

PROJECT

INLOOPMOBIEL EETSTOORNISSEN



Nationale Loterij
creëert kansen 6



 Koning
Boudewijnstichting

INHOUD

Inhoud	2
Ten geleide.....	3
Aanbevelingen.....	4
Brief van Kim Gevaert.....	4
Ervaringsverhaal	5
De vereniging an-bn vzw	6
Missie en doelen	6
Doelstellingen	6
Organigram	7
Website “www.anbn.be”	8
Trots van Vlaanderen.....	9
Inloophiel eetstoornissen.....	10
Voorstelling	10
Begroting.....	11
Initiatieven.....	11
Reclamewerving Inloophiel.....	12
Kenmerken.....	12
Publicitaire return	13
Actie “Mobiliseer je mee tegen eetstoornissen”	14
Wist u dat...? De cijfers!.....	14
Wat kan je doen?	14
Donaties.....	14
Sponsorfietsstocht “Acht voor omgeving”	15
Praktische informatie.....	16
Ook een eindje meefietsen kan.....	17
Sponsorformulier.....	17



AN-BN vzw

Vereniging AN-BN vzw

Frans Schoevaersstraat 24
1910 Kampenhout

☎ 016 / 89 89 89
www.anbn.be
info@anbn.be

TEN GELEIDE

Voor u ligt de Infobrochure Inloophuis Eetstoornissen van de Vereniging Anorexia-Nervosa Boulimia Nervosa (AN-BN vzw). In 2010 zal AN-BN vzw 30 jaar bestaan en het ziet er niet naar uit dat we er in de toekomst snel mee zullen kunnen stoppen. Eetstoornissen vormen een belangrijke bedreiging voor de gezondheid van onze bevolking, vooral dan voor jonge mensen tussen de 16 en 25 jaar. Uit recente cijfers blijkt dat in België maar liefst 1 op 10 vrouwen tussen 10 en 30 jaar ooit in haar leven te kampen heeft (gehad) met een eetstoornis. Maar laten we vooral ook niet vergeten dat er naast deze direct getroffen vaak ook een heel netwerk betrokken is en beïnvloed wordt door de eetstoornis van hun dierbare. Ook zij hebben nood aan informatie en ondersteuning.

Verder in deze brochure zal u dan ook meer informatie kunnen lezen over AN-BN vzw en hoe wij zullen trachten om onze doelstellingen in de toekomst te realiseren. Ook vindt u er de verhalen van enkele bevoorrechte getuigen, die uit eigen ervaring weten dat AN-BN vzw intussen is uitgegroeid tot een volwaardige zelfhulpgroep. Een zelfhulpgroep die de nodige ervaringsdeskundigheid aanwendt om goed werk te leveren en daarbij steeds in contact te blijven staan met de ontwikkelingen binnen het professionele zorgcircuit.

De blikvanger in deze brochure is onze jongste spruit, de Inloophuis Eetstoornissen, waar we graag extra jullie aandacht op willen vestigen. In het voorjaar van 2010 zal het grote publiek kunnen genieten van de geboorte van deze nieuwe telg in de AN-BN-familie. Onder grote mediabelangstelling en met een heuse Sponsorfietsocht zullen we de Inloophuis voorstellen. Uw bijdrage kan daarbij belangrijk zijn!

Onze sponsors zijn alvast overtuigd van de maatschappelijke relevantie van dit project. Om het project volledig te kunnen verwezenlijken blijft extra financiering echter broodnodig: we zijn er nog lang niet... Daarom een warme oproep om ook zelf een steentje bij te dragen.

Wij zijn altijd bereid om op eventuele vragen te reageren. Neem dus gerust contact op, via onderstaande contactgegevens.

Laat je leven niet leiden door een eetstoornis!

Namens AN-BN vzw

Els Verheyen
Medewerkster AN-BN vzw
Klinisch Psychologe en Sociaal Assistent

Secretariaat AN-BN vzw
Frans Schoevaersstraat 24
1910 Kampenhout
info@anbn.be
016 89 89 89

Inloophuis AN-BN vzw
Blijde Inkomststraat 113/12
3000 Leuven
els@anbn.be
016 89 08 08

Vrije Inloop: woensdag tussen 14u. en 18u.
Telefonische permanentie :
woensdag en zaterdag tussen 14u. en 18u.

AANBEVELINGEN

Brief van Kim Gevaert



Als meter van het Inloophuis van de vzw AN-BN (Anorexia Nervosa – Boulimia Nervosa) wil ik langs deze weg graag even uw aandacht vestigen op deze vereniging.

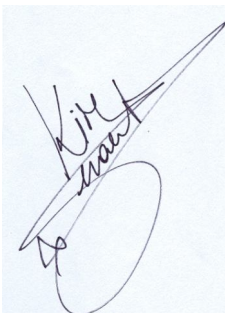
De vzw AN-BN werd in 1980 opgericht door enkele ouders waarvan de dochter te kampen had met een eetstoornis. De doelstellingen van de vereniging zijn gebaseerd op drie pijlers: de omgeving van eetstoornispatiënten helpen en ondersteunen, een zeer lage drempel aan patiënten aanbieden en het taboe rond eetstoornissen doorbreken.

Visitekaartje van de vzw is het Inloophuis in Leuven centrum waar zowel mensen met eetstoornissen, als hun omgeving terecht kunnen voor informatie en steun. Er worden activiteiten ingericht, je kan er een 450-tal boeken ontlenu, een dvd bekijken en er is steeds een ervaringsdeskundige aanwezig bij wie je terecht kan met je vragen en/of je verhaal.

Eetstoornissen komen steeds vaker voor in onze samenleving. Bijna iedereen heeft wel kennissen die ermee te kampen hebben (gehad), ook ik. En als we onze oogkleppen even afnemen, weten we dat er ook in onze sport heel wat problemen zijn. Ik sta dan ook 100% achter deze uiterst noodzakelijke vereniging die kan voortbestaan dankzij hardwerkende, gemotiveerde vrijwilligers.

Om de werking te blijven uitbouwen en garanderen, kan de vzw echter niet zonder sponsors. Ik hoop dan ook dat ook U inziet hoe essentieel een vzw als AN-BN is, niet alleen voor veel patiënten en hun ouders of partner,... maar voor de maatschappij op zich. Eetstoornissen zijn een probleem dat blijvend moet aangepakt worden, nu en morgen!

Met vriendelijke groeten,



Kim Gevaert

Ervaringsverhaal

Zolang ik het me herinner knoei ik al met eten, rond mijn 18de was het hek volledig van de dam en kreeg ik de diagnose anorexia van het gemengde type.

Ik ben tweemaal opgenomen geweest in een gespecialiseerde kliniek voor dit probleem en heb verschillende hulpverleners gehad. Negen jaar ging het niet goed met me, vond ik niet de motivatie om aan mezelf te werken, ondanks alle professionele hulp die ik aangereikt kreeg.

In 2005 ging het weer minder goed met me en ik las dat er in Leuven in september een opendeur was in het Inloophuis van de vereniging Anorexia Nervosa - Bouleimia Nervosa vzw. Dit Inloophuis werd in 2005 geopend, dit kon door de sponsoring van de Nationale Loterij.

Daar heb ik voor het eerst kennis gemaakt met lotgenoten (buiten de kliniek dan). Ik leerde ook MJ kennen, de voorzitter van de vereniging. Ze zet zich al jaren in voor eetstoornispatiënten en omgeving. Er hing een hele gemoedelijke sfeer en ik voelde me er al snel op mijn gemak. Ook mijn man voelde dat het juist zat en vond het fijn dat ik, maar ook hij, er terecht kon als we dat nodig hadden.

Op woensdagen ging ik vaak langs en na een tijdje ben ik terug op zoek gegaan naar een geschikte vorm van therapie voor mezelf en mocht ik vrijwilligerswerk doen in het Inloophuis. Dit zorgde ervoor dat ik gemotiveerd geraakte om aan mezelf te werken en te blijven vechten. Ik vond dat als ik daar werkte, ik ook deftig aan mezelf moest werken en dat ben ik dan ook gaan doen. De vereniging en de contacten die ik via het Inloophuis opbouwde, betekenen heel veel voor me en ik zie de vereniging dan ook als de kracht achter mijn genezingsproces. Mede dankzij deze contacten, de vriendschap en het begrip die ik er vond, sta ik vandaag veel verder dan ooit.

Mijn beste maatje heb ik ook via de vereniging leren kennen. Eerst hadden we een band als vrijwilligers, maar al gauw werd dit een (h)echte vriendschap. O.a. deze vriendschap zorgde en zorgt er nog steeds voor dat ik uit ieder dipje weer sterker uitgeraak en blijft me de moed geven om door te gaan.

Ik voel me veel strijdlustiger dan ooit en ben ervan overtuigd dat de moeizame weg die ik bewandel, ergens leidt tot een mooie, rustgevende plek waar ik gelukkig kan zijn. Ik zie ze al voor me, alleen zijn er nog een paar hindernissen te overbruggen, maar samen met mijn man, familie en vrienden, het lotgenotencontact en het Inloophuis ben ik er zeker van dat dit gaat lukken!

Lies

Missie en doelen

De Vereniging AN-BN zet zich sedert 1980 als enige in Vlaanderen in om elke persoon die te maken krijgt met de eetstoornisproblematiek zo goed mogelijk te informeren, adviseren en door te verwijzen waar nodig. Voor de Vereniging is de ervaringsdeskundigheid van haar vrijwilligers een sterkte, die het mogelijk maakt om mensen op een open en pluralistische wijze bij te staan tijdens hun zoektocht naar adequate hulp.

Doelstellingen

- Voor **mensen met een eetstoornis** wil de Vereniging een laagdrempelige eerste opvang zijn en een vangnet tijdens moeilijke perioden.
- Voor de **omgeving** biedt de Vereniging een luisterend oor en een plaats waar mensen informatie en advies kunnen inwinnen bij ervaringsdeskundigen.
- De Vereniging wil eetstoornissen uit de **taboesfeer** halen en misvattingen corrigeren, door het aanbieden van recente en gefundeerde literatuur over de eetstoornisproblematiek.
- Voor **studenten** is de Vereniging een vrij toegankelijk kenniscentrum met een uitgebreide mediatheek en een wetenschappelijke literatuu databank.
- De Vereniging stelt zich tot doel een goede relatie op te bouwen met de professionele hulpverlening, zodat zij **aanvullend** kan werken op het bestaande ambulante en residentiële hulpverleningsaanbod.

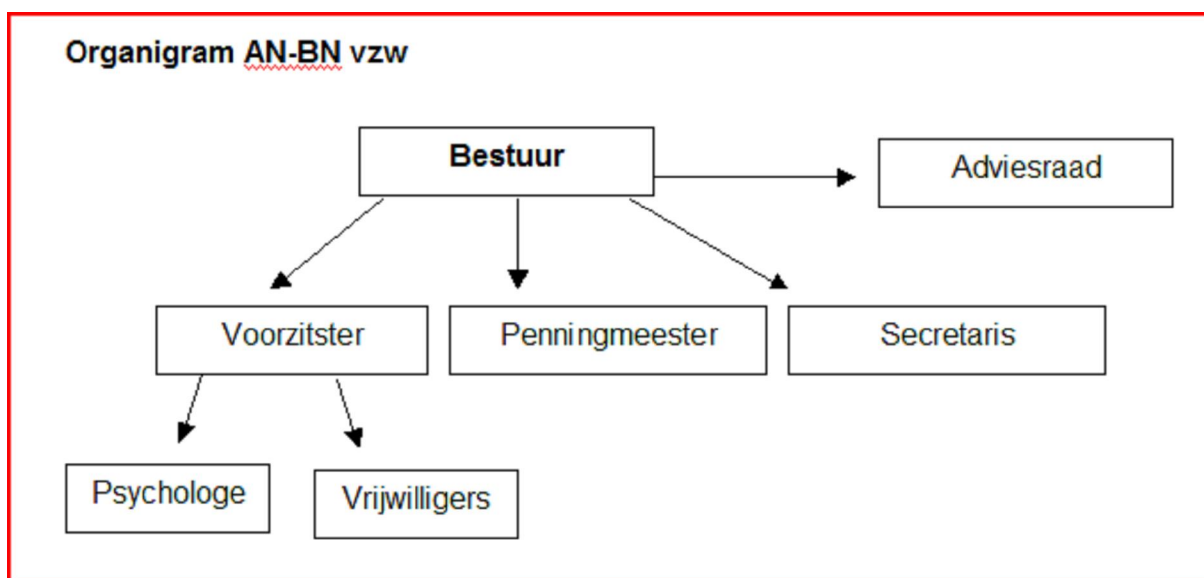
Middelen

Om haar doelen te realiseren richtte de Vereniging in 2004 het Inloophuis te Leuven in, dat een centrale ontmoetingsruimte is geworden. Hier vinden verschillende activiteiten plaats voor de diverse doelgroepen.

ANBN wil haar werking verder uitbreiden naar het hele Vlaamse landschap, met behulp van een rijdend informatie- en ontmoetingscentrum: de Inloopmobiel. De Vereniging werkt nu vanuit het Inloophuis te Leuven, maar we merken dat niet iedereen in de mogelijkheid is om tot in Leuven te geraken. Om onze doelstelling van laagdrempeligheid te verwezenlijken en om in te gaan op de grote vraag naar lokaal georganiseerde activiteiten is deze Inloopmobiel een absolute must.

De Inloopmobiel wordt een uithangbord voor de Vereniging en zal zichtbaar zijn in het straatbeeld, wanneer we ons verplaatsen naar lokale activiteiten, zoals plaatselijk georganiseerde praatavonden, beurzen en sociaal-culturele en welzijnsmarkten. De Inloopmobiel wordt ook een mooi project dat we zullen aangrijpen om ons 30-jarig bestaan (in 2010) in te luiden en over heel Vlaanderen bekend te maken.

Organigram



Het Bestuur

De Raad van Bestuur bestaat uit:

- de voorzitter (Marie-Josée Verhoeven),
- de penningmeester (Marc Denauw)
- en de secretaris (Frans Lacroix).

De vrijwilligers zijn ervaringsdeskundigen of studenten in opleiding; de psychologe is een betaalde kracht, deeltijds in dienst.

Voor ondersteuning en raad kan de vereniging terecht bij haar Adviesraad.

Voor het werven, selecteren en coördineren van nieuwe vrijwilligers is er een informatie- en onthaalbrochure opgesteld met daarin de belangrijkste richtlijnen, afspraken, rechten en plichten en een vrijwilligerscontract. De coördinatie en ondersteuning van het vrijwilligerswerk worden opgevolgd door de voorzitter en de psychologe.

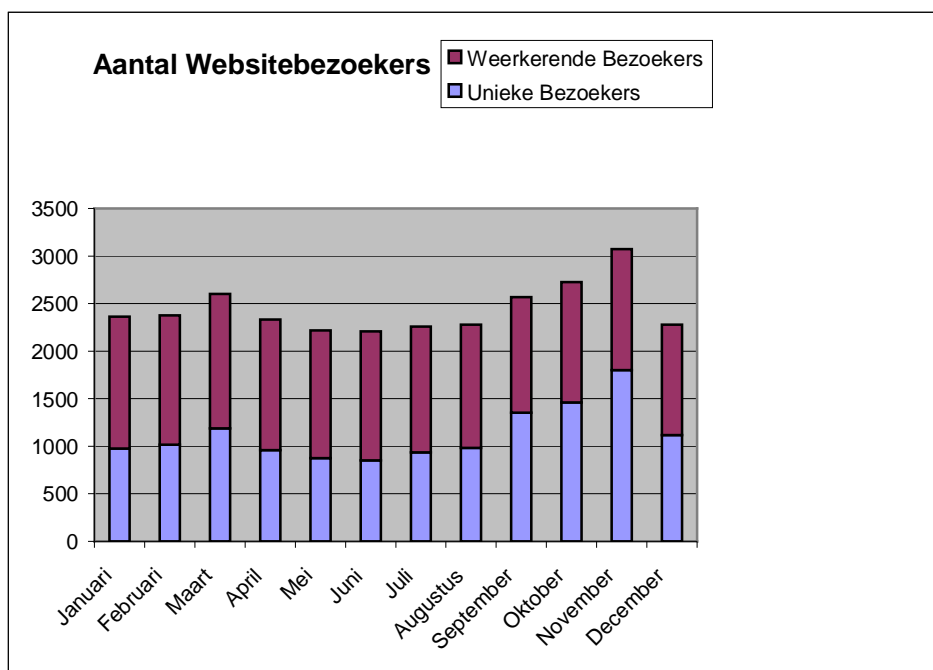
Adviesraad

Voor specifieke vragen kan de vereniging steeds terecht bij haar adviesraad.

- Prof. Dr. Dirk Deboutte (Universiteit Antwerpen, Universiteit Gent)
- Ulens Ilse (voedingsdeskundige Alexianen Tienen)
- Lic. Ursula Van den Eede (Academisch Ziekenhuis Jette, VUB)
- Lic. An Vandeputte (vzw Eetexpert.be)
- Prof. Dr. Walter Vandereycken (Katholieke Universiteit Leuven)
- Dr. Johan Vanderlinden (Universitair Centrum Kortenberg)
- Lic. Van Vreckem Ellie (Universitair Centrum Kortenberg)
- Prof. Dr. Myriam Vervaeet (Universiteit Gent, UZ Gent)

Website “www.anbn.be”

Volgens onze webstatistieken vonden naast de regelmatig weerkerende bezoekers in 2008 ook ongeveer 17.000 nieuwe bezoekers de weg naar onze website. In de onderstaande figuur wordt het aantal websitebezoekers weergegeven in een gedetailleerde verdeling van het aantal unieke en weerkerende bezoekers over het ganse jaar.



**Wil je een uitgebreid beeld van onze activiteiten surf naar
www.anbn.be**

TROTS VAN VLAANDEREN



AN-BN werd in 2008 door de Nationale Loterij voorgedragen als genomineerde voor de wedstrijd "Trots van Vlaanderen", in de categorie "Uitzonderlijk vrijwilligerswerk". In een spannende live tv-show op VTM werd op 28 november 2008 de trofee overhandigd door de marketing directeur van de Nationale Loterij, Marc Frederix. De winnaar: het erg verdienstelijke vrijwilligersteam van Marie-Josée Verhoeven (voorzitster), AN-BN vzw!

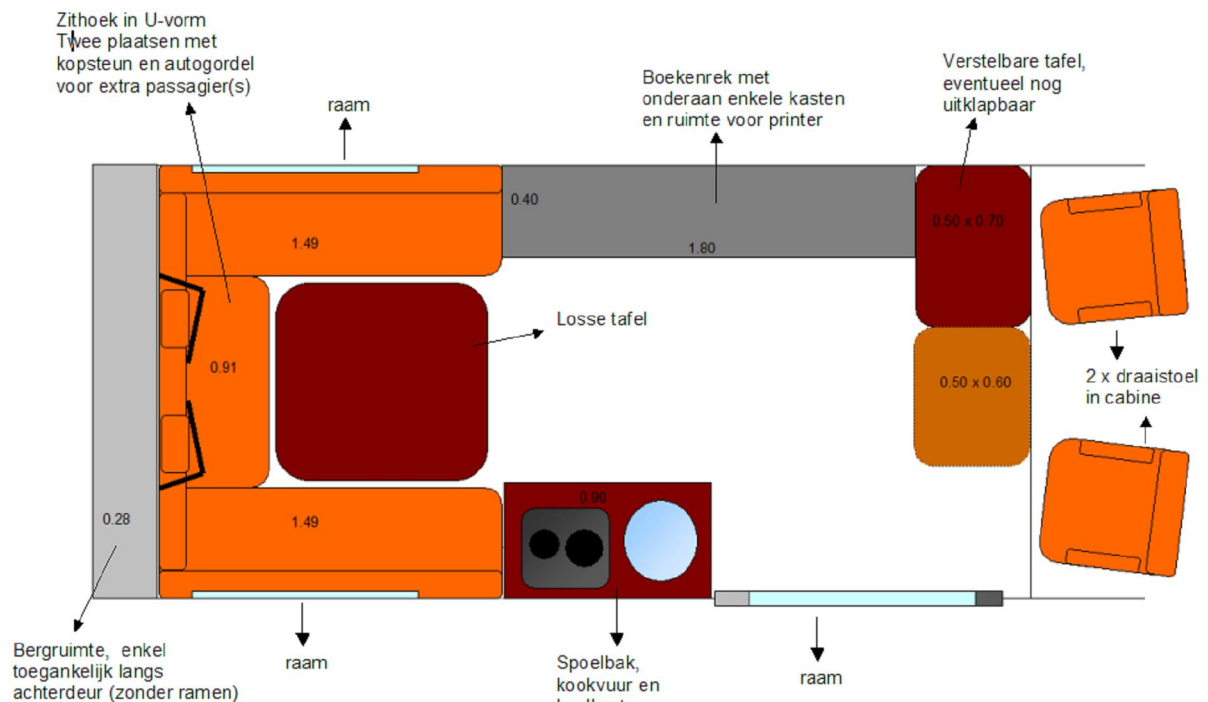
INLOOPMOBIEL EETSTOORNISSEN

Voorstelling



De Inloopmobiel zal beschikken over een groot aanbod aan basismateriaal (brochures, folders, boeken, DVD's,...) en over de nodige ruimte om een gesprek te houden met ervaringsdeskundige vrijwilligers van de vereniging.

Met de Inloopmobiel zullen we opvallen in het straatbeeld en een uitgebreid gamma aan informatie, advies en ondersteuning kunnen aanbieden. Op die manier komt AN-BN tot bij de mensen en is de drempel opnieuw kleiner om zich te informeren, om contact te zoeken en als volgende stap: om verdere (professionele) hulp in te schakelen.



Begroting

Aanschaf Inloopmobiel

Aankoop mobiel	26.000 €
Inrichting	18.000 €
Belettering	4.000 €
Multimedia	2.000 €
Totaal	50.000 €

Opstarten project

Publiciteit & bekendmaking	4.000 €
Professionele begeleiding	3.000 €
Drukwerken	2.000 €
Adm. kosten (tel, verpl, ...)	5.000 €
Totaal	14.000 €

Jaarlijkse werkingskost

Verplaatsing	4.000 €
Taksen & Verzekering	3.000 €
Professionele begeleiding	7.000 €
Admin., drukwerk,	2.000 €
Totaal	16.000 €

Initiatieven

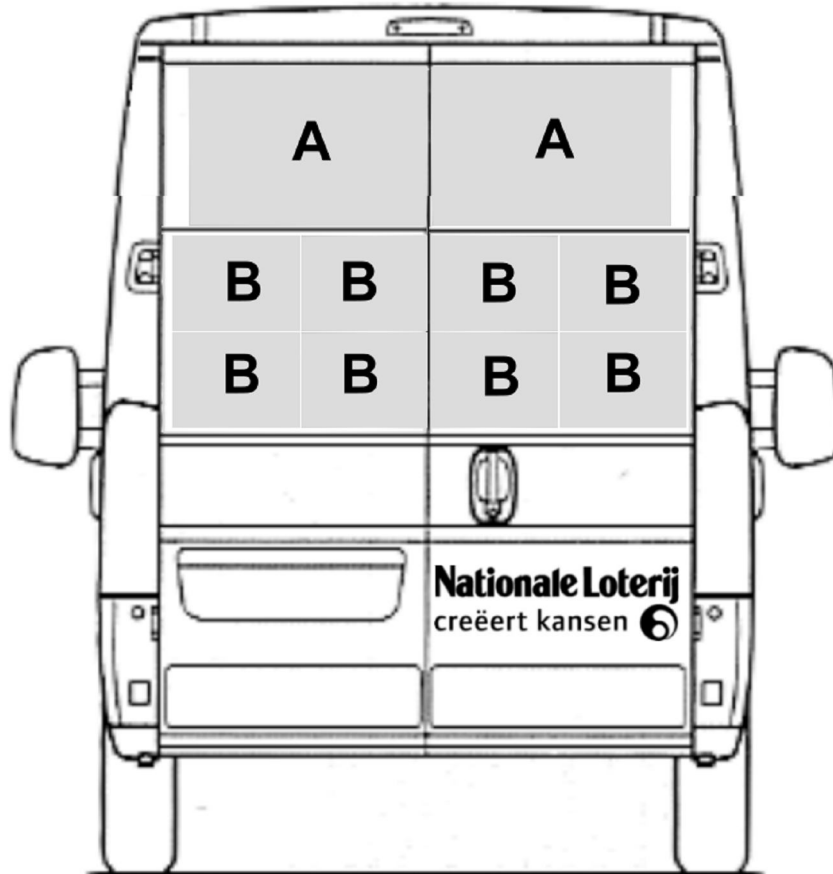
Om dit financiële plaatje rond te krijgen worden volgende initiatieven ondernomen:

- Subsidieaanvraag voor een vernieuwend gezondheidsproject indienen bij verschillende provincies
- Reclamewerving Inloopmobiel
- Actie "Mobiliseer je mee tegen eetstoornissen"
- Sponsorfietstocht "8 voor omgeving"

RECLAMEWERVING INLOOPMOBIEL

Kenmerken

De achterzijde van de Inloopmobiel houden we volledig vrij voor de logo's van onze hoofdsponsors.



Vak(ken)	Breedte	Hoogte	Oppervlakte	Prijs (*)	Korting
A	75	50	3.750 cm ²	4.500 €	-
AA	150	50	7.500 cm ²	8.550 €	5%
B	40	30	1.200 cm ²	2.000 €	-
BB	80	30	2.400 cm ²	3.800 €	5%
BBBB	80	60	4.800 cm ²	7.200 €	10%

(*) Prijs voor reclame op de Inloopmobiel tot eind 2011

Geïnteresseerden kunnen contact opnemen met het
secretariaat vanaf juli 2009
telefonisch op het nummer 016/89 89 89
of via mail info@anbn.be

Publicitaire return

- Ruime media-aandacht tijdens onze 10-daagse sponsorfietstocht in april 2010, daar de Inloophmobiël met reclamebeschildering zal ingezet worden als volgwagen. Voor alle details rond deze fietstocht: zie verderop in deze brochure.
- Tijdens de sponsortocht worden allerhande activiteiten gepland tijdens dewelke aangeleverd reclamemateriaal kan verspreid worden.
- Gedurende 30 weekends zal de Inloophmobiël te zien zijn op evenveel druk bezochte locaties doorheen gans Vlaanderen, van Nieuwpoort tot Maaseik.
- Gedurende de vakantiemaanden juli en augustus zal de Inloophmobiël te zien zijn langs de Belgische kustgemeenten.



- Op vraag zal de vereniging de Inloophmobiël ook uitsuren naar regionale contactpersonen en andere organisaties ter ondersteuning van lokale activiteiten, zoals lotgenotenbijeenkomsten, gezondheidsbeurzen etc.
- Vermelding met logo op de homepage van onze website www.anbn.be.
- Vermelding met logo in ons 3-maandelijks tijdschrift "Antenne".

ACTIE “MOBILISEER JE MEE TEGEN EETSTOORNISSEN”

Wist u dat...? De cijfers!

Eetstoornissen beïnvloeden in onze westerse samenleving heel wat personen, gezinnen en groepen. Niet alleen modellen en Bekende Vlamingen hebben eetstoornissen: het komt voor in alle lagen van de bevolking, zowel bij vrouwen als bij mannen, zowel bij jonge kinderen als bij volwassenen.

In de laatste graad van de middelbare school kampt gemiddeld gezien in elke klas van 20 wel 1 persoon met ernstige eetproblemen.

Wat kan je doen?

Mobiliseer je fietsclub of vereniging om een deel van de sponsorfietsocht mee te fietsen. Flyers over deze tocht kunnen aangevraagd worden op het secretariaat van de vereniging.

Mobiliseer je school, vereniging of organisatie om zelf een activiteit te organiseren ten voordele van ons project. Een geldinzamelingsactie in het kader van de alom gekende “vastenacties” is ironisch genoeg misschien wel net een geschikt moment om mensen te informeren en te engageren om iets te doen voor de eetstoornisproblematiek. Wij zijn in ieder geval steeds bereid om een korte voorstelling te komen geven. Meer informatie vindt u op de website.

Opbrengsten kunnen officieel overhandigd worden tijdens de infoavonden die zullen georganiseerd worden tijdens de 10-daagse sponsorfietsocht. Hierbij hopen we tevens te kunnen rekenen op de nodige steun van de steden en gemeenten waar we overnachten.

Donaties

De vereniging beschikt over een projectrekening bij de Koning Boudewijnstichting waarop steeds kan gestort worden.

Giften vanaf 30€ zijn fiscaal aftrekbaar

Overschrijven kan op rekeningnr. : **000-0000004-04**

Met vermelding: **L81059 AN-BN vzw Kampenhout**

SPONSORFIETSTOCHT “ACHT VOOR OMGEVING”



Jef De Smedt, acteur in de succesvolle tv-soap “Familie” op VTM, aanvaardde het peterschap van de sponsorfietstocht.

Als bezieler van het VTM-Soap-team zal hij meerdere acteurs/actrices van Familie motiveren om verschillende dagen mee te fietsen.

Praktische informatie

In de paasvakantie 2010 fietsen we een 8 door Vlaanderen met een 20-tal fietsers. We worden tijdens de tocht alvast ook in verschillende gespecialiseerde eetstoorniscentra uitgebreid ontvangen (Tienen, Kortenberg, Gent en Antwerpen).



Dag		Van – Naar	Afstand
1	Ma 05/04/2010	Leuven – Bokrijk	78 km
2	Di 06/04/2010	Bokrijk – Zoersel	91 km
3	Wo 07/04/2010	Zoersel – Mechelen	67 km
4	Do 08/04/2010	Mechelen – Brussel	60 km
5	Vr 09/04/2010	Brussel – Geraardsbergen	61 km
6	Za 10/04/2010	Geraardsbergen – Kortrijk	67 km
7	Zo 11/04/2010	Kortrijk – Oostduinkerke	77 km
8	Ma 12/04/2010	Oostduinkerke – Brugge	54 km
9	Di 13/04/2010	Brugge – Gent	56 km
10	Wo 14/04/2010	Gent – Kampenhout	99 km
TOTAAL			710 km

Deelnameprijs volledige tocht: 400 euro
Inbegrepen in deze prijs:

- 9 overnachtingen in jeugd-herbergen
- Ontbijt / picknick / avondeten
- Vervoer van bagage
- Volgwagen
- Verzekering
- Roadboek...

Dinsdag 10 november 2009 om 19u30 organiseren we een infoavond voor alle geïnteresseerde fietsers in ons inloophuis te Leuven.

Ook een eindje meefietsen kan

Fietsclubs, verenigingen of organisaties die ons willen steunen kunnen ook een deel van een traject meefietsen.

Ons uiteindelijke doel is dat elke deelnemende fietser zich laat sponsoren aan €1 per afgelegde kilometer.

Giften vanaf 30€ zijn fiscaal aftrekbaar

Overschrijven kan op rekeningnr. : **000-0000004-04**

Met vermelding: **L81059 AN-BN vzw Kampenhout**

Sponsorformulier

Ik fiets mee (naam):

Ik (naam) sponsor de fietser (naam):
.....

Straat:.....Huisnr.:.....

Postcode:.....Gemeente:.....

Telefoon:.....E-mail:.....

Ik sponsorkm aan 1€/km of

Ik sponsor een dagetappe (*) :

	Leuven – Bokrijk	78 €
	Bokrijk – Zoersel	91 €
	Zoersel – Mechelen	67 €
	Mechelen – Brussel	60 €
	Brussel – Geraardsbergen	61 €
	Geraardsbergen – Kortrijk	67 €
	Kortrijk – Oostduinkerke	77 €
	Oostduinkerke – Brugge	54 €
	Brugge – Gent	56 €
	Gent – Kampenhout	99 €

(*) Kruisje zetten voor de etappe die je sponsort