

# Van kwetsbaar naar weerbaar

JAARVERSLAG 2009



Trimbos  
instituut

## Inhoudsopgave

Voorwoord	1
Mentaal vermogen	2
Depressie	3
E-mental health	4
Alcoholpreventie	6
Internationaal	8
Trimbos-toppers	9
Organisatie	10
P&O	13
Financiën	14
Literatuur	16

## Thema jaarverslag 2009: Kwetsbare burgers

Bang, down, uitgeput of verslaafd... Mensen doen om heel verschillende redenen een beroep op de GGz en verslavingszorg. Eén ding hebben zij echter met elkaar gemeen: door hun problematiek lopen zij het risico om op meerdere levensterreinen vast te lopen. Om die reden besteedt het Trimbos-instituut in 2010 expliciet aandacht aan 'kwetsbare burgers'. Hoe komen zij weer in hun kracht? En wat kan het Trimbos-instituut hierbij betekenen, als ontwikkelaar en leverancier van toegepaste kennis? De veertien programmahoofden van het Trimbos-instituut vertellen in de bijlage over hun plannen voor 2010.

# Voorwoord

De Nederlandse gezondheidszorg staat voor een belangrijke paradigmaverandering met ingrijpende gevolgen voor de geestelijke gezondheidszorg. Met name bij chronische aandoeningen als diabetes, COPD, verslaving en depressie wordt volgens de principes van Disease Management getracht zo vroeg mogelijk het beloop van ziekten te beïnvloeden om erger te voorkomen. Naast de behandeling van ziekten krijgt preventie hierdoor een steeds belangrijker plaats. Dit leidt tot een nieuw paradigma waarin het accent ligt op gezondheidsmanagement. De uitdagende vraag hierachter is: hoe houd je de bevolking in zijn geheel zo gezond mogelijk?

De gevolgen van deze verschuiving zijn ingrijpend. Ineens gaat het niet langer alleen om gezondheidszorgorganisaties, maar krijgen ook andere maatschappelijke partijen een actieve rol in de gezondheidsbevordering van de bevolking. Denk aan gemeenten, werkgevers en scholen. Daarnaast wordt ook de individuele verantwoordelijkheid voor de eigen gezondheid steeds belangrijker; voor mensen die gezond willen blijven en voor mensen met een ziekte. Er is bijvoorbeeld steeds meer kennis over de effecten van een gezonde levensstijl, voor zowel lichamelijke gezondheid als geestelijk welbevinden. Zo blijkt uit een recente NEMESIS-publicatie dat mensen die sporten vijftig procent minder kans hebben om een psychische stoornis te ontwikkelen dan mensen die niet sporten.

Internet is steeds meer een bron van informatie op maat over vitaliteit, ziekten en behandelmogelijkheden. Bovendien maakt internet ook nieuwe behandelvormen mogelijk, zoals de ontwikkelingen in e-mental health aantonen. Meer dan welke ontwikkeling ook leidt dit tot een kanteling van de zorg. In plaats van de professional, worden vooral de consument en patiënt het uitgangspunt voor kennisbevordering en gedragsverandering.

Vanuit het Trimbos-instituut ondersteunen we deze ontwikkelingen graag en enthousiast. De kennis die we ontwikkelen voor overheid en zorgprofessionals maken we breder toegankelijk, zodat ook andere partijen een bijdrage kunnen leveren aan de geestelijke gezondheid van Nederland. Daarnaast ondersteunen we burgers en patiënten met betrouwbare informatie en nieuwe internetinterventies.

Ook al weten we steeds meer over beschermende en risicofactoren van psychische aandoeningen, toch blijven we realistisch over het feit dat psychische en verslavingsproblemen zullen blijven voorkomen. Dat is ook de reden dat we in dit jaarverslag extra aandacht besteden aan het jaarthema 'kwetsbare burgers'. Hoe worden zij weerbaar en komen zij in hun kracht? En wat kan het Trimbos-instituut hierbij betekenen, als ontwikkelaar en leverancier van toegepaste kennis?

Om vast te stellen hoe wij vanuit onze visie en met de door ons ontwikkelde kennis zo goed mogelijk kunnen inspringen op de vragen en behoeften van gemeenten, werkgevers, onderwijsinstellingen, patiënten en consumenten, hebben we in 2009 veel en indringende gesprekken gevoerd. Dat heeft gevolgen gehad voor onze kennisontwikkeling. Die blijft van de hoogst denkbare wetenschappelijke kwaliteit. Maar we gaan die kennis de komende jaren wel veel breder uitzetten en toepassen, om op die manier bij te dragen aan een mentaal zo gezond en veerkrachtig mogelijk Nederland.

Jan Walburg, voorzitter Raad van Bestuur

# Versterking mentaal vermogen in 2009

Nederlanders behoren tot de gelukkigste wereldburgers. Waarom zijn er dan interventies nodig om ons mentaal vermogen te versterken? Leidt dat inderdaad tot meer levenskwaliteit, creativiteit en productiviteit? Deze vragen zijn een rode draad in het werk van het Trimbos-instituut in 2009.

Op de jaarlijkse CGz Kennisdag in januari komen de maatschappelijke en individuele aspecten van dit thema aan bod. Ook wordt die dag het boek *Mentaal Vermogen – investeren in geluk* van Trimbos-voorzitter Jan Walburg gelanceerd. Daarna pakken diverse media het onderwerp op met radio-, televisie- en kranteninterviews. Enkele middelgrote gemeenten nodigen het Trimbos-instituut uit om kennis uit de positieve psychologie toepasbaar te maken voor het verbeteren van de sociale cohesie. En tijdens een gezondheidsdag in de Tweede Kamer krijgen Kamerleden en fractiemedewerkers een inleiding over geestelijke gezondheid en welbevinden.

Ook internationaal is er veel aandacht voor positieve psychologie, de waarde van welbevinden en de winst die hiermee individueel en maatschappelijk is te behalen. De New Economic Foundation – een Engelse denktank op het gebied van duurzame economie – presenteert de uitkomsten van een onderzoek naar het welbevinden in de EU-landen in relatie tot het Bruto Nationaal Product. Conclusie: het BNP en welbevinden zijn direct aan elkaar gerelateerd, zelfs in rijke landen met een hoog BNP.

In juni bezoekt een Trimbos-delegatie de eerste wereldconferentie over positieve psychologie in Philadelphia. In oktober volgt een besloten bijeenkomst van het Amerikaanse Gallup Instituut in Washington over de maatschappelijke toepasbaarheid van inzichten uit de positieve psychologie. En in december vindt in Sydney de conferentie *Mind and its potential*

plaats. Vermaarde wetenschappers en andere topsprekers – waaronder de Dalai Lama – spreken daar over de ongekende mogelijkheden van de menselijke geest.

De focus op het thema resulteert in vier overzichtelijke Strategische Verkenningen over mentaal vermogen in relatie tot welbevinden, jongeren, ouderen en de Nederlandse beroepsbevolking. Uit de verkenning over de laatst genoemde groep blijkt dat werkend Nederland steeds meer onder druk staat: 58% werkt in een (te) hoog tempo, 22% geeft aan mentaal vermoeid te zijn en 10% kampt met burnout-klachten. Werk biedt echter ook structuur, richting en samenhang, en kan de ontwikkeling van mentaal vermogen enorm stimuleren. Investerings hierin leiden tot meer arbeidsplezier, hogere productiviteit en minder zorgkosten, en zijn daarom macro-economisch gezien uitermate interessant.

In 2010 verschijnen twee boeken die voortborduren op het thema. *Mental fitness* wordt een gids met praktische tips voor het werken aan een zinvol, productief en gelukkig leven. Met aandacht voor positief denken, bewust genieten, gezond leven en het leren omgaan met angst, depressie en slechte gewoonten. Het tweede boek – met als voorlopige werktitel *Zestig* – gaat in op de vraag hoe mensen ook in hun laatste levensfase een productief, bevredigend en betrokken leven kunnen leiden.

# Blijvende aandacht voor depressiepreventie en -behandeling

## Depressie-initiatief

Depressies eerder signaleren en beter behandelen. Met objectieve en doelmatige depressiebehandeling in verschillende situaties. Met dat doel start in 2005 het Depressie-initiatief: een landelijk programma gericht op uitrol en evaluatie van de multidisciplinaire richtlijn *Depressie*.

In de afgelopen vier jaar is veel bereikt met dit initiatief. Er zijn nieuwe samenwerkingsverbanden opgezet; zowel tussen de patiënt en de hulpverlening in de eerste en tweede lijn, als tussen ondersteunende instellingen, zorgaanbieders en gemeenten. Er is ervaring opgedaan met het innovatieve zorgmodel *collaborative care*. En er liggen nu diverse effectiviteitsstudies, een toetsingskader voor de inkoop van zorg, een zorgstandaard voor depressie, implementatiedraaiboeken en zelfhulpboeken. Het programma wordt in 2010 afgerond.

## Partnership Depressiepreventie

Om de bewustwording over de individuele en maatschappelijke gevolgen van depressie te verhogen, is in 2007 het zogeheten *Partnership Depressiepreventie* opgericht. Via dit partnership zet een groot aantal organisaties zich in om depressiepreventie op landelijk en lokaal niveau te bevorderen. Het Trimbos-instituut coördineert alle activiteiten.

In 2009 start in dit kader de ontwikkeling van praktisch toepasbare instrumenten voor gemeenten en bedrijven. Volksvertegenwoordigers krijgen de oproep te stemmen tegen de invoering van een eigen bijdrage voor gesprekken om depressie te voorkomen. Juist voor cliënten

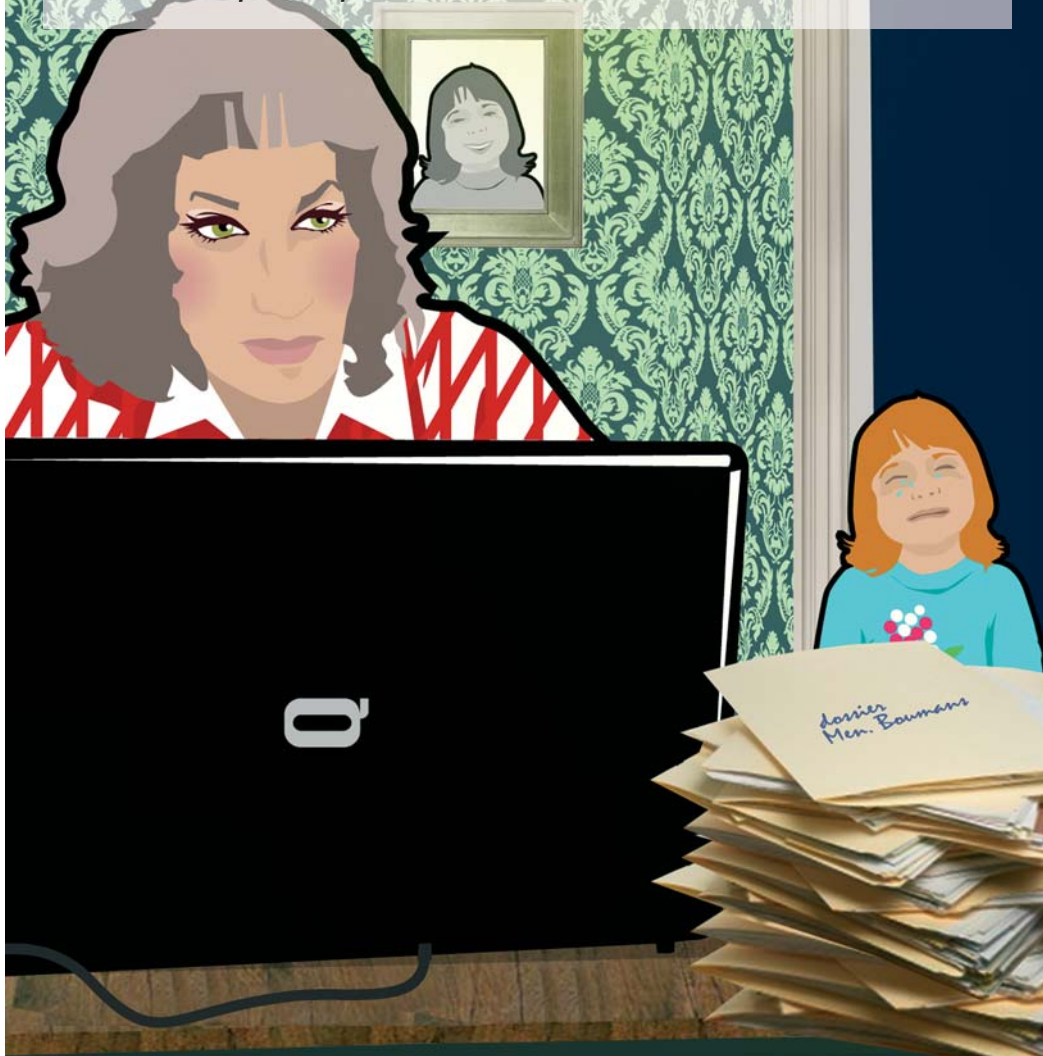
met een lage sociaaleconomische status (bij wie depressie relatief vaak voorkomt) is dat immers een extra drempel om gebruik te maken van beschikbare zorg.

Tenslotte organiseren het Trimbos-instituut en GGD Nederland namens het Partnership diverse regiobijeenkomsten om depressiepreventie beter in het lokale gezondheidsbeleid te verankeren.



# Toppositie in e-mental health internationaal erkend

Al jaren investeert het Trimbos-instituut met succes in de ontwikkeling van e-mental health. Hierdoor hoort Nederland met Zweden, Australië en het Verenigd Koninkrijk tot de toonaangevende innovatieve spelers op dit terrein.



## Congressen

Tijdens de Week van de e-Health in mei wordt geconstateerd dat internet niet meer is weg te denken in de zorg voor mensen met psychische en/of verslavingsproblemen. Met een scala aan online toepassingen werkt de geestelijke gezondheidszorg aan kwaliteit, doelmatigheid en toegankelijkheid. Tijdens deze week laat ook het Trimbos-instituut als medeorganisator het potentieel van online interventies zien. Dit krijgt een vervolg op de First International E-Mental Health Summit, half oktober in Amsterdam. Daar wordt duidelijk dat veel cognitief-gedragstherapeutische interventies inmiddels online beschikbaar zijn. De volgende slag is het terugdringen van de dropout bij online therapieën. Verder is het zaak andere media zoals de mobiele telefoon te integreren. Tijdens de Summit vindt de aftrap plaats van een nieuw project van de World Health Organisation dat het Trimbos-instituut als Collaborating Centre gaat coördineren. Het project draait om de ontwikkeling van een toolkit, waarmee wereldwijd e-health-portals tegen probleemdrinken kunnen worden gemaakt. De toolkit wordt doorontwikkeld met partners in India, Brazilië, Mexico en Belarus en afgestemd op hun behoeften. De toolkit is gebaseerd op evidence based kennis en praktijkervaringen van online alcoholinterventies.

## Nieuwe toepassingen

Dat e-health en ICT op allerlei terreinen inzetbaar zijn, blijkt uit de verschillende toepassingen die het Trimbos-instituut afgelopen jaar lanceert. In januari verschijnt chatmetbzz.nl, een chattende robot gemaakt in samenwerking met SOA AIDS Nederland. De chatbot biedt via MSM online antwoord op vragen over alcohol, drugs en veilig vrijen. Omdat jongeren internet steeds vaker raadplegen als informatiebron, is chatbot een goed alternatief voor de telefonische informatielijnen over dit soort onderwerpen.

Met het Emma Kinderziekenhuis AMC wordt eind mei OpKoersonline.nl gelanceerd: een online vertaling van de gelijknamige preventieve psychosociale groepscursus voor jonge kankerpatiënten en hun familie. Tijdens elke chat – die in oktober

2009 van start gaat – wisselen maximaal zes deelnemers anderhalf uur ervaringen uit onder leiding van twee psychologen.

Ook gaat begin 2009 een proef van start met de inzet van GPS-technologie bij ouderen met dementie. Omdat zij met een GPS-zender altijd traceerbaar zijn, biedt dit systeem hen meer bewegingsvrijheid. Daarom is het ook een uitkomst voor mantelzorgers.

## Mentaal Vita(a)ler

Het Innovatieprogramma Depressiepreventie Mentaal Vitaal moet het bereik van depressiepreventie met behulp van e-mental health vergroten. Om dit te bereiken is in 2009 onder meer gewerkt aan zeven nieuwe publiekssites, die voor een deel in 2010 toegankelijk worden. Het betreft:

- Mentaalvitaal.nl, een publieksportal voor volwassenen over psychische gezondheid;
- Boostyourmood.nl, een site voor jongeren van 16 tot 22 jaar die willen werken aan hun mentale conditie;
- Happyles, een e-learningmodule over geluk speciaal voor ROC-scholieren;
- Psyfit.nl, de eerste Nederlandse online mental fitness interventie;
- Allesondercontroleplus.nl, een site voor volwassenen met een lage sociaal economische status en licht depressieve klachten;
- AllesondercontroleTR.nl, een Turks/-Nederlandse variant;
- Depressievrij.nl, een preventieve cognitieve therapie voor volwassenen om een herhaling van een depressie te voorkomen.

Mentaal Vitaal richt zich ook op de implementatie van deze online interventies. Daarbij is een indicatieprotocol gemaakt voor de screening van deelnemers aan online depressiepreventiesites. Bovendien is gewerkt aan een keurmerk voor online interventies, dat in 2010 wordt gepresenteerd.

# Alcoholpreventie: hard nodig voor jongeren én senioren

Als nationaal alcoholinstituut neemt het Trimbos-instituut deel aan meerdere onderzoeken naar de omvang en de effecten van alcoholgebruik.



In april blijkt uit de vierjaarlijkse ESPAD-studie dat Nederlandse scholieren van 15 en 16 jaar veel alcohol drinken en blowen in vergelijking met leeftijdsgenoten in 35 andere Europese landen. Zij gebruiken echter niet meer tabak, ecstasy, cocaïne, amfetamine, heroïne en paddo's dan andere jongeren in Europa. De resultaten worden gebruikt in de alcoholcampagnes.

De hersenen van jongeren tussen de 16 en 18 jaar zijn nog volop in ontwikkeling. Daarom is het beter dat zij op die leeftijd nog geen alcohol drinken. Dit inzicht wordt opnieuw bevestigd in literatuuronderzoek dat het Trimbos-instituut en de Universiteit van Utrecht in juni presenteren. Door alcohol lopen jongeren een verhoogde kans op agressief gedrag, vergiftiging, onveilige seks en verkeersongelukken. Op langere termijn kan het alcoholgebruik ook leiden tot een grotere bevattelijkheid voor alcoholafhankelijkheid.

Alcoholgebruik blijkt bovendien een belangrijke voorspeller van ongewenste seks bij meisjes die regelmatig uitgaan. Dit blijkt uit een ander onderzoek in opdracht van het Trimbos-instituut dat in mei verschijnt. Hoe meer drank er in het spel is, hoe ingrijpender doorgaans de dwangervaringen en de spijt. Reden voor het Trimbos-instituut om het voorlichtingsmateriaal over veilig uitgaan aan te passen.

Duidelijke regels van ouders helpen jongeren om het drinken van alcohol uit te stellen. Voorwaarde is wel dat zij het eens zijn over het feit dat drinken onder de 16 schadelijk is voor de ontwikkeling en schoolprestaties. Daarom is het belangrijk om zowel ouders als kinderen hierover tegelijkertijd te informeren. Dit komt in mei naar voren uit het onderzoek Preventie van Alcoholgebruik onder Scholieren, een driejarig onderzoek waaraan 3000 jongeren en hun ouders meedoen.

## Campagne Alcohol & Opvoeding

In de campagne Alcohol & Opvoeding – die minister Rouvoet in mei lanceert – zijn de nieuwe feiten verwerkt. De slogan 'Wie trots is op z'n kind geeft een feest zonder alcohol' is vooral gericht aan ouders. Boodschap: zeg consequent 'nee' tegen alcohol bij kinderen onder de 16. De

preventie voor jongeren krijgt onder meer vorm door een videoclipwedstrijd rond het thema groepsdruk. Stoer doen en meedoen speelt immers een belangrijke rol bij het drinkgedrag van jongeren. De videoclipwedstrijd is het eerste initiatief van yourmainstage.nl, een nieuw podium waar jongeren zelf creatieve oplossingen aandragen voor problemen in hun leefwereld.

Ook het problematisch alcoholgebruik onder 55-plussers komt in 2009 in het nieuws. Uit cijfers van de Stichting Informatievoorziening Zorg en het Trimbos-instituut blijkt in juli dat steeds meer senioren een beroep doen op verslavingszorg. Met 3500 55-plussers in 1999 tot ruim 7500 in 2008 stijgt het aandeel senioren in de verslavingszorg van 14% naar 22%.

Om de effectiviteit van alcoholbehandelingen te vergroten, wordt in juni een Multidisciplinaire Richtlijn Alcohol gepresenteerd. Stoorwisselen in alcoholgebruik worden hierin benaderd als hersenziekte. De richtlijn geeft aanbevelingen voor een integrale behandeling van alcoholmisbruik en -afhankelijkheid en de complicaties daarvan.

## Congressen

Op 2 december is in samenwerking met het Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (CCV) het tweede congres Uitgaan Onder Invloed gehouden. Lokale partijen die beleidsmatig betrokken zijn bij gezond en veilig uitgaan krijgen hier vanuit verschillende invalshoeken informatie over de risico's van overmatig middelengebruik. Bar Veilig, een nieuwe methode om agressie in het uitgaansleven te voorkomen, is tijdens het congres door minister Guusje ter Horst gelanceerd. Lees meer op [barveilig.nl](http://barveilig.nl).

Op 3 december vindt het tweede Nationaal Alcohol Congres plaats, in samenwerking met het Partnership Vroegsignalering Alcohol. Hier worden enkele projecten gepresenteerd op het terrein van lokaal alcoholbeleid en nieuwe kortdurende interventies voor professionals, opvoeders en vrijwilligers.

# Trimbos Internationaal

## Drugspreventieprojecten in Macedonië en Kosovo

In Macedonië leidt het Trimbos-instituut docenten en psychologen op om drugspreventie in het onderwijs vorm te geven. Bijvoorbeeld door het ontwikkelen van schoolbeleid voor drugsgebruik en het maken van voorlichtingsmateriaal. De preventieactiviteiten worden getoetst op pilot-scholen in Skopje, Tevoto en Strumica in samenwerking met Healthy Options Skopje (HOPS). Daarna worden de pilots vertaald in een landelijk onderwijspreventieprogramma.

In Kosovo werkt het Trimbos-instituut met de Kosova Health Foundation aan een nationale drugsstrategie en een bijbehorend actieplan. In het verlengde hiervan krijgt de eerstelijnsgezondheidszorg trainingen in counseling van druggebruikers en ondersteuning van hun netwerk. Voor de drugspreventie op scholen wordt gebruik gemaakt van de expertise die in buurland Macedonië is ontwikkeld.

## Europese trends in druggebruik

Het Trimbos-instituut werkt mee aan de dataverzameling van het European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA). Uit het jaarverslag van dit waarnemingscentrum over 2009 blijkt dat cocaïne nog steeds het meest populaire stimulerende middel is in Europa. In Nederland is het percentage recente cocaïnegebruikers relatief laag: 1% tegenover 2,2% in Europa.

Van 2003 tot 2007 is het cannabisgebruik onder Europese jongeren gedaald. In Nederland is voor cannabis tot en met 2007 een licht dalende/stabiliserende trend waarneembaar, maar het is onzeker of dit ook geldt voor speciale risicogroepen. Vanwege het sterk stijgende aantal cannabisgebruikers dat hulp zoekt bij de verslavingszorg, wijst het EMCDDA op de noodzaak nieuwe online behandelvormen te ontwikkelen voor riskante en problematische cannabisgebruikers.

Het Europese waarnemingscentrum waarschuwt voor de risico's van polydruggebruik. Ook in het Nederlandse uitgaansleven komt dat veel voor, met name de combinatie drugs/alcohol. Dit kan leiden tot ernstige incidenten zoals 'outgaan' (in elkaar storten) en meervoudige middelenproblematiek.

## Europees project voor suïcidepreventie

Jaarlijks plegen 58.000 mensen in de Europese Unie suïcide. Om dit aantal te verminderen, neemt het Trimbos-instituut namens Nederland deel aan het OSPI-project. In dit project werken tien Europese landen aan een bewezen effectief preventieprogramma. Het project is gericht op het trainen van huisartsen, zodat zij suïcidaliteit leren herkennen en behandelen. Ook andere beroepsgroepen zoals priesters, sociaal werkers, verpleegkundigen en leraren worden getraind in het omgaan met suïcidale mensen. Daarnaast wordt de bevolking met campagnes gewezen op beschikbare hulp.



# Trimbos-toppers

## HOGLERAREN

Programmahoofd Ouderen **Anne Margriet Pot** houdt op 12 februari haar oratie als bijzonder hoogleraar Ouderenpsychologie aan de Vrije Universiteit. Zij ziet de instelling van de leerstoel als erkenning voor het vak als bijzondere discipline. In haar oratie houdt Pot een pleidooi om ouderen vooral zelf in te zetten bij kennisontwikkeling, de vormgeving van interventies en effectonderzoek.

Senior wetenschappelijk medewerker **Filip Smit** wordt op 1 maart benoemd tot bijzonder hoogleraar *Evidence-based public mental health* aan de Vrije Universiteit. De leerstoel is door het Trimbos-instituut opgericht en gevestigd bij het interfacultaire EMGO Institute for Health and Care Research van het VU Medisch Centrum. Smit gaat vooral onderzoeken wat (terugval)preventie kan bijdragen aan betere zorg.

## LECTORATEN

Senior wetenschappelijk medewerker **Caroline Smits** houdt op vrijdag 13 februari haar lectorale rede bij de Hogeschool Windesheim. Bij het lectoraat Innoveren in de Ouderenzorg richt Smits zich vooral op nieuwe wensen en behoeften van de snel groeiende groep ouderen. Zij besteedt met name aandacht aan de toepassing van nieuwe technologieën en preventie.

Senior wetenschappelijk medewerker **Wilma Boevink** wordt op 12 mei geïnstalleerd als lector Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid aan het Lectoraat Rehabilitatie van de Academie voor Sociale Studies van de Hanzehogeschool Groningen. Het Trimbos-instituut en de Stichting Beschermende Woonvormen Utrecht financieren dit lectorschap.

Eind 2009 wordt bekend dat wetenschappelijk medewerker **Rob Bovens** vanaf 1 januari 2010 als lector Verslavingspreventie verbonden is aan het Kenniscentrum Gezondheid en Welzijn van Hogeschool Windesheim. Met zijn ruime ervaring als beleidsmedewerker, onderzoeker en campagneleider voorziet hij het hoger onderwijs van actuele kennis over verslavingspreventie en een nieuw onderzoeksprogramma.

## PROMOTIES

In 2009 promoveren vijf Trimbos-collega's: **Eva van der Ploeg, Jasper Nuyen, David Rebergen, Ireen de Graaf** en **Agnes van der Poel**. Kijk op [www.trimbos.nl/jaarverslag/2009](http://www.trimbos.nl/jaarverslag/2009) voor meer informatie over hun proefschriften. Hier vindt u ook het overzicht van Trimbos-interventies die bewezen effectief zijn bevonden in 2009.

## PRIJZEN

De eerste e-learning Award voor een innovatief educatief project gaat op 10 februari naar **De gezonde school en genotmiddelen**. Dit preventieprogramma wordt op meer dan de helft van alle middelbare scholen uitgevoerd. De Award is een initiatief van e-Learning.nl. Volgens de jury wordt in het programma nieuwe technologie effectief ingezet om gedragsverandering te bewerkstelligen.

De WHO Best Practice Award for Health In Prisons 2009 gaat naar **Open en Alert**, een alcohol- en drugspreventieproject voor jongeren in risicosettings, zoals justitiële jeugdinrichtingen. De Dienst Justitiële Instellingen die Open en Alert voordraagt, neemt de prijs op 28 oktober in ontvangst tijdens de *WHO in Prisons* conferentie in Madrid.

Op 11 december wordt de Paludanusprijs uitgereikt aan **Gripopjedip.nl**. Univé-VGZIZA-Trias reikt deze prijs uit aan projecten die de zorgkwaliteit voor patiënten en consumenten zichtbaar verbeteren. Via Gripopjedip.nl kunnen jongeren met depressieve klachten anoniem een online groeps cursus volgen en mail-support krijgen. De website trekt tienduizenden bezoekers per jaar.

# Trimbos Organisatie

## Investeren in kwaliteit en vitaliteit

Met ISO en Investors in People werkt het Trimbos-instituut gericht aan verbetering van de bedrijfsvoering en het personeelsbeleid. Om beide certificaten te kunnen behouden, vinden in 2009 enkele tussentijdse audits plaats. Ter aanvulling hierop doet het instituut mee aan een nulmeting voor een nieuw keurmerk Investors in Health, dat specifiek gericht is op gezondheidsbeleid. Door deze focus op vitaliteit wil het instituut de veerkracht van medewerkers verhogen.

## Anticiperen op bezuinigingen

Voor 2010 krijgt het Trimbos-instituut vanuit het ministerie van VWS een relatief bescheiden bezuiniging opgelegd. Vanaf 2011 houdt het instituut rekening met veel ingrijpendere bezuinigingen en een verdere afname van gesubsidieerde onderzoeksprojecten. Met het oog hierop wordt in september de meerjarenstrategie herzien tijdens de jaarlijkse strategiedagen in IJmuiden. Daar zijn stakeholders aanwezig die aangeven aan welke toegepaste kennis zij vooral behoefte hebben. Deze aanpak illustreert hoe het instituut de komende jaren veel directer wil inspringen op vragen uit de omgeving. Hierbij wordt niet alleen per stakeholder, maar ook per thema en doelgroep gewerkt aan relevante kennis-toepassingen.

## Vernieuwde website

De geheel vernieuwde website trimbos.nl is zoveel mogelijk aangepast aan het zoekgedrag van bezoekers, zodat zij sneller informatie over thema's, doelgroepen of kennisdomeinen vinden. Bovendien kunnen bezoekers nu informatie terugkoppelen. Bijvoorbeeld door een waardering te geven aan Trimbos-publicaties of door te reageren op nieuwsartikelen. In 2010 worden deze interactieve mogelijkheden verder uitgebreid.

## Uitrol van e-mental health interventies

In 2008 wordt Mentalshare opgericht om ontwikkelde e-mental health interventies te

vermarkten. De winst die deze sociale onderneming mogelijk gaat maken, wordt geïnvesteerd in onderhoud en (door)ontwikkeling van bestaande en nieuwe internetinterventies. Voor partners van eerdere projecten op dit terrein bestaat de mogelijkheid om als aandeelhouder in deze BV te participeren.

## Betere bundeling van programma's

Het programma Landelijk Steunpunt Preventie & Vroegsignalering is opgesplitst in de programma's Publieke Geestelijke Gezondheid en Psychische gezondheid Jeugd. Het eerste programma is ingedeeld bij het Centrum Preventie en Kortdurende Interventies; het tweede bij het nieuwe Centrum Jeugd. Bij Centrum Jeugd zijn – behalve Psychische Gezondheid Jeugd – ook de programma's Publiek-informatie, Jongeren & Vrije Tijd en Opvoeding & Educatie ondergebracht. Hierdoor is alle expertise op het gebied van middelengebruik en GGz-problematiek bij jeugdigen optimaal gebundeld. Op [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl) staat het volledige organogram.

## Nieuwe samenwerkingsverbanden

In 2009 is de samenwerking met enkele partners geïntensiveerd. Met het Expertisecentrum Forensische Psychiatrie (EFP) streeft het Trimbos-instituut naar een betere coördinatie en afstemming van wetenschappelijk onderzoek en kennis- en datamanagement. Met het Coronel Instituut is een samenwerkingsrelatie gestart, omdat veel arbeidsgerichte gezondheidsvraagstukken raken aan psychische problematiek. En in het nieuwe landelijk Expertisecentrum Dubbele Diagnose werkt het Trimbos-instituut met Arkin, GGz Eindhoven, Delta Psychiatrisch centrum en Palier aan een betere verspreiding van kennis over de behandelmogelijkheden van cliënten met een verslaving en psychiatrische problematiek.



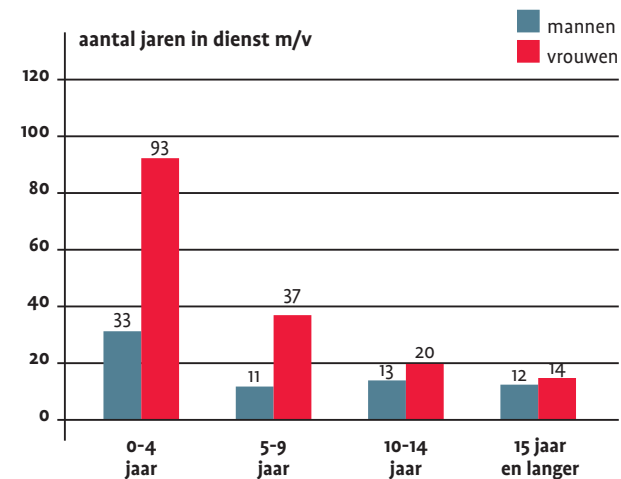
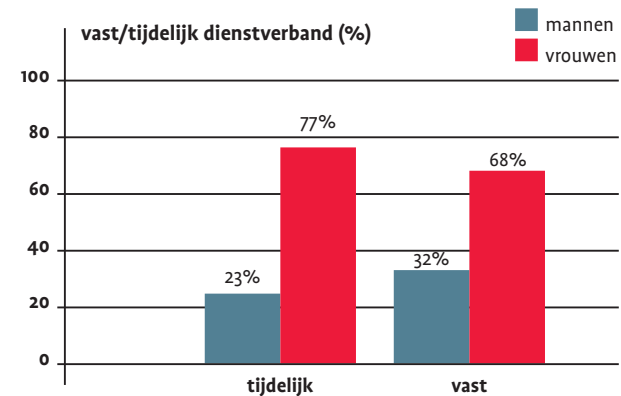


# P&O: feiten en cijfers

Per 31 december 2009 zijn:

- 230 medewerkers (188 fte) in dienst van het instituut, waarvan 70% vrouwen en 30% mannen;
- 72% van de medewerkers is in vaste dienst, waarvan 68% vrouwen en 32% mannen; 28% van de medewerkers is in tijdelijke dienst, hier is de verhouding vrouw-man 77%-23%.
- de medewerkers gemiddeld 43 jaar oud. De gemiddelde leeftijd van mannen was 46 jaar, die van vrouwen 41 jaar;
- 93 vrouwen en 33 mannen 0-4 jaar in dienst; 37 vrouwen en 11 mannen 5-9 jaar in dienst; 20 vrouwen en 13 mannen 10-14 jaar in dienst; 14 vrouwen en 12 mannen langer dan 15 jaar in dienst;
- 69 stagiairs, waarvan 55 vrouwen en 14 mannen;
- 8 vrijwilligers, allemaal vrouwen.

Het gemiddelde ziekteverzuim in 2009 bedraagt 3,2 %.



# Financiële cijfers en verantwoording

Na een aantal jaren van forse groei, is het afgelopen jaar zoals verwacht een jaar van stabilisatie gebleken. De opbrengsten zijn weliswaar fors hoger dan begroot én hoger dan in 2008, maar de stijging van de externe productiekosten is nog hoger geweest. Hierdoor is de netto opbrengst lager dan begroot. Dit is te relateren aan de lagere bezetting van declarabele medewerkers dan begroot. Voorts hebben de hogere afschrijvingskosten en lagere rentebaten bijgedragen aan het negatieve resultaat. Een groot deel van het negatieve resultaat is veroorzaakt door de consolidatie van het resultaat van Mentalshare BV. Mentalshare is een sociale onderneming, opgericht voor de brede uitrol van de e-Mental Health-interventies.

Het Trimbos-instituut heeft hierin 70% van de aandelen. De BV is in 2009 opgericht, er zijn alleen kosten geboekt en nog geen inkomsten. Door het negatieve financiële resultaat is de solvabiliteit afgenomen. Om het verloop van de solvabiliteit te monitoren en te sturen zal in het voorjaar van 2010 een meerjarenbegroting worden opgesteld. De vooruitzichten voor 2010 zijn goed, de orderportefeuille is goed gevuld. Verwacht wordt dat de economische crisis vooral vanaf 2011 gevolgen zal hebben voor de subsidiering van onderzoek. In 2010 wordt daarop geanticipeerd door onder andere te investeren in het opbouwen van kennis van belangrijke stakeholders, doelgroepen en thema's.

## Geconsolideerde balans per 31 december 2009 (in Euro's, na resultaatbestemming)

ACTIVA	2009	2008
<b>Vaste Activa</b>		
Immateriële vaste activa	260.397	93.205
Materiële vaste activa	4.271.084	4.218.208
	<b>4.531.481</b>	<b>4.311.413</b>
<b>Vlottende Activa</b>		
Vorderingen	2.578.436	2.545.797
Liquide middelen	4.083.884	5.582.917
	<b>6.662.320</b>	<b>8.128.714</b>
<b>TOTAAL ACTIVA</b>	<b>11.193.801</b>	<b>12.440.127</b>
<b>PASSIVA</b>		
<b>Groepsvermogen</b>		
Eigen vermogen	1.931.963	2.441.779
Aandeel derden	(63.742)	-
<b>Voorzieningen</b>	851.148	787.940
<b>Langlopende schulden</b>	1.142.239	1.146.521
<b>Kortlopende schulden</b>	7.332.193	8.063.887
<b>TOTAAL PASSIVA</b>	<b>11.193.801</b>	<b>12.440.127</b>

## Geconsolideerde staat van baten en lasten over 2009

BATEN	2009	Begroting 2009	2008
(Project)subsidies VWS	10.878.800	11.442.803	11.614.188
Projectsubsidies derden	12.830.805	11.050.095	10.880.095
Overige bedrijfsopbrengsten	325.566	395.650	461.585
<b>TOTAAL BATEN</b>	<b>24.035.171</b>	<b>22.888.548</b>	<b>22.955.868</b>
<b>LASTEN</b>			
Kosten uitbesteed werk en andere externe kosten	9.742.241	8.204.320	9.525.905
Lonen en salarissen	10.743.729	12.148.578	9.039.677
Sociale lasten	1.169.333		1.876.745
Afschrijvingen op vaste activa	681.444	564.100	452.123
Overige bedrijfskosten	2.405.587	2.041.550	2.173.904
<b>SOM DER BEDRIJFSLASTEN</b>	<b>24.742.334</b>	<b>22.958.548</b>	<b>23.068.354</b>
<b>BEDRIJFSRESULTAAT</b>	<b>(707.163)</b>	<b>(70.000)</b>	<b>(112.486)</b>
Rentebaten	57.704	90.000	247.223
Rentelasten			-
<b>RESULTAAT UIT GEWONE BEDRIJFSUITOEFENING</b>	<b>(649.459)</b>		<b>134.737</b>
Resultaat verkoop deelneming	30.630		-
Resultaat aandeel derden	109.012		-
<b>NETTORESULTAAT</b>	<b>(509.817)</b>	<b>20.000</b>	<b>134.737</b>

Zie voor de volledige financiële jaarrekening [www.trimbos.nl/jaarverslag/2009](http://www.trimbos.nl/jaarverslag/2009).

# Literatuurlijst

In 2009 werken Trimbos-medewerkers mee aan ruim 200 publicaties. Dit varieert van peer reviewed artikelen in gerenommeerde nationale en internationale tijdschriften tot onderzoeksrapporten en proefschriften. Daarnaast worden er zo'n 300 presentaties, trainingen en inleidingen verzorgd in binnen- en buitenland. Voor de complete literatuurlijst per programma: zie [www.trimbos.nl/jaarverslag/2009](http://www.trimbos.nl/jaarverslag/2009). Hieronder enkele bijzondere publicaties.

## Evaluatie Nederlands Drugsbeleid

Eind juni 2009 verschijnt de evaluatie van het Nederlandse Drugsbeleid, uitgevoerd door het Trimbos-instituut en het WODC. Hieruit blijkt onder meer dat het Nederlandse drugsbeleid vanuit het oogpunt van volksgezondheid redelijk effectief is. Ransom cannabisgebruik dienen zich nieuwe inzichten en problemen aan. De bestrijding van drugsgerelateerde criminaliteit vraagt meer aandacht dan in de Drugsnota 1995 werd verwacht. Ook zijn het coffeeshoptoerisme en de georganiseerde drugscriminaliteit nog steeds serieuze problemen.

## Zicht op evenwicht

In september zijn de DVD, cursushandleiding, het werkboek en de folders van de groepscursus 'Zicht op Evenwicht' landelijk gelanceerd. De cursus is door de Universiteit Maastricht ontwikkeld en met een RCT onderzocht en wordt in samenwerking met het Trimbos-instituut geïmplementeerd in de thuiszorg. De cursus is voor zelfstandig wonende mensen van 70 jaar en ouder die angstig zijn om te vallen en daardoor activiteiten vermijden. Sociaal isolement ligt hiermee op de loer.

## Nieuwe Multidisciplinaire Richtlijnen GGz

Tijdens het Grote GGz-richtlijnen congres in december, zijn vijf nieuwe multidisciplinaire richtlijnen GGz gepresenteerd:

1. Problematisch alcoholgebruik
2. Herziene richtlijn Depressie
3. Herziene richtlijn Angststoornissen
4. Addendum jeugd bij de richtlijn Depressie
5. Familiaal huiselijk geweld

De richtlijnen zijn gratis te downloaden via [www.ggzrichtlijnen.nl](http://www.ggzrichtlijnen.nl)

## Kindertrauma versus hoofdpijn

Voor een onderzoek naar het verband tussen enerzijds trauma's, depressie en angststoornissen in de kindertijd en anderzijds het ontstaan van hoofdpijn in de volwassenheid, zijn gegevens gebruikt van een wereldwijde psychiatrisch-epidemiologische studie. In Nederland ligt de projectleiding bij het Trimbos-instituut en de Rijksuniversiteit Groningen.

Lee S, Tsang A, Von Korff M, Graaf R de, e.a. Association of headache with childhood adversity and mental disorder: cross-national study. *British Journal of Psychiatry* 2009; 194: 111-116.

**Gerdien Franx**  
Zorginnovatie

"Vanuit verschillende invalshoeken gaan wij ons inzetten voor kinderen en volwassenen met ADHD. Voor kinderen is er sinds 2005 een multidisciplinaire richtlijn voor diagnostisering en behandeling. Die kan echter nog beter worden toegepast, zodat veel meer kinderen met ADHD een effectieve behandeling krijgen. Verder verwachten wij de eerste resultaten van een wereldwijd onderzoek naar de relatie tussen ADHD en verslaving bij volwassenen. Hopelijk levert dat ook voor volwassenen nieuwe inzichten op voor betere diagnoses en behandelingen."

**Victor Everhardt**  
Opvoeding & Educatie

"Jongeren zijn kwetsbaar voor het gebruik van alcohol en andere genotmiddelen. Bovendien heeft het veelvuldig gebruik van alcohol en cannabis direct effect op het spijbelgedrag. Daarom richten we ons dit jaar specifiek op vroegtijdige schoolverlaters. Daarbij breidt het programma Opvoeding & Educatie zijn werkerterrein uit van lagere en middelbare scholen naar MBO'en ROC's. Verder spannen wij ons extra in om bij de alcohol- en drugsvoorlichting vooral ook de ouders met een lagere opleiding en een geringe sociaal economische status te bereiken."

SCHOOLSTRAAT  
Centrum



# Kwetsbare burgers

## Judith Blekman

Publieke Geestelijke  
Gezondheid

“Binnen het Partnership Depressiepreventie willen we met GGD Nederland de behoeften van mensen met een lage sociaal economische status beter in beeld krijgen. Zij bezoeken relatief vaak de huisarts met wat vagere klachten; piekeren, slapeloosheid, ‘het niet meer zien zitten’. Om direct iets aan deze klachten te kunnen doen, gaan we met GGZ-partners klachtgerichte mini-interventies ontwikkelen. Hiermee moeten ernstiger depressieve klachten worden voorkomen.”

## Ninette van Hasselt

Jongeren & Vrije Tijd

“Binnen de residentiële en justitiële jeugdhulpverlening is het gebruik van genotmiddelen enorm hoog. Daarom is het cruciaal dat jongeren daar hun middelenproblemen leren beheersen. Afgelopen jaren ontwikkelde het Trimbos-instituut hiervoor Open en Alert. Met dit programma kunnen jeugdinstellingen een samenhangend middelenbeleid opzetten in samenwerking met verslavingszorg. In 2010 komt van dit programma ook een versie uit voor licht verstandelijk gehandicapte jongeren. Hierbij zetten wij ons in voor structurele financiering van dit programma.”

## Nathalie Dekker

Publieksvoorlichting  
[alcoholinfo.nl](http://alcoholinfo.nl) en [drugsinfo.nl](http://drugsinfo.nl)

“Wetenschappelijke informatie is niet altijd even begrijpelijk voor iedereen. Daarom proberen we die informatie zo toegankelijk mogelijk te maken, ook voor lager opgeleiden. Onze websites en folders zijn in zo duidelijk mogelijke taal geschreven. Daarnaast zoeken we naar informatiekanalen waar de doelgroepen die we willen bereiken actief zijn, zoals jongerenfora op internet. En wie moeite heeft met lezen of het gebruik van internet, kan altijd onze telefoonlijnen bellen.”

## Heleen Riper

I.COM

“Tot nu toe maken mensen met een lage opleiding en mensen uit etnische groepen nog nauwelijks gebruik van het e-health aanbod op internet. Zij maken in het algemeen ook minder gebruik van het GGZ-aanbod, terwijl zij wel vaak psychische problemen hebben. Daarom maken we juist voor deze groepen op maat gesneden online interventies, in eerste instantie voor depressiepreventie. We hebben effectieve wervingsstrategieën onderzocht, een visuele screener ontwikkeld en een effectieve online interventie gemaakt: [Allesondercontrole.nl](http://Allesondercontrole.nl). De komende jaren gaan we hiermee verder, maar dan voor andere stoornissen.”



## Christina van der Feltz

Diagnostiek & Behandeling

“Als een psychische stoornis niet wordt gediagnosticeerd, maakt dat mensen kwetsbaar. Hetzelfde geldt voor mensen die niet worden behandeld voor hun stoornis of als gevolg daarvan met complicaties te maken krijgen, zoals uitval op het werk. Daarom doen we onderzoek naar de effectiviteit van depressie- en angstbehandelingen bij chronisch zieke mensen. We proberen depressiebehandelingen te richten op snellere werkherleving. En met nieuwe screeningsprocedures willen we mensen in risicogroepen eerder herkennen.”

## Ron de Graaf

Epidemiologie

“In de NEMESIS-2 studie kijken we onder meer naar de brede range aan psychische aandoeningen bij mensen met een lage sociaal economische status (SES). Inmiddels weten we zo dat alle gemeten aandoeningen samenhangen met een lage SES. Stemmingsstoornissen komen bijvoorbeeld twee keer vaker voor bij lager opgeleiden, mensen met een laag inkomen en mensen zonder betaalde baan. Daarom valt met specifieke preventieactiviteiten voor deze doelgroep nog veel gezondheidswinst te behalen.”

**Margriet van Laar**  
*Drug Monitoring*

“Drugsgebruik brengt risico’s met zich mee. Vooral jongeren zijn hier kwetsbaar voor, omdat hun hersenen nog volop in ontwikkeling zijn. Door het in kaart brengen van trends in drugsgebruik, het monitoren van de samenstelling van drugs en het bijhouden van gezondheidsincidenten onder drugsgebruikers houden we de ‘vinger aan de pols’. Met die informatie kunnen beleidsmakers en professionals in het veld tijdig actie ondernemen om drugsgebruikers te beschermen.”

**Hans Kroon**  
*Reïntegratie*

“In 2010 besteden we extra aandacht aan mensen met psychische en justitiële problemen. Zo werken we in samenwerking met het veld aan een modelbeschrijving van Forensisch Assertive Community Treatment. Met deze methodiek bieden FACT-teams ambulante langdurende en veelomvattende (na)zorg, waarbij behandeling en toezicht hand in hand gaan. Ter aanvulling hierop willen we in justitiële inrichtingen ook empowermentstrategieën invoeren om deze mensen een nieuw perspectief te bieden.”



**Ineke Kok**  
*Management & Beleid*

“Wij gaan een internationaal vergelijkend onderzoek doen naar de maatschappelijke ondersteuning van mensen met langdurige en ernstige psychische problemen. Daarbij vergelijken we het nationale beleid van Denemarken, Engeland en Nederland. Ook bekijken we welke impact de GGZ-stelsels van deze landen hebben op de totstandkoming van regionale maatschappelijke steunsystemen. Dit moet resulteren in aanbevelingen voor toekomstig beleid.”

**Anne Margriet Pot**  
*Ouderen*

“Kwaliteit van zorg is een hot issue voor mensen met dementie en hun familie. Gezien het dreigend tekort aan verzorgend personeel, onderzoeken we wat het werk met ouderen met dementie aantrekkelijk maakt. Speelt kleinschalige zorg hierbij een rol? Daarnaast werken we ook aan evidence based interventies voor mantelzorgers. Belangrijk, want door betere ondersteuning van mantelzorgers kunnen mensen met dementie langer in hun vertrouwde omgeving blijven.”



Dit is een uitgave van het Trimbos-instituut, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction, Utrecht.

**tekst** Wybo Vons Journalistieke Producties BV, Hilversum

**projectleiding** Marjan Heuving en Laila Zaghdoudi

**redactie** Angita Peterse, Monique van Gemert en Carla Zonneveld (literatuurlijst); Peter Stark

**ontwerp** Jessica Ottersberg O&D BV, Baarn

**illustraties** Francis Nijenhuis

**druk** Advadi Drukkerij, Westervoort

**oplage** 1000 exemplaren – bestelnummer AF 0968

Met dank aan iedereen die heeft bijgedragen aan de totstandkoming van dit jaarverslag.

Een uitgebreide versie van dit jaarverslag is te vinden op [www.trimbos.nl/jaarverslag/2009](http://www.trimbos.nl/jaarverslag/2009).



Netherlands Institute of  
Mental Health and Addiction

Trimbos-instituut  
Da Costakade 45  
3521 VS Utrecht

Postbus 725  
3500 AS Utrecht

T +31 (0)30 297 11 00

F +31 (0)30 297 11 11

E [info@trimbos.nl](mailto:info@trimbos.nl)

I [www.trimbos.nl/jaarverslag/2009](http://www.trimbos.nl/jaarverslag/2009)

