



BELEIDSPLAN 2026

KvK-nummer: 85641804
Postadres: Dokter Kijlstraweg 37 9063JC Mûnein
E-mail: info@stichting-pill.nl

Inhoud

1. Inleiding	4
2. Missie en visie	5
2.1. Strategische thema's	5
2.3 Wat kun je van ons verwachten?	6
2.4 Hoe gaan we ons doel bereiken?	7
2.5 Kernwaarden	7
2.6 Paradigmashift(s)	7
3. Huidige situatie	8
3.1 Activiteiten van de organisatie	8
3.2 Doelgroepen	8
3.3 Beoogde resultaten	9
3.4 Communicatie	9
4. Organisatie	10
4.1 Bestuur	10
4.2 Adviesraad en ambassadeurs	10
5. Financiën	11

1. Inleiding

De Stichting Pill zet zich in voor **verantwoord medicijngebruik**. En specifiek psychofarmaca. Deze pillen worden te vaak, te snel, te veel en te langdurig voorgeschreven. Niet zonder risico's. Waarvan hulpvragers en hulpverleners niet altijd volledig op de hoogte zijn. We zetten ons in voor meer verantwoorde inzet van psychofarmaca. Dat doen we door een actief en laagdrempelig platform te bieden waar **ervaringskennis, naast klinische kennis en academische kennis**, gedeeld kan worden. Stichting Pill is niet anti-psychofarmaca, wel stimuleren en faciliteren wij op een kennis- en **dialoggedreven** manier graag **geïnformeerde keuzes**.

Dit beleidsplan van de Stichting PILL geeft inzicht in de doelstelling en biedt het kader voor lopende en beoogde activiteiten voor het komende jaar.

2. Missie en visie

We zijn een aantal bevlogen professionals en ervaringsdeskundigen in de gezondheidszorg en specifiek de GGZ en hebben de handen ineengeslagen om mensen bewust te maken van de risico's van psychofarmaca. Deze medicijnen worden voorgeschreven in de behandelpraktijk: te vaak, te snel, te veel en te langdurig. Naast de GGZ zien we dit ook in de ouderenzorg, jeugdzorg en gehandicaptenzorg. En dat is niet zonder risico, want deze medicijnen kunnen vervelende en zelfs ernstige bijwerkingen hebben. Helaas zijn niet alle behandelaren en hun patiënten ervan op de hoogte. Daar willen we verandering in brengen.

Het hoofddoel van de stichting is het bevorderen van het verantwoord omgaan met psychofarmaca, door zowel hulpvragers als hulpverleners. Wij richten ons daarbij niet alleen op het directe gebruik, maar ook op de (rand voorwaardelijke) structurele en maatschappelijke aspecten hiervan. De stichting heeft geen winstoogmerk.

2.1. Strategische thema's

Het hoofddoel hebben we uitgewerkt in een aantal strategische thema's. We werken daaraan op basis van onze kernwaarden.

A. Schrijf psychofarmaca verantwoord voor

PILL is niet tegen het gebruik van psychofarmaca, maar wil dat deze alleen worden voorgeschreven als onomstotelijk vaststaat dat ze nodig zijn. De omslag naar verantwoord voorschrijven gaat niet vanzelf. Daartoe moet het uitgangspunt van de zorg voor mensen met psychische klachten veranderen. Het medische en neurobiologische denkkader is er nog steeds dominant. Daarom pleit PILL voor een transformatie naar een 'inclusief' model dat uitgaat van zorg die aansluit op de complexiteit van de mens in de context waarin hij leeft. Een model waarin behandelaar en hulpvrager samen beslissen – *shared decision making* – op basis van overeenstemming vanuit een goede informatievoorziening (*informed consent*).

B. Samen en goed geïnformeerd beslissen

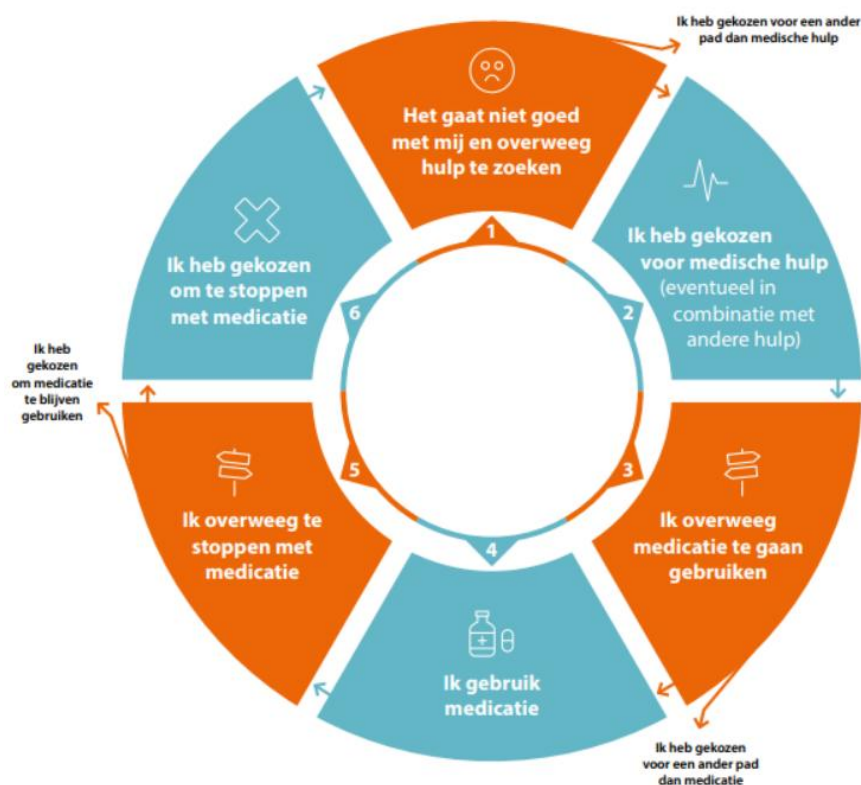
Informed consent betekent concreet dat zowel de hulpverlener als de hulpvrager op de hoogte zijn van de werking, bijwerkingen en de korte- en langetermijneffecten van psychofarmaca. Dat ze kennis hebben over het afbouwen ervan en de ontwenning en weten welke alternatieven eerst moeten worden overwogen. De uiteindelijke keuze om psychofarmaca te gaan gebruiken ligt altijd bij de hulpvrager. (Een uitzondering kan wilsonbekwaamheid zijn, maar dan nog moet je zeer voorzichtig zijn met het voorschrijven van psychofarmaca en, waar mogelijk, het eigen netwerk betrekken in het besluit).

2.3 Wat kun je van ons verwachten?

PILL brengt drie verschillende kennisbronnen over psychofarmaca samen. Het gaat om ervaringskennis (opgedaan uit de ervaringen van mensen die psychofarmaca gebruiken, of hebben gebruikt); klinische kennis (die hulpverleners hebben met het voorschrijven van psychofarmaca) en academische kennis (die voortkomt uit onderzoek). In de praktijk gaapt er een kloof tussen deze verschillende kennisbronnen die overigens even waardevol zijn.

Om de missie van PILL te realiseren vormt de theorie en aanpak van de zogeheten ‘gedragspraktijkenbenadering’ een basis voor het strategisch beleid. Deze benadering gaat uit van de kracht van veranderingen op microniveau en met name de rol die hulpvragers daarin kunnen spelen. Deze benadering zet PILL als verbindend en versterkend concept in om de drie kennisbronnen bij elkaar te brengen.

Het gebruik van psychofarmaca wordt in de dagelijkse praktijk van hulpvrager en hulpverlener bepaald op een aantal beslismomenten. Deze beslismomenten kunnen weergegeven worden in een zogenaamde ‘gebruikscyclus met betrekking tot psychofarmaca’. Een visualisatie die een herkenbare structuur van beschikbare informatie kan geven, zodat hulpvragers afgewogen en verantwoorde keuzes kunnen maken. De verschillende typen informatie (academische, klinische en ervaringskennis) uit verschillende bronnen (literatuur, podcasts, verhalenbank, video’s, onderdelen van andere websites, e.d.) zijn op deze manier te ordenen en te integreren volgens eenzelfde model.



Figuur 1: Gebruikscyclus psychofarmaca Stichting Pill

2.4 Hoe gaan we ons doel bereiken?

- PILL biedt een actief en laagdrempelig platform, met onder andere een website waarop je een zo breed en accuraat mogelijk beeld van psychofarmaca (vanuit de drie kennisbronnen) kunt vinden. Zo kan iedereen hier eenvoudig de informatie vinden die nodig is om tot een weloverwogen beslissing over psychofarmaca te komen.
- We interviewen hulpvragers, hulpverleners en wetenschappers en stellen die, onder andere in de vorm van podcasts, beschikbaar.
- We werken aan een verhalen-databank waarin patiënten (anoniem) hun ervaringen over psychofarmaca delen.
- We doen mee aan regionale en landelijke bijeenkomsten en activiteiten, bijvoorbeeld door het geven van lezingen.
- Waar mogelijk werken we samen met strategische netwerken die zich bezighouden met, of gelieerd zijn aan het doel van PILL.

2.5 Kernwaarden

Voor het handelen van de stichting zijn de volgende kernwaarden leidend:

- ☐ *Shared decision-making* op basis van *informed consent*
- ☐ Belang van het begrijpen van klachten/ontregeling en therapie in relatie met de context
- ☐ Belang van compassie voor het individu en zijn/haar narratief
- ☐ Bijeenbrengen (kenniscreatie) van 3 kennisbronnen: ervaringskennis, klinische en academische kennis
- ☐ Belang van relatie(s), verbinden en ontwikkelen van netwerken
- ☐ Samen leren en ontwikkelen middels dialoog

2.6 Paradigmashift(s)

Binnen en rondom ‘het gebied’ van het gebruik van psychofarmaca is momenteel het biomedisch en neurobiologisch paradigma dominant. Het is dringend noodzakelijk dat dit paradigma vervangen wordt door een relationeel en contextueel paradigma. Een paradigma waar de hulpvragen en zijn/haar narratief en context centraal staat en richting geeft aan therapeutisch herstel en ondersteuning.

Doordat PILL zich inzet voor nieuwe gebruikspraktijken aan de hand van de gebruikscyclus wil PILL positieve invloed realiseren op meer verantwoord omgaan met psychofarmaca als onderdeel van deze breder beoogde paradigmashift.

3. Huidige situatie

Stichting PILL vindt dat er te snel, te veel en/of te langdurig psychofarmaca worden voorgeschreven, wat grote risico's met zich meebrengt. Daarom bevordert PILL een verantwoord gebruik van psychofarmaca vanuit een breed perspectief. We doen dit door een actief platform te bieden waarbij we alle vormen van kennis bundelen en diverse activiteiten ontwikkelen om de positie van de hulpvrager te versterken.

3.1 Activiteiten van de organisatie

De lancering van de stichting heeft plaatsgevonden in maart 2022 tijdens de boekpresentatie van 'Wie is er nou eigenlijk gek', van Ewout Kattouw. Toen is ook de website van de stichting *live* gegaan.

In de afgelopen jaren zijn de volgende activiteiten ontplooid als uitbreiding van de website, uitzenden van periodieke podcasts, delen van boekbesprekingen en blogs plus vele lezingen en interviews door Ewout Kattouw.

Afgelopen jaar hebben we succesvol het **symposium "Minder pillen, betere zorg! Een ggz met minder psychofarmaca, hoe krijgen we dit voor elkaar?"** georganiseerd met sprekers als Gemma Blok, Floortje Scheepers, Jim van Os en Remke van Staveren.

In 2026 bereidt Stichting PILL, **samen met de Universiteit van Utrecht, het UMC Utrecht en de Rijksuniversiteit Groningen, een onderzoek** voor waarin klinische praktijk, academisch onderzoek én ervaringskennis systematisch worden verbonden. Doel van het onderzoek is om gezamenlijk te verkennen **waar huidige kennis, praktijken en ervaringen elkaar versterken of juist wringen, en welke concrete verbeteringen mogelijk zijn in voorschrijven, gebruik, afbouw en alternatieven**. Met een werkconferentie als startpunt hebben we het pad ingezet voor duurzame samenwerking, gezamenlijke onderzoeksagenda's en praktijkgerichte vervolgactiviteiten, passend bij de missie van PILL om bij te dragen aan een bredere paradigmashift richting relationele en contextuele zorg.

Dit jaar wordt daarnaast (verder) gewerkt aan:

- Uitzenden van video podcasts
- Verstevigen organisatie en opbouwen van financiën
- Debat aanjagen en betrokkenheid van ervaringsdeskundigen vergroten

3.2 Doelgroepen

Daarbij zijn primaire doelgroepen in lijn met de kennisbronnen:

1. Hulpvragers en ervaringsdeskundigen waarvoor de activiteiten en website toegankelijk zijn, plus familie/verwanten en patiëntenverenigingen';

2. Hulpverleners, zoals psychiaters, klinisch psychologen, GZ psychologen, verpleegkundig specialisten; onder meer via beroepsverenigingen en/of opleidingsinstituten;
3. Onderzoekers en academici van universiteiten, hogescholen, andere instituten, farmaceutische organisaties en relevante overheden (bestuurlijk en ambtelijk).

3.3 Beoogde resultaten

Dit jaar werkt de stichting aan de volgende doelen:

- Bredere bekendheid van de stichting bij de verschillende doelgroepen (hulpvragers, hulpverleners, instanties, wetenschappers, politiek, ...)
- Bredere bewustwording
- Kennis vergroting en verspreiding over verantwoord medicijngebruik
- Veranderde houding van een aantal stakeholders
- Een groter draagvlak voor de doelstelling van de stichting

3.4 Communicatie

Gedurende dit jaar ligt de focus qua communicatie op:

- Het verder promoten van de stichting bij interviews plus contacten met en via media over het boek 'Wie is er nou eigenlijk gek?' en de uitkomsten van het symposium
- Communicatie met de doelgroepen via email, social media en vermeldingen op websites als Psychosenet en Vereniging Afbouwmedicatie
- Uitbreiden en onderhouden contact met netwerk, Vrienden van Stichting Pill, donateurs en andere stakeholders
- Plus het volledig nieuw opzetten en daarmee verbeteren van onze website om nog meer de dialoog over verantwoord gebruik van medicijnen te faciliteren

4. Organisatie

De Stichting Pill' heeft haar statutaire zetel in de gemeente Mûnein.

Kerngegevens:

- KvK-nummer 85641804
- RSIN 863693143
- Eerste inschrijving handelsregister 01-03-2022
- Datum akte van oprichting 25-02-2022
- Activiteiten SBI-code: 94996 - Overige ideële organisaties
- Bevorderen van het verantwoord omgaan met psychofarmaca door zowel hulpvragers als hulpverleners

Stichting PILL is aangemerkt als Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI).

4.1 Bestuur

Het bestuur van Stichting PILL wordt gevormd door:

- Ewout Kattouw (voorzitter)
- Julie-Anne Arendsen Hein (secretaris)
- David Con (algemeen bestuurslid)
- René Verhoeven (penningmeester)

4.2 Adviesraad en ambassadeurs

De adviesraad bestaat uit de volgende leden:

- Harald Schneider (psychiater en systeemtherapeut bij BuurtzorgT en Molendrift)
- Olaf Galisch (psychiater en directeur behandelzaken divisie Herstel & Behandeling en Van Andel Ouderenpsychiatrie GGZ Friesland)

Ambassadeurs van de stichting zijn:

- Philippe Delespaul (hoogleraar Innovatie in de Geestelijke Gezondheidszorg/ klinisch psycholoog Universiteit van Maastricht)
- Floortje Scheepers (hoogleraar Innovatie in de GGZ en hoofd Afdeling Psychiatrie UMC Utrecht)
- Paul Verhaeghe (emeritus hoogleraar klinische psychologie en psychoanalyse Universiteit Gent)

5. Financiën

De financiële middelen gedurende deze periode zijn toegenomen.

De belangrijkste bron wordt gevormd door donaties. Tevens hebben we in 2024 de eerste 'Vrienden Van' onze stichting mogen verwelkomen; we zijn dankbaar voor de structurele basis waar zij aan bijdragen.

Het organiseren van het 1^e symposium in 2025 was een hele krachttoer. Ook om financieel rond te krijgen. Dat is gelukt dankzij fondsen plus succesvolle verkoop van toegangstickets. Met kaarten voor enerzijds geïnteresseerden en ervaringsdeskundigen en anderzijds professionals die PE-punten konden vergaren dankzij accreditatie van het symposium.

In samenwerking met de Universiteit van Utrecht, het UMC Utrecht en de Rijksuniversiteit Groningen zijn we onderzoek aan het opzetten en in dat kader aan het kijken naar het aanboren van andere bronnen (zoals onderzoeksgelden en subsidies).

Het beheer en de besteding van het vermogen is afhankelijk van de beschikbare middelen.

De bestuursleden ontvangen geen vergoeding voor hun bestuurswerkzaamheden.