Als we er grofweg vanuit gaan dat in deze regio 5% van de Nederlandse bevolking woonachtig is, betreft het jaarlijks ruim 300 nieuwe kinderen en jongeren in deze regio. Daarvan is ongeveer 17% 0-6 jaar, 32% 6-12 jaar en 51% 12-18 jaar.

Aanbod: bijeenkomsten, elkaar ontmoeten

We hebben ervaren dat er binnen de doelgroep van Stichting Bretels veel behoefte is om mensen die in een vergelijkbare situatie zitten te ontmoeten. Die behoefte is niet alleen groot gebleken onder ouders maar ook onder kinderen en jongeren. Elkaar ontmoeten, je verhaal delen en (h)erkenning vinden bij elkaar. Kinderen die na het ontmoeten van lotgenoten, die wij liever bondgenoten noemen, niet langer het gevoel hebben alleen te zijn omdat ze de aansluiting in hun klas missen. Daarom organiseren we in 2026 voor gezinnen:

- **Bretels Bondgenoten:** vijf bijeenkomsten voor kinderen en jongeren van 4 tot en met 18 jaar. De bijeenkomsten kenmerken zich als vertrouwelijk, inhoudelijk én vooral ook leuk. We maken een combinatie tussen workshops en voldoende tijd om met elkaar in gesprek te gaan. Ook zoeken we naar diversiteit in de activiteiten. Zo is er ruimte voor een dagje uit, creativiteit en beweging. Ouders zijn niet aanwezig bij de activiteit. Ze kunnen ervoor kiezen om zelf iets te doen of om met meerdere ouders bij elkaar te komen op een door ons gereserveerde locatie. In 2026 is Bretels Bondgenoten op 8 februari, 12 april, 28 juni, 27 september en 22 november.
- **Bretels Bijeen:** vijf bijeenkomsten voor ouders. Er zijn zowel ouders welkom die hun partner verloren hebben als ouders die weten dat dat ze te wachten staat. Tijdens de bijeenkomsten stellen we soms een thema centraal waarvoor we een deskundige uitnodigen om over het onderwerp te vertellen. Maar we hebben ook workshops of maken met elkaar een wandeling. Belangrijk is in ieder geval dat er vooraf en na afloop voldoende ruimte is om met elkaar en met vrijwilligers in gesprek te gaan. In 2026 is Bretels Bijeen op 12 februari, 25 maart, 13 mei, 24 juni en 14 oktober.

- **Bretels Jongeren:** vier bijeenkomsten speciaal voor jongeren (14 tot 18 jaar). Uiteraard zijn de jongeren ook altijd welkom tijdens Bretels Bondgenoten maar de ervaring leert dat ze liever aansluiten bij de uitjes voor jongeren. Dit jaar zijn de bijeenkomsten in week 8, 21, 36 en 47. In overleg met de jongeren prikken we een datum die ze past in deze weken.
- **Bretels Buitendag:** tijdens de Bretels Buitendag op 12 augustus 2026 zijn zowel ouders, kinderen als jongeren (ook ouder dan 18) welkom. Kortom: een dag voor het hele gezin die in het teken staat van zomerse activiteiten op een nader te bepalen locatie.
- **Bretels Besluit:** een bijeenkomst aan het einde van het jaar is er ook speciaal voor het hele gezin. We koken met elkaar en eten aan lange tafels op een nader te bepalen locatie. In 2026 vindt Bretels Besluit plaats op maandag 28, dinsdag 29 of woensdag 30 december.

Aanbod: individuele ondersteuning

Stichting Bretels gaat uit van de gedachte dat ieder mens, ieder gezin en iedere situatie uniek is. Daarom bieden we naast de bijeenkomsten gezinnen ook individuele ondersteuning op basis van hun behoefte.

De ervaring van de afgelopen jaren heeft ons geleerd dat een individuele hulpvraag meestal niet in één keer duidelijk is. In sommige gevallen komt een hulpvraag pas boven als we iemand wat beter leren kennen. Daar is dan ook alle ruimte en tijd voor. Bovendien is elke vraag weer anders omdat elke situatie anders is. Daarom vinden we het belangrijk om elke individuele vraag met zorg en aandacht te onderzoeken en waar mogelijk daaraan ook invulling te geven.

Hoe gaan we te werk? Gezinnen weten ons via verschillende wegen te vinden. Bijvoorbeeld via professionals zoals de huisarts, het Centrum voor Jeugd en Gezin of via het ziekenhuis. Ook worden mensen door hun sociale omgeving op ons geattendeerd, wijst de school van de kinderen ouders erop of ze lezen over ons in de (lokale) media of op Facebook/Instagram. Een kennismaking met het betreffende gezin doet een van de coördinatoren van de stichting vaak telefonisch. Als de hulpvraag of behoefte nog niet duidelijk is in dit gesprek is dat natuurlijk geen enkel probleem. Het gaat om een korte wederzijdse kennismaking. Dit gesprek kan dan ook een eerste stap zijn in de beoordeling of Stichting Bretels daadwerkelijk iets voor het gezin kan betekenen. Indien we daar nog over twijfelen kunnen we dat benoemen en in de volgende fase nader uitzoeken.

Naar aanleiding van het telefoongesprek wordt, afhankelijk van de vraag, een persoonlijke afspraak gemaakt op een plaats die voor het gezin veilig en comfortabel voelt. Meestal is dat in de thuissituatie van het gezin. Er gaan altijd twee vrijwilligers naar deze kennismaking. Tijdens het kennismakingsgesprek inventariseren we met elkaar waar bij het gezin behoefte aan is. Ook leggen we in dit gesprek uit waar Stichting Bretels voor staat, waar we hen bij kunnen ondersteunen en wat

onze werkwijze is. We vinden het namelijk belangrijk om verwachtingen goed naar elkaar uit te spreken. De ervaring leert dat dit gesprek een belangrijke eerste stap is en in veel gevallen al verlichting brengt omdat een lastige drempel genomen is.

Op basis van de uitkomsten van het gesprek maken we een plan op maat. We bespreken of we de ondersteuning zelf kunnen geven door de inzet van onze vrijwilligers of dat we aanvullend op zoek moeten gaan naar professionele partners die ons kunnen helpen bij de uitvoering ervan.

Naast deze route hebben we ook ervaren dat we gezinnen door de deelname aan onze bijeenkomsten steeds beter leren kennen. Daarmee groeit wederzijds vertrouwen en komen individuele vraagstukken daarmee sneller ter sprake. Een mooie manier om ook langs die weg, in elke fase waarin een gezin zich bevindt, invulling te geven aan persoonlijke behoefte.

Een aantal trajecten die in 2025 gestart zijn, zullen in 2026 verder doorlopen.

Om een idee te krijgen wat individuele ondersteuning kan omvatten geven we hieronder een aantal voorbeelden. Deze lijst is natuurlijk niet uitputtend en we staan open voor alle vragen die ons bereiken. We proberen daar zo flexibel mogelijk mee om te gaan en samen met het gezin te onderzoeken wat Stichting Bretels kan betekenen.

- Het vervullen van een laatste wens voor het overlijden van één van de ouders.
- Laagdrempelig verhaal delen bij één van onze vrijwilligers.
- Meedenken over praktische ondersteuning na het overlijden van een van de ouders.
- Faciliteren van professionele ondersteuning bij het vertellen aan de kinderen of omgeving dat één van de ouders komt te overlijden. Dat kan eventueel ook in de fase na een overlijden zijn door handvatten te geven hoe daar in de opvoeding van (en omgang met) kinderen en jongeren mee om te gaan.
- Faciliteren van professionele ondersteuning bij het op orde krijgen en houden van de financiële situatie.
- Faciliteren van professionele ondersteuning bij het op orde krijgen van het huis.
- Begeleiding van mensen richting andere instanties. Veel is in Nederland immers goed geregeld maar mensen weten niet altijd waar ze terecht kunnen. Stichting Bretels wil graag een platform zijn dat kennis heeft van de sociale kaart en zo mensen op weg kan helpen naar de juiste plaats.

Voor de ondersteuning van gezinnen, zowel individueel als tijdens de bijeenkomsten, hebben we de volgende kwalitatieve doelstellingen:

- Ontmoetingen organiseren voor zowel kinderen, jongeren als volwassenen. Deze ontmoetingen kenmerken zich als laagdrempelig, verbindend en hebben een positieve basis.
- Individuele ondersteuning van gezinnen is altijd op basis van een plan op maat. De behoefte van het gezin staat daarin te allen tijde centraal. Gedurende die periode wordt het gezin

ondersteund door een coördinator en een van de vrijwilligers die we daarvoor speciaal opleiden.

- Ondersteuning van gezinnen is altijd op vraag en initiatief van de gezinnen zelf. Door het laagdrempelig karakter van de stichting voelen gezinnen zich snel op hun gemak en daardoor durven ze ons vragen te stellen.

Aanbod: inloopochtenden

We hebben in 2025 geëxperimenteerd met inloopochtenden met Lynn & Marjo. De ene maand konden ouders inschrijven op een timeslot van een uur om hun vragen te bespreken, de andere maand was er een themaochtend over pubers en rouw. Beiden zijn goed gegaan. In overleg gaan we bespreken hoe we in 2026 verder gaan en met welke frequentie.

4. JUBILEUM

Stichting Bretels bestaat in 2026 **tien jaar!** We zijn heel trots dat we deze mijlpaal kunnen vieren! We hebben, op het moment van schrijven, het idee om dat op de volgende manieren te doen:

- We onderzoeken of we een **podcast-serie** kunnen maken. Bijvoorbeeld elke maand van ons jubileum een podcast waarin vrijwilliger Joanneke van Mourik in gesprek gaat met.... De oprichters, ouders, kinderen, jongeren, professionals, samenwerkingspartners, het bestuur, vrijwilligers etc. Zo kunnen we ons werk – en alles wat ermee samenhangt – inhoudelijk vanuit verschillende perspectieven belichten.
- Toen Bretels vijf jaar bestond, was er een plan voor het Bretels Bestival: het beste van vijf jaar Bretels. Vanwege corona kon dit toen niet doorgaan. We onderzoeken of we dit plan opnieuw uit de kast kunnen trekken en op die dag, samen met gezinnen, (oud)vrijwilligers, sponsors, vrienden en samenwerkingspartners ons jubileum kunnen vieren met allerlei activiteiten die we in de geschiedenis van Bretels een keer hebben gedaan.

We kijken er echt naar uit om dit mooie moment vast te pakken en te vieren!

5. PROJECTEN

Stichting Bretels groeit. We zien steeds meer gezinnen en we zijn heel blij dat steeds meer mensen de weg naar onze stichting weten te vinden. Dat betekent echter ook dat het voor ons belangrijk is om richting te geven aan de zaken die we naast het werk voor de gezinnen willen – en vooral kunnen – doen. Zij zijn immers onze belangrijkste prioriteit. Desalniettemin komt er zoveel moois op ons pad! In 2026 gaan we ons daarom richten op de volgende projecten:

Scholenproject

In 2024 hebben we een tweede editie van de scholentraining georganiseerd, 2025 hebben we een middag georganiseerd waarbij scholen aan de slag zijn gegaan met het rouwprotocol van hun school. In 2026 gaan we aan de leerkrachten vragen of ze opnieuw samen willen komen, kennis en ervaringen willen uitwisselen en wellicht een stukje training willen op een bepaald gebied.

Bretels Padeltoernooi

We gaan in 2026 in de herhaling met het Bretels Padeltoernooi voor Stichting Bretels! De opvolger van het Bretels Boulestoernooi was een groot succes dus op naar de tweede editie!

6. VRIJWILLIGERS

Bij Stichting Bretels hechten we veel waarde aan de kwaliteit van de ondersteuning verleend door onze vrijwilligers. Niet alleen voor de gezinnen maar juist ook voor het welzijn van de vrijwilliger zelf. Ze gaan immers aan de slag met een kwetsbare doelgroep en de verhalen kunnen grote impact hebben. Daarom zijn alle vrijwilligers verplicht om de Bretels Basistraining te volgen. We starten het nieuwe jaar met zeventien vrijwilligers. We gaan ervan uit dat we in 2026 geen nieuwe basistraining organiseren.

Om onze vrijwilligers deskundig, veerkrachtig en duurzaam inzetbaar te houden, organiseren wij in 2026 een vierdaagse verdiepende training: **"Hoe kan ik blijven als het om verlies gaat"**. Deze training richt zich op thema's als hechting, verlies, veerkracht en zingeving:

Hoe heb je geleerd om afscheid te nemen van iets of iemand die je dierbaar is? Wat hebben we gedaan (onbewust) om te blijven staan; te overleven en welke beweging maken we onbewust? Als het verlies te groot is en fragmenteert, hoe word je dan weer heel? En hoe kunnen we daarin ook juist de focus leggen op het "gezonde" deel. We hebben aandacht voor de manier waarop je gehecht bent en staan stil bij waar onze veerkracht vandaan komt en hoe we het verlies kunnen verweven in ons leven. Vier dagen over rouw en verlies, vier dagen over hoe andere thema's van de verliescirkel van invloed kunnen zijn op rouw en verlies.

De training bestaat uit twee blokken van twee dagen:

- Blok 1 (27 & 28 maart 2026): Welkom & afscheid nemen, soorten verlies, rouwtaken, de verliescirkel, eilandjes van verdriet.
- Blok 2 (29 & 30 mei 2026): Hechting, veerkracht, heling en zingeving.

De training wordt gegeven door twee fantastische en heel ervaren trainers: Machteld Lavell en Petra de Vreede. Machteld heeft een eigen praktijk in Bilthoven en begeleidt kinderen, jongeren en volwassenen met vragen over rouw en verlies. Ze heeft de opleiding rouw en verliesbegeleiding bij het Land van Rouw gevolgd onder leiding van Riet Fiddelaers-Jaspers en Sabine Noten. Ook haar therapeutische vervolgopleiding en de traumatraining volgde ze daar. Naast de begeleiding in haar eigen praktijk is ze een heel ervaren trainster en leidt ze zelf mensen op aan het Expertisecentrum 'Omgaan met verlies'. Dat doet ze vaak samen met Petra. Zij heeft een eigen praktijk in Herten en begeleidt als rouw- en traumatherapeute kinderen, jongeren en volwassenen die op enigerlei wijze te maken hebben met een vorm van (traumatisch) verlies of een leer(werk)vraag hebben. Ook werkt ze als supervisor en is ze lid van de examencommissie van de opleidingen van 'Land van Rouw'.

We zijn heel trots en blij dat Petra en Machteld deze verdiepende training speciaal voor ons gemaakt hebben. Het staat vrijwilligers vrij om mee te doen.

7. COMMUNICATIE

Om zowel (potentiële) gezinnen als stakeholders en anderszins geïnteresseerden te informeren over het werk dat Stichting Bretels doet zetten we de volgende middelen in:

- **Website:** op www.stichtingbretels.nl kunnen zowel gezinnen als anderszins betrokkenen informatie en contactgegevens van de stichting vinden. Mensen kunnen zich via de website ook inschrijven voor activiteiten.
- **Socials:** op de Facebookpagina / Instagrampagina van Stichting Bretels delen we nieuwtjes, wetenswaardigheden, achtergrondinformatie en ervaringen. Het is een actuele pagina waar we in 2026 een tot twee keer per week iets op delen.
- **Folder:** we hebben een Bretels flyer die we breed verspreiden. Voor speciale doelgroepen maken we op verzoek flyers op maat.
- **Presentaties:** door middel van presentaties bij organisaties en serviceclubs vergroten we de naamsbekendheid van de stichting.

Uiteraard is de interne communicatie met onze vrijwilligers ook belangrijk. Daarom versturen we elke laatste dag van de maand een Bretels Update naar onze vrijwilligers en het bestuur.

8. FINANCIËN

Op basis van de begroting 2026 hebben we voor alle activiteiten zoals hierboven omschreven een bedrag nodig van € 56.075,-. Dat is hoger dan andere jaren vanwege de vierdaagse training en de viering van ons jubileum. De dekking voor dit bedrag is voor een deel al binnen vanwege de activiteiten die we in 2025 ontplooid hebben en die bestemd zijn voor de activiteiten in 2026. Die vullen we aan met:

- Subsidie: van de gemeente Haarlem hopen we weer een mooie subsidie te ontvangen voor onze activiteiten
- Particuliere donaties: we blijven er nog steeds elke keer opnieuw verrast over, mensen die een particuliere donatie overmaken. Dat is natuurlijk ontzettend mooi en we verwachten ook in 2025 op die manier wat fondsen te genereren. We hopen ook dat mensen hun gegevens daarbij achterlaten zodat we ze persoonlijk voor hun donatie kunnen bedanken.
- Vrienden van Stichting Bretels: Ook in 2026 kunnen mensen zich weer voor langere tijd aan Bretels verbinden als 'vriend van' van de stichting.
- Evenementen: we organiseren in 2026 de tweede editie van het Bretels Padeltoernooi.
- Fondsaanvragen: voor de vierdaagse training voor onze vrijwilligers vragen we separaat fondsen aan.