



Langer Beter Leven:

Voor mensen met kanker.





INHOUDSOPGAVE

Pagina

Bestuursverslag van het Nationaal Fonds tegen Kanker

1. Dankwoord	4
2. Samenvatting	4
3. Voorwoord	6
4. Kanker in Nederland	8
5. Nationaal Fonds tegen Kanker: organisatie	9
6. Nationaal Fonds tegen Kanker uniek in haar benadering van kanker	10
7. Voeding, Beweging en Welzijn voor mensen met kanker	12
8. Het streven van het Nationaal Fonds tegen Kanker	14
Voorlichting in 2018	15
Wetenschappelijk onderzoek in 2018	20
Projecten in 2018	29

Begroting 2019	33
-----------------------	-----------

Jaarrekening 2018	35
--------------------------	-----------

Balans per 31 december 2018	36
Staat van baten en lasten over de periode 1 januari 2016 tot en met 31 december 2018	38
Toelichting op de balans per 31 december 2018	42
Toelichting op de staat van baten en lasten	45
Overige gegevens	50
Controleverklaring van de onafhankelijke accountant	51

BESTUURSVERSLAG 2018

Langer Beter Leven

Voor mensen met kanker

Bestuur 2018

Mr. Ch. H. van Dijk	(Voorzitter)
Drs. J.G.M. van Ophem	(Penningmeester)
Drs. M.G.J. Smit	(Secretaris)
Drs. D.J.W. van den Berg	(Bestuurslid)
Mevr. drs. S. Pieterse	(Bestuurslid)
Mevr. drs. M. Mol	(Bestuurslid sinds 2017)



Inhoud bestuursverslag

1. Dankwoord

Samen steeds sterker, dank jullie wel!

Wij willen graag beginnen met onze dank uit te spreken naar alle donateurs, vrijwilligers, bedrijven, onderzoekers, zorgprofessionals, verenigingen zoals de Nederlandse Vereniging voor Diëtisten (NVD), Nederlandse Vereniging van Fysiotherapeuten Lymfologie en Oncologie (NFVL), Vereniging Sportgeneeskunde (VSG) en de Werkgroep Oncologische Revalidatie (WOR), patiënten en hun naasten die ook in 2018 met een warm hart in welke vorm dan ook steun of een bijdrage hebben gedaan aan een Langer Beter Leven voor mensen met kanker.

Ook in 2018 konden wij rekenen op de gastvrijheid van advocatenkantoor Kennedy Van der Laan (KvdL) die om niet een vergaderzaal ter beschikking stelde. Daarnaast ondersteunde zij ons ook dit jaar weer met juridisch advies. De website was dit jaar weer in goede handen van Ionmoon die om niet het beheer voor hun rekening hebben genomen. Wij zijn KvdL en Ionmoon zeer erkentelijk.

Alleen dankzij hen kunnen wij mensgerichte behandelingen dichterbij de mensen met kanker brengen. We zien ernaar uit eenieder, en graag nog vele anderen, in 2019 weer te mogen tegenkomen.

Door behandelingen zoals voeding, beweging en welzijn waar patiënten zelf mee aan de slag kunnen vast onderdeel van de zorg te laten worden kan een Langer Beter Leven, ook voor mensen die kanker hebben, worden behaald. De overlevingskansen en de kwaliteit van leven worden groter door te werken aan een betere conditie. Hierdoor treden er minder bijwerkingen en complicaties op het vergroot het herstel en neemt levensgenot toe en is de kans op een succesvolle behandeling groter, dat is het doel van het Nationaal Fonds tegen Kanker (NFtK).

2. Samenvatting

Bijdragen aan een Langer Beter Leven door mensgerichte behandelingen zoals voeding, beweging en welzijn (o.a. psychosociale hulp) vast onderdeel te laten worden van de oncologische zorg is het doel van het NFtK. Door voorlichting, het initiëren, stimuleren en financieren van projecten en onderzoek passend binnen de doelstelling van het NFtK geven wij invulling aan onze werkzaamheden. Wij hopen dat hierdoor meer aandacht zal komen voor het belang van voeding, beweging en welzijn bij mensen met kanker.

In 2018 mochten wij, dankzij u, een bedrag van 690.778 euro ontvangen. Samen met de inkomsten uit eerdere jaren was het in 2018 mogelijk een aantal nieuwe projecten en studies te starten. In 2018 werd 78,3 procent uitgegeven aan voorlichting, projecten en wetenschappelijk onderzoek op het gebied van voeding, beweging en welzijn voor mensen met kanker.

Giften 2018:

€ 690.778

Mede dankzij u, bedankt!

Dankzij onze donateurs is het gelukt om in 2018 wekelijkse voorlichting te geven via de website www.tegenkanker.nl, Facebook (als Nationaal Fonds tegen Kanker én als Voeding bij kanker) alsook op Twitter (TegenKankerNL) en Instagram (TegenKankerNLO). Daarnaast werd ieder kwartaal een digitale nieuwsbrief verzonden en werden er drie offline nieuwsbrieven en drie specifieke folders verstuurd naar circa 350.000 adressen in Nederland.

Naast gezondheidsvoorlichting en het geven van antwoorden op hulpvragen hebben we de volgende projecten en studies kunnen stimuleren, initiëren en financieren.

Wetenschappelijk onderzoek

1. **FIT BIJ KANKER.** Tweejarig bewegingsonderzoek door het Maxima Medisch Centrum in Veldhoven/Eindhoven. Het tweede onderzoek van deze instelling dat door het NFtK wordt gefinancierd. Doel: een programma met fysieke training, voedingsondersteuning en ergotherapie ontwikkelen om mensen met kanker optimaal fit te krijgen of te houden. (nieuw)
2. **PROMZYME.** Driejarig voedingsonderzoek bij patiënten met alvleesklierkanker. Academisch Medisch Centrum AMC. Doel: het verbeteren van de voedingstoestand van mensen met alvleesklierkanker om daarmee hun conditie op een hoger peil te brengen. (lopend)
3. **FOODFORCARE COMPLEAT**-studie. Voedingsconcept in de thuissituatie bij ongeneeslijk zieke patiënten die voedingsklachten hebben als gevolg van chemotherapie. Tweejarig voedingsonderzoek aan het Radboud Universitair Medisch Centrum in Nijmegen. Doel: het ontwikkelen van speciale thuisbezorgmaaltijden die klachten bij chemotherapie-patiënten moeten verminderen. Winnaar van de onderzoeksronde Voeding bij kanker georganiseerd door NFtK en NVD (Nederlandse Vereniging van Diëtisten). (lopend)
4. **PA-INTENS.** Tweejarig bewegings- en voedingsonderzoek onder hoofd-hals kankerpatiënten. Door het Universitair Medisch Centrum Utrecht ben het Antoni van Leeuwenhoekziekenhuis. Doel: een bewegingsprogramma ontwikkelen waardoor de voedingsbehoefte van deze patiënten verbetert en hun levenskwaliteit toeneemt. (lopend)
5. **FIT to FIGHT.** Topsportaanpak voor darmkankerpatiënten. Prehabilitatie programma binnen het Maxima Medisch Centrum te Veldhoven en Eindhoven. Doel: het verbeteren van de conditie van mensen met darmkanker vóór de operatie door een intensief programma gericht op o.a. voeding en beweging en welzijn. (lopend)
6. **GEZOND GEWICHT NA KANKER.** Tweejarig onderzoek gericht op het behouden of verkrijgen van een gezond lichaamsgewicht na de kankerbehandeling. Door het Universitair Medisch Centrum Groningen. Doel: het ontwikkelen van een behandelroute met leefstijladviezen. (nieuw)
7. **BEWEGEN bij KANKER.** In samenwerking met de Nederlandse Vereniging van Fysiotherapeuten Lymfologie en Oncologie (NFVL), Vereniging Sportgeneeskunde (VSG) en de Werkgroep Oncologische Revalidatie (WOR) is een onderzoeksronde uitgezet rond het onderwerp Bewegen bij kanker. Onderzoekers mogen een subsidieaanvraag indienen en een professionele jury zal een winnaar begin 2019 aanwijzen. De winnaar wint een subsidie van 30.000 euro. (nieuw)

Proefschriften

- **Colorectal cancer surgery; clinical improvements introducing prehabilitation door dr. Stefan van Rooijen.** Dit proefschrift behandelt het door het NFtK gefinancierde onderzoek naar fit worden vóór een darmkankeroperatie (Fit to Fight).



- **Effects of exercise on cancer-related fatigue: moving forward door dr. Jonna van Vulpen.**

Dit proefschrift gaat over onderzoek naar het effect van fysieke training op vermoeidheid die is ontstaan door kanker en kankerbehandelingen. Vermoeidheid geldt als een van de meest voorkomende bijwerkingen van de ziekte en de behandelingen. Deze vermoeidheid heeft veel negatieve gevolgen voor het dagelijks leven van de patiënt. Hierdoor kunnen werken en deelnemen aan sociale activiteiten moeilijker worden. En wie steeds moe is, loopt een grotere kans in een zwaarmoedige stemming te raken. Gelukkig bestaat er een veelbelovende behandeling: lichamelijke training. In haar promotieonderzoek laat Jonna van Vulpen zien dat fysieke training, bij voorkeur onder deskundige begeleiding, positieve effecten heeft op vermoeidheid bij mensen met verschillende typen kanker.

- **Arginine/Nitric oxide metabolism in surgical oncology door dr. Nikki Buijs.**

Dit proefschrift behandelt de rol van het aminozuur arginine in ons lichaam. Deze stof is essentieel voor een goed werkend afweersysteem en daarom erg belangrijk in de strijd tegen kanker. Een kwaadaardige tumor en een operatie echter verminderen de arginineconcentraties in het menselijk lichaam. Door kankerpatiënten rond hun operatie voeding met extra arginine te geven, ontstond een betere overleving.

- **Optimizing psychosocial support and symptom management for patients with advanced cancer dr. Claudia Schuurhuizen**

In dit onderzoek aandacht om welzijn en de kwaliteit van leven van de patiënten verbeteren door de symptoomcontrole en psychosociale ondersteuning te optimaliseren. De meerderheid van de kankerpatiënten met psychosociale problemen hebben achter geen behoefte heeft aan deze ondersteuning maar meer behoefte aan het bespreken van emotionele zorgen wat het welzijn van patiënten kan verbeteren. Kankerpatiënten met psychosociale klachten lijken baat te hebben bij emotionele steun van een arts. Dit concludeert arts-onderzoeker Claudia Schuurhuizen in haar promotieonderzoek met als doel welzijn en de kwaliteit van leven van patiënten met vergevorderde kanker te verbeteren.

Projecten

1. **Sporten bij kanker** door stichting Tegenkracht
2. **Fitality** (nieuw)
3. **2e landelijke dag van stichting Langs de Zijlijn**, gericht op kinderen die geconfronteerd worden met kanker binnen het gezin. (nieuw)
4. **Cancer Care Center** Vitaal Verder (nieuw)

3. Voorwoord

Voor u ligt het jaarverslag 2018 van het Nationaal Fonds tegen Kanker. Dankzij de steun van vele duizenden Nederlanders is het wederom mogelijk geworden om bij te dragen aan een Langer Beter Leven voor mensen met kanker. In dit jaarverslag willen wij u een beeld geven van onze werkzaamheden die hebben plaatsgevonden in 2018.

Het bestuur van het NFtK sluit in haar beleid aan bij de in Nederland gestelde normen voor goede doelen.

Dat doen wij onder andere door het opstellen van dit jaarverslag. Dit jaarverslag is vele malen omvangrijker dan de eisen die de Belastingdienst stelt voor de status van Algemeen Nut Beogende Instellingen (ANBI). Wij onderschrijven het kader dat de branchevereniging voor fondsenwervende goede doelen stelt en proberen daar invulling aan te geven.

In dit jaarverslag treft u naast dit bestuursverslag de jaarrekening over 2018 en de begroting van 2019 aan. De jaarrekening is door een onafhankelijk registeraccountant op het hoogste niveau gecontroleerd. Als goed doel streven wij ernaar om te voldoen aan de volgens de CBF erkenning geldende normen voor fondsenwerving.

Ter bevordering van transparantie wordt in dit verslag niet alleen uiteengezet welke acties in het afgelopen jaar hebben plaatsgevonden, maar is ook de gehele financiële verantwoording opgenomen in een jaarrekening conform de RJ 650-norm. Deze verschaft volledige inzage in de financiële situatie van het NFtK. De totale financiële situatie is door een registeraccountant gecontroleerd (anders dan de samenstellings- of beoordelingsverklaring). Een controleverklaring van een onafhankelijk registeraccountant is dan ook in dit jaarverslag opgenomen.

Giften 2018: 690.778 euro

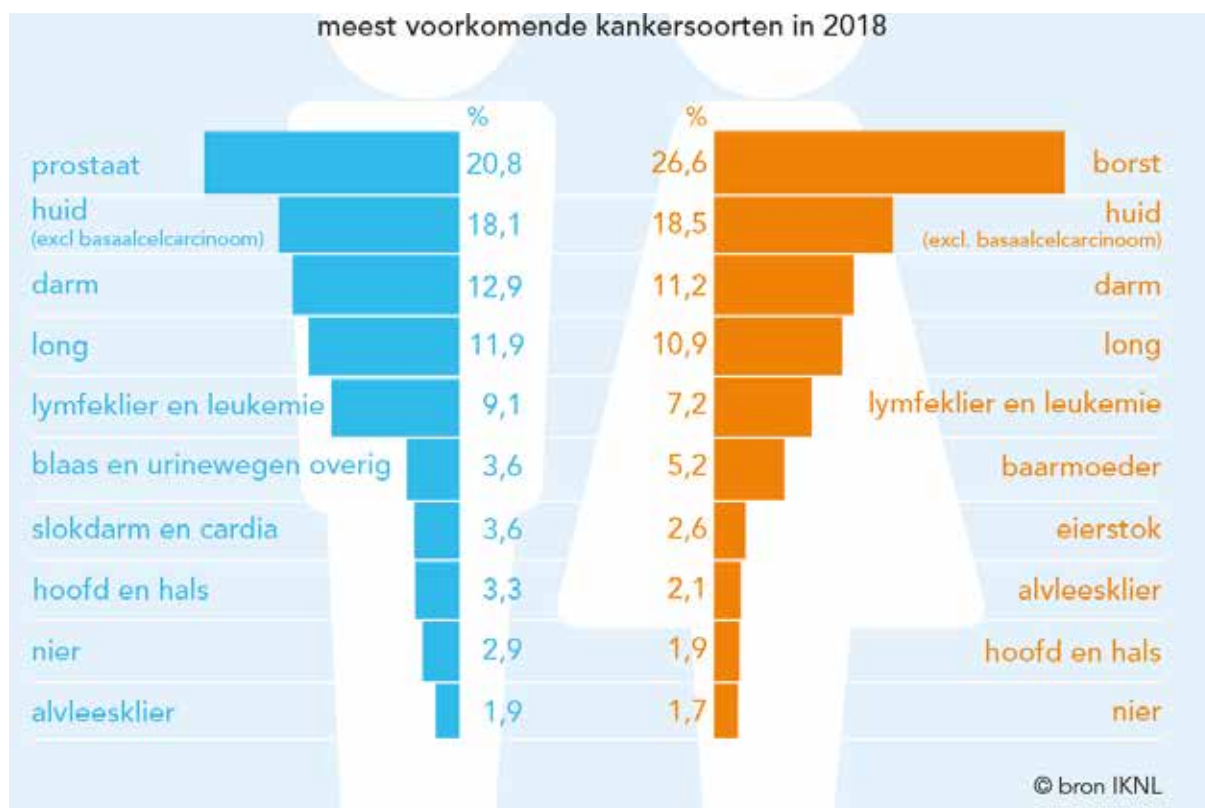
78.3% van de totale baten werd besteed aan doelstellingen.

In 2018 mochten wij, dankzij u, een bedrag van 690.778 euro ontvangen. Samen met de inkomsten uit eerdere jaren was het in 2018 mogelijk een aantal nieuwe projecten en studies te starten. In 2018 werd 78,3 procent uitgegeven aan voorlichting, projecten en wetenschappelijk onderzoek op het gebied van voeding, beweging en welzijn als onderdeel van de oncologische zorg in Nederland. Van alle inkomsten als ook het gemiddelde van de afgelopen 3 jaar werd minder dan 25 procent van de inkomsten besteed aan fondsenwervende activiteiten. Kosten eigen fondsenwerving waren dit jaar 20,4% van de baten. Door dat er helaas een medewerker voor het geheel jaar met verzuim was zijn vrijwilligers bij gesprongen om de activiteiten in te vullen. Het gevolg is dat de lasten voor beheer en administratie zakten van 9,4 naar 5,6 procent van de totale lasten.

De huidige financiële positie mag beschouwd worden als gezond en stabiel. De elementen waar wij als organisatie invloed op kunnen uitoefenen door de keuze en inzet van fondsenwervende activiteiten iets dalend. Met name de reactie van de markt op de nieuwe wetgeving AVG heeft de invulling van fondsenwervende activiteiten bemoeilijkt. Groei is mogelijk door de verdere participatie in de VriendenLoterij waar ook in 2018 weer geoormerkte loten werden aangeschaft. Opbrengst daarvan was 145.625 euro een ruime verdubbeling van de baten uit 2017. Acties van derden en opname in legaten en testamenten kent voor onze organisatie een zeer grillig verloop en maakt het moeilijk om in te schatten. Bij ontvangst van extreem grote giften (zoals o.a. in 2015) heeft het NFtK besloten om de gelden niet te gebruiken voor het versterken van de vermogenspositie maar kiest het bestuur ervoor dit te vertalen naar nieuwe projecten (hulpverlening), bredere voorlichting en nieuwe studies (wetenschappelijk onderzoek). Wij kiezen er uitdrukkelijk voor om gelden van onze donateurs in te zetten voor het verwezenlijken van een vaste positie van voeding, beweging en welzijn als onderdeel van de behandeling van mensen met kanker.

Het bestuur is van mening dat dit jaarverslag bijdraagt aan de noodzakelijke transparantie voor diegenen die onze doelstellingen (onder andere financieel) ondersteunen. Bijdragen aan een doelstelling die gericht is op mensen met kanker en hun naasten. Dat is waar onze donateurs hun steun aan geven.

4. Kanker in Nederland (Bron IKNL www.IKNL.nl)



In 2018 zijn er in Nederland 116.537 nieuwe gevallen van kanker gediagnosticeerd. Dat blijkt uit nieuwe incidentiecijfers van de Nederlandse Kankerregistratie (NKR). Kanker aan de spijsverterings-organen (vooral darmkanker) was vorig jaar de meest voorkomende kanker. Dit heeft vooral te maken met toenemende vergrijzing van de Nederlandse bevolking. Sinds de invoering van het bevolkingsonderzoek nam de incidentie van darmkanker toe, maar die incidentie lijkt nu weer te dalen. Een andere opvallende vaststelling is dat de incidentie van longkanker bij vrouwen zich lijkt te stabiliseren.

Het aantal nieuwe gevallen van kanker (incidentie) kwam in 2018 uit op in totaal 116.537, een stijging van circa 4,4 procent ten opzichte van een jaar eerder.

Dagelijks krijgen circa 500 mensen in Nederland te horen dat ze kanker hebben. Zij verdienen de best mogelijke behandeling en zorg op elk terrein.

5. Nationaal Fonds tegen Kanker: organisatie

Oprichting

De stichting Nationaal Fonds tegen Kanker (NFtK) is opgericht op 8 maart 1999. Het NFtK is gevestigd op het WG Plein 187, 1054 SC in Amsterdam. Zij staat ingeschreven in het Register van de Kamer van Koophandel te Amsterdam onder dossiernummer 34113091.

In 1999 is het NFtK aangemerkt als instelling volgens artikel 24 lid 4 van de Successiewet 1956 onder nummer 15811. Tevens is het fonds door de Belastingdienst aangemerkt als Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI). Een instelling kan alleen een ANBI zijn, als ze zich voor minstens 90 procent van haar activiteiten inzet voor het algemeen nut. Na een controle van de Belastingdienst eind 2013 is de ANBI status van het NFtK voor onbepaalde tijd verlengd.

Bestuurssamenstelling

Het bestuur van het Nationaal Fonds tegen Kanker bestond in 2018 uit:

Mr. Ch. H. van Dijk	(actief sinds oktober 2014), voorzitter
Drs. J.G.M. van Ophem	(actief sinds oktober 2014), penningmeester
Drs. M.G.J. Smit	(actief sinds januari 2015), secretaris
Drs. D.J.W. van den Berg	(actief sinds oktober 2014), bestuurslid
Mevr. drs. S.A.J. Pieterse	(actief sinds augustus 2016), bestuurslid
Mevr. drs. M. Mol	(actief sinds maart 2017), bestuurslid

Het bestuur bestond in 2018 uit zes bestuursleden. De bestuursleden hebben geen professionele binding met het NFtK. Zij ontvangen geen bezoldiging voor de bestuursfunctie maar wel een vaste onkostenvergoeding van jaarlijks 480 euro. Bestuurders hebben allen een verklaring van onafhankelijkheid getekend en hebben geen persoonlijke of financiële belangen bij het NFtK.

Het bestuur vergadert minimaal één maal per kwartaal. Daarnaast zal per telefoon of mail ad hoc in worden gespeeld op de actualiteit.

Het bureau van het NFtK is belast met de uitvoering van het beleid. De dagelijkse leiding is sinds januari 2013 in handen van de heer drs. L.A. Claassen (40 uur). Als leidraad voor het beleid is een meerjarenbeleidsplan 2016-2020 geschreven. Hierin zijn de doelen en de weg ernaar toe beschreven. Afhankelijk van de giften van onze donateurs zal het beleid langzamer of sneller kunnen worden ingevuld.

Naast de aansturing van medewerkers, vrijwilligers en leveranciers is de heer Claassen verantwoordelijk voor de invulling en uitvoering van de activiteiten (doelstelling en fondsenwerving) die passend zijn binnen het door het bestuur bepaalde beleid. Uiteraard moet zijn handelen in lijn zijn met de doelstelling van het NFtK. Op het kantoor is één bureaumedewerker (20 uur) actief die naast administratieve werkzaamheden grafische activiteiten verricht, zich bezig houdt met het contentbeheer van de website en de sociale media. Door een ongeluk is zij het gehele jaar met ziekteverlof geweest.



Door alle arbeidsuren op te tellen ($40+20=60$ uur) en gebaseerd op een voltijd betrekking van 36 uur per week conform de CAO voor Welzijn en Maatschappelijke Dienstverlening werd het bureau ingevuld door 1,7 Fulltime-equivalent (fte). Gezien het ziekteverlof is dit in de praktijk terug gebracht naar 1,1 FTE. Daarnaast is er een groter beroep gedaan op vrijwilligers.

Vrijwilligers dragen bij vanuit hun expertise. Naast het bestuur zijn er in 2018 drie vrijwilligers actief geweest. Zij hebben zich beziggehouden met onder andere beheer en administratieve bezigheden. Daarnaast heeft er dankzij de inzet van deze vrijwilligers een aantal marketingactiviteiten gericht op fondsenwervende acties plaatsgevonden. Vrijwilligers ontvangen een bijdrage van maximaal 1.500 euro per jaar en hebben de mogelijkheid onkosten te declareren. Dit is conform de Belastingdienst.

Het bureau was van maandag tot en met donderdag geopend en telefonisch bereikbaar. De website is dag en nacht bereikbaar voor vragen. De antwoordtijd is vaak binnen 24 uur met een maximum van één week. Telefonisch, via de website en via mail kan men vragen en eventuele klachten, op- en aanmerkingen plaatsen. Daarnaast is het mogelijk om adreswijzigingen of voorkeuren te melden. Het plaatsen of aanpassen van donaties is eveneens telefonisch of per mail mogelijk. Regelmatig weet het publiek ons via deze kanalen te vinden. Naast administratieve zaken worden er regelmatig hulpvragen gesteld.

6. Nationaal Fonds tegen Kanker: Unieke benadering van kanker

Langer Beter Leven

Het NFtK zet zich in om voeding, beweging en welzijn vast onderdeel te laten worden van de oncologische zorg van morgen. Dit draagt bij aan een Langer (overlevingskansen) en Beter (kwaliteit) Leven voor mensen met kanker.

Tumor versus Mens

Al sinds jaar en dag staat binnen de oncologische zorg niet de mens maar vooral de tumor centraal. Dat is begrijpelijk. Niet alleen de arts maar ook de patiënt wil dat de tumor, de ziekte, het lichaam zal verlaten. Door deze focus op een technische benadering krijgen belangrijke menselijke randvoorwaarden regelmatig minder aandacht dan zij verdienen. Het is de mens die om moet gaan met de ziekte en ook met de vaak zeer zware tumorgerichte behandelingen zoals een operatie, bestraling of chemotherapie. Het is de mens die uiteindelijk moeilijke en zware beslissingen moet nemen met betrekking tot het totale behandelplan.

Het een sluit het ander zeker niet uit. Mensgerichte en tumorgerichte behandelingen zijn niet alleen afzonderlijk van elkaar belangrijk maar ze zijn beide nodig en versterken elkaar. De menselijke aspecten vertaald naar bijvoorbeeld lichamelijke en geestelijke conditie zijn vaak essentieel in het kunnen omgaan met de ziekte. Ze kunnen een rol spelen bij het succes van een tumorgerichte behandeling en het herstel daarna.

Eigen bijdrage (Empowerment)

Een voordeel van het inzetten van behandelingen gericht op voeding, fysieke inspanning en geestelijke ontspanning is dat de patiënt voor een belangrijk deel zelf kan bijdragen. In vergelijking met de tumorgerichte behandelingen die men passief ondergaat, geven deze behandelingen een deel van de regierol en

verantwoordelijkheid terug aan de kankerpatiënt. Door, onder begeleiding, bezig te gaan met het verbeteren van de lichamelijke en geestelijke conditie dragen zij zelf bij aan een hogere kwaliteit van leven. Door fysiek sterker te worden wordt ook de mentale weerbaarheid verhoogd. Daarnaast zijn er aanwijzingen dat daarmee het aantal en de ernst van complicaties en bijwerkingen verminderen of beter hanteerbaar worden. Dat geldt eveneens voor depressies en angsten bij kanker. Een betere fysieke en mentale conditie helpt bij het succesvol kunnen doorstaan van de behandeling en draagt bij aan een betere kwaliteit van leven.

Dat het ontstaan van de ziekte kanker mede door lifestyle factoren beïnvloed wordt is inmiddels breed geaccepteerd. Dat roken, slechte voeding, zwaarlijvigheid en een tekort aan beweging belangrijke risico's met zich meebrengen voor de gezondheid is geen geheim meer. Zij kunnen in meer of mindere mate de kans op kanker vergroten.

Het idee dat goede voeding, voldoende beweging en hoge(re) mentale weerbaarheid een waardevolle invloed kunnen hebben op het verloop van de ziekte, het proces van genezing en de kwaliteit van leven is nog minder gemeengoed. Ondanks de aanwezigheid van zorgprofessionals die zijn opgeleid om deze factoren door begeleiding positief te beïnvloeden, is de inzet er van zeker niet standaard te noemen. Evenmin is deze behoefte vertaald naar vergoede zorg in Nederland. De wetenschappelijke onderbouwing voor het belang van deze factoren wordt steeds sterker. In sommige gevallen is deze bewijsvoering (Evidence Based) al vertaald naar behandelrichtlijnen zoals de nationale en internationale richtlijn: Ondervoeding bij kanker.

Het aantal mensen met kanker in Nederland wordt steeds groter. Dat heeft te maken met de groei van het aantal nieuwe gevallen (110.000 in 2018 met een groei van 1% ten opzichte van 2017) maar ook met het aantal mensen dat langer blijft leven met kanker. Steeds meer wordt kanker een chronische ziekte. Door snellere herkenning van kanker door bestaande maar ook nieuwe screeningsprogramma's, worden meer mensen in een vroeger stadium gediagnosticeerd. Betere behandelmethoden zorgen er voorts voor dat mensen die kanker hebben langer leven. Tot slot vergrijst Nederland waardoor de kans op kanker wordt vergroot. Circa 75% van alle vormen van kanker treedt op bij mensen vanaf 60 jaar.

De kwaliteit van leven is voor ieder mens wezenlijk. Dat geldt uiteraard ook voor kankerpatiënten. Niet alleen als zij zijn genezen, maar ook voor hen waar genezing niet meer mogelijk is. Aandacht voor de kwaliteit van leven moet volgens het NFtK dan ook vast onderdeel zijn van de oncologische zorg en al direct na de diagnose starten. Zorg gericht op de voedingstoestand de fysieke gesteldheid en mogelijk psychosociale hulp kunnen daar sterk aan bijdragen.

Een volgende logische stap in de hedendaagse oncologische zorg moet dan ook zijn dat voeding, beweging en welzijn vanaf de diagnose veel meer aandacht krijgt dan tot op heden het geval is.

Gedacht kan worden aan het voorkómen van ondervoeding, het in stand houden van een zo goed mogelijke fysieke conditie om herstel te bevorderen en het bieden van psychologische hulp voor patiënt en hun naasten. Het nut van deze vormen van zorg krijgt steeds meer aandacht in de wetenschappelijke literatuur. Voor de signalering, preventie en behandeling van ondervoeding bij kanker zijn nationale en internationale richtlijnen opgesteld. Nader wetenschappelijk onderzoek op het terrein van ondervoeding is van groot belang. Onderzoeken en richtlijnen alleen geven echter geen of beperkte gezondheidswinst of meerwaarde voor



patiënten als ze niet worden geïmplementeerd. Er is slechts een klein aantal ziekenhuizen in Nederland waar klinische zorg en kennis uit de voedingswetenschap samenkomen. In de meeste ziekenhuizen is nog te weinig aandacht voor de voedingstoestand van de patiënt. Op voeding, beweging en welzijn gerichte behandelingen worden nog lang niet overal en in voldoende mate beschikbaar gesteld aan mensen met kanker of hun naasten.

Door de focus te leggen op voeding, beweging en welzijn, is het NFtK uniek in haar benadering van deze vreselijke ziekte. Het NFtK meent dat deze hulp bijdraagt aan een betere fysieke en mentale conditie van kankerpatiënten die als randvoorwaarden belangrijk zijn voor een zo succesvol mogelijke tumorbehandeling. Dat is waar wij naar streven en onze meerwaarde zien voor de strijd tegen kanker. Graag zetten wij ons, namens onze donateurs, daarvoor in.

7. Voeding, Beweging en Welzijn voor mensen met kanker

Voeding

Voeding speelt een centrale rol in ons leven. Het is duidelijk dat voeding een effect heeft op onze gezondheid. De relatie tussen eenzijdige voeding, overconsumptie, overgewicht en diverse ziekten, zoals hart- en vaatziekten, diabetes en kanker, staat inmiddels vast. Voeding speelt een belangrijke rol bij de opbouw van ons lichaam, onze spieren en onze weerstand. Onze kwaliteit van leven hangt daar nauw mee samen. Voeding zonder beweging heeft een andere uitwerking dan voeding in combinatie met bewegen. Voeding zonder mobiliteit zal al snel voor meer vetopbouw zorgen terwijl de combinatie met fysieke inspanning de opbouw van spieren bevordert. Voeding en beweging zijn dan ook onlosmakelijk met elkaar verbonden. Dat is zo als we gezond zijn, maar misschien nog wel meer waar als we ziek zijn. Toch krijgt voeding bij de behandeling van mensen met kanker niet de aandacht die het verdient. Er is dus nog veel positiefs te bereiken.

Voeding is binnen de oncologische zorg een onderbelicht onderwerp

Ondervoeding bij kanker

Een onderschat probleem is ondervoeding bij kankerpatiënten. Bij ondervoeding is sprake van een tekort aan energie, bouwstoffen, vitamines en mineralen voor het lichaam. Daardoor ontstaan onder andere klachten zoals vermoeidheid en futloos zijn. Ook zal de weerstand verminderen. Deze verzwakking vergroot de kans op complicaties en bijwerkingen. Dat is contraproductief voor veel behandelingen en het herstel ervan. Niet alleen de kwaliteit van leven wordt slechter, het is zelfs mogelijk dat de kans op overleving kleiner wordt.

Meer dan 50 procent (variërend van 30-90 procent, afhankelijk van de soort tumor) van de mensen met kanker krijgt vroeg of later in het ziekteproces met ondervoeding te maken. Er zijn nationale en internationale richtlijnen die gebaseerd zijn op wetenschappelijk onderzoek, dat opsporing en behandeling van ondervoeding zinvol en zelfs kosteneffectief is. Toch wordt van deze richtlijnen binnen de Nederlandse gezondheidszorg nog amper gebruik gemaakt. Ook de Inspectie voor de Volksgezondheidszorg en Jeugd (IGJ) heeft dit gesignaleerd. Door de inzet van prestatie-indicatoren heeft IGJ ziekenhuizen verplicht hier iets aan te doen. Tot op heden heeft dit nog weinig effect.

Als ondervoeding niet tijdig wordt opgemerkt en wordt behandeld, kan het zorgen voor een serieuze verzwakking van de patiënt waardoor tumorgerichte behandelingen niet meer mogelijk zijn en zal het levenseinde in sommige gevallen zelfs sneller worden bereikt.

Ziekte en behandeling

Door ziekte maar ook door behandeling zelf kunnen zich tal van problemen voordoen die eten en drinken ernstig bemoeilijken. Een beperkte inname van voedingsstoffen heeft een verdere verzwakking van het lichaam tot gevolg. Operaties kunnen een enorme wissel trekken op onze algehele lichamelijke conditie. Chemotherapie en bestraling zijn erop gericht om cellen te doden. Omdat deze behandelingen nog steeds niet selectief te noemen zijn, sneuvelen er ook veel gezonde cellen. Er treedt spier- en botafbraak op en dit kan leiden tot vele bijwerkingen waardoor het moeilijk wordt om voedingsstoffen in te nemen of vast te houden. In de periode van ziek zijn en doormaken van belastende behandelingen is een verdere verzwakking uiteraard precair.

Voorkom verzwakking tijdens ziekte en behandeling

Het uitblijven van gerichte aandacht voor de voedingstoestand van de patiënt is onwenselijk. Een slechte voedingstoestand wordt geassocieerd met verminderde overlevingskansen en kwaliteit van leven. Ook de kans op het krijgen van complicaties en bijwerkingen door andere behandelingen (operatie, bestraling en chemo) wordt hierdoor verhoogd. Een sterk lichaam doorstaat ziekte en de behandelingen beter dan een zeer verzwakt lijf. Behandelingen zoals operatie, chemo en bestralingen zullen meer succes kunnen hebben als er gewerkt wordt aan een gezonder lichaam. Dit pleit voor het bereiken van een zo'n goed mogelijke voedingstoestand en spieropbouw.

Afhankelijk van leeftijd, stadium van de ziekte en de complete gezondheidstoestand zal een arts een voorstel tot behandeling doen. In onvoldoende mate wordt daarbij gekeken naar de voedingstoestand van de patiënt. Dat is onwenselijk omdat het succes van de gekozen behandeling mede hiervan afhankelijk is. Ook bestaat er een aantoonbare relatie tussen voedingstoestand en de kwaliteit van leven.

Beweging

Na de diagnose kanker is niets meer gewoon of vanzelfsprekend. Het laatste waar aan gedacht wordt in het behandelproces zijn voeding en beweging. Eten staat soms tegen evenals fysieke inspanning. Dat het lichaam verzwakt is helpt evenmin.

Voeding en beweging zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden en moeten op elkaar worden afgestemd. Een lichaam dat niet beweegt, zal voeding omzetten in onnodig vet terwijl voeding bij beweging zorgt voor de opbouw van spieren. Eenvoudig gezegd zijn spieren kracht, weerstand en kwaliteit van leven.

Onderzoek wijst uit dat regelmatig bewegen tijdens de ziekte en zeker ook ten tijde van de behandeling positieve effecten heeft. De conditie blijft beter en er wordt spierkracht opgebouwd. In beweging blijven kan het gevoel van welbevinden en herstel gunstig beïnvloeden.

Mensen met kanker die vóór een zware chemokuur of operatie meer spiermassa hebben, blijken die



behandeling beter te doorstaan. Niet onlogisch als men bedenkt dat behandelingen zoals bestraling en chemo voor spier- en botafbraak zorgen.

Spieren ontstaan door goede voeding in combinatie met beweging. Een fysiek goede conditie draagt bij aan een hogere kwaliteit van leven, een betere weerstand en het zich mentaal sterker voelen.

Door intensief te sporten voor, tijdens en na de behandeling worden de randvoorwaarden optimaal gemaakt voor de behandeling, of dit nu een operatie of chemo is.

Naast de effecten op de lichamelijke gezondheid draagt bewegen bij aan het blijven volhouden van de dagelijkse activiteiten, het zorgt voor ontspanning en veel mensen beleven er plezier aan.

Welzijn

Kanker heeft een grote impact op het welzijn en welbevinden van de mens. Wat overkomt een mens en zijn naasten als de diagnose kanker wordt gesteld? Hoe ga je hier emotioneel mee om en hoe geef je dat een plaats in je leven? Wat is de impact van een behandeling zoals chemotherapie? Hoe houdt een mens dat lichamenlijk maar ook geestelijk vol?

Kanker kan het levensperspectief van de ene op de andere dag op zijn kop zetten. Angst voor de behandeling, onzekerheid over het verloop van de ziekte. Overspoeld worden door heftige emoties, zoals onzekerheid, boosheid, machteloosheid, angst, verdriet, hoop, maar ook wanhoop. De balans in het leven zal voor korte of langere tijd verstoord zijn. Niet alleen de ziekte maar ook de behandeling kan langdurige en verstrekkende gevolgen hebben. Hoe ziet je leven eruit als je te horen krijgt dat je bent genezen of dat genezen niet meer mogelijk is? Binnen de gezondheidszorg wordt daar niet altijd voldoende aandacht aan besteed. Begeleiding door hulpverleners kan mensen helpen om beter met de gevolgen van ziekte en behandeling om te gaan.

Welke mogelijkheden zijn er op het gebied van psychosociale, geestelijke en sociale begeleiding? Maar ook informatie over hoe men ontspanning van de geest kan bereiken. Hierover informeren wij een ieder die daar naar zoekt en stimuleren wij partijen die hier aandacht of invulling aan geven.

Het Nationaal Fonds tegen Kanker draagt ook het onderwerp welzijn al vanaf het eerste begin van haar oprichting in 1999 een warm hart toe. Gelukkig wordt psychosociale begeleiding inmiddels meer en meer opgepakt als serieus onderdeel van de behandeling van mensen met kanker. Helaas is het nog niet zo dat psychosociale hulp standaard kan of zal worden aangeboden. Er blijft nog veel te doen. Maar er is nu gelukkig meer dan hoop alleen. Dankzij onze donateurs blijven wij ook voor dit onderwerp om aandacht vragen.

8. Het streven van het Nationaal Fonds tegen Kanker

Voor iedere patiënt moeten op voeding, beweging en welzijn gerichte behandelingen beschikbaar en inzetbaar zijn binnen het behandelplan. Dit kan en moet in Nederland worden ingevuld omdat dit bijdraagt aan een Langer Beter Leven voor mensen met kanker.

Dankzij onze donateurs is het mogelijk om bij te dragen aan bovenstaande ambitieuze doelstelling. Dit wordt gedaan door het geven van voorlichting en het stimuleren en financieren van diverse projecten en organisaties als ook gedegen wetenschappelijk onderzoek in Nederland.

Langer Beter Leven voor mensen met kanker. Door voeding, beweging en welzijn.

Voorlichting

Door voorlichting te geven over behandelmogelijkheden gericht op voeding, beweging en welzijn hoopt het NFtK mensen met kanker de mogelijkheid te geven om zelf een bewuste en afgewogen keuze voor hun behandeling te maken. Daarnaast hopen wij dat er door meer kennis bij het publiek ook meer aandacht zal zijn vanuit zorgprofessionals en andere deskundigen voor de waarde van voeding, beweging en welzijn, bij mensen met kanker. Die aandacht is nog steeds te beperkt. Vragen van patiënten aan hun zorgverleners als ook zichtbare projecten en wetenschappelijk onderzoek over het belang van voeding, bewegen en welzijn dragen bij aan een groter bewustzijn van de zorgprofessional en de noodzaak van aandacht voor deze elementen binnen de totale behandeling, ongeacht of deze curatief of palliatief van aard is.

Hoe we het ook wenden of keren, de patiënt zal zelf de regisseur van zijn of haar behandeling zijn. Dat is een zeer moeilijke, zo niet vaak onmogelijke opgave. Eerst proberen om de boodschap te verwerken en daarna zich verdiepen in een uiterst complexe ziekte. Wat zijn de behandelmogelijkheden om te genezen, of om zo lang mogelijk met kanker in een goede kwaliteit van leven te kunnen blijven leven? Wat heeft de huidige zorg te bieden en waar is dat te halen? Wat kan een ander en wat kan men zelf? Betrouwbare, oprechte en onafhankelijke informatie kan bij die speurtocht helpen.

Voorlichting van het Nationaal Fonds tegen Kanker vindt offline en online plaats

Offline

Jaarlijks worden drie nieuwsbrieven en drie informatiefolders gemaakt.

In de nieuwsbrief voor donateurs staat veel wetenschappelijke informatie over voeding, beweging en psychosociale hulp. Tevens zal er aandacht zijn voor projecten (nieuw en lopend) acties van personen of bedrijven. Uiteraard is er ook aandacht voor onderzoeken die plaatsvinden, beschikbaar zijn of worden opgestart dankzij onze donateurs.

Jaarlijks worden drie nieuwsbrieven en drie informatiefolders gemaakt.

In de nieuwsbrief voor donateurs staat veel wetenschappelijke informatie over voeding, beweging en psychosociale hulp. Tevens zal er aandacht zijn voor projecten (nieuw en lopend) acties van personen of bedrijven. Uiteraard is er ook aandacht voor onderzoeken die plaatsvinden, beschikbaar zijn of worden opgestart dankzij onze donateurs.



- **Nieuwsbrief nummer 1- april 2018**

Belangrijkste onderwerpen:

- Voedingsaanpak belangrijk bij alvleesklierkanker
- NFtK steunt nieuw voedingsonderzoek van AMC
- Landelijke dag over kanker in het gezin
- Gewichtsverlies moet tijdig ondervangen worden

- **Nieuwsbrief nummer 2 - augustus 2018**

Belangrijkste onderwerpen:

- Huis aan het Water ontvangt €5000 van het NFtK
- Health Deal tegen Kanker
- Geslaagd evenement van stichting Langs de Zijlijn
- Overzicht lopende projecten

- **Nieuwsbrief nummer 3 - december 2018**

Belangrijkste onderwerpen:

- Eerste inzichten onderzoek UMC Utrecht
- Gezond gewicht na kanker
- Nieuw onderzoek in Veldhoven
- Complimenten deelnemers FoodforCare
- Vitaal Verder

Daarnaast bracht het NFtK drie informatiefolders uit met de volgende onderwerpen:



• Nieuwsbericht nr 1 – februari 2018 Behoud van spieren bij kanker

Trainen van spiermassa en spierkracht bij kanker

U zou het misschien niet direct verwachten, maar bij de behandeling van kanker spelen ook de spieren een belangrijke rol. Want wie over voldoende spiermassa beschikt, is beter bestand tegen bijvoorbeeld een chemokuur, bestraling of operatie. Spierzwakte komt veel voor bij kanker. Patiënten kunnen daar zelf iets tegen doen: trainen. Ook voor wie wat ouder is, blijft dit een goed advies. Hoogleraar dr. Andrea Maier van het VU Medisch Centrum heeft eens gezegd: 'Je bent nooit te oud om spiermassa te kweken.' We gaan hier nader in op het belang van sterke spieren bij kanker.

• Nieuwsbericht nr 2- juni 2018 Vragen bij kanker

Als er bij u kanker is ontdekt, komen er waarschijnlijk veel vragen. Wat houdt de behandeling in? Hoe is straks mijn kwaliteit van leven? Kan ik genezen? Wat kan ik zelf doen om het succes van de behandeling te vergroten? Het is moeilijk om tijdens het slechtnieuwsgesprek met de arts alle vragen op een rijtje te hebben en meteen alle informatie goed te verwerken. Met deze folder 'Vragen bij kanker' geven we aan wat u kunt doen om zo goed mogelijk te worden geïnformeerd over uw ziekte en de behandelmogelijkheden.

• Nieuwsbericht nr 3 – oktober 2018 Verklein het risico op kanker

Wie genoeg beweegt, gezond en gevarieerd eet, een normaal gewicht heeft, niet rookt, weinig alcohol drinkt en met mate in de zon zit, verkleint het risico op het krijgen van kanker. Een gezonde leefstijl is in relatie tot kanker van grote betekenis.

Helaas zijn niet alle gevallen van kanker te voorkomen. Bijvoorbeeld kanker die ontstaat door erfelijkheid. Wat wel zo is: als alle Nederlanders zouden kiezen voor een volledig gezond leefpatroon, zou het aantal kanker-gevallen in ons land met ongeveer een derde afnemen. Dat nodigt uit om toch eens naar het eigen leefpatroon te kijken. Hoe zou u gezonder kunnen leven?

De nieuwsbrieven en informatiefolders worden verzonden naar alle donateurs en potentiële donateurs. Naar schatting zijn er in 2018 meer dan 350.000 verschillende adressen aangeschreven.





Daarnaast worden nieuwsbrieven en informatiefolders verstrekt aan diverse zorgprofessionals en mensen die geconfronteerd worden met kanker. Materiaal werd aangeboden in wachtkamers, spreek- en behandelkamers, inloophuizen en op bijeenkomsten. Daarnaast werden folders bij het NFtK aangevraagd door zorgprofessionals en het publiek. Alle materialen worden kosteloos ter beschikking gesteld.

Uiteraard kan een ieder die belangstelling heeft informatie bij ons krijgen. Alle papieren versies worden ook digitaal beschikbaar gesteld op de website.

Online

Voorlichting vindt ook plaats via de website en de sociale media zoals Facebook en Twitter.

De website staat vol betrouwbare en onafhankelijke voorlichting voor mensen met kanker en hun directe omgeving en is vooral gericht op voeding, beweging en welzijn. Deze informatie is te vinden op onze website www.tegenkanker.nl.

Via de website en op Twitter en Facebook is het mogelijk om vragen en opmerkingen te plaatsen. Het aantal mensen dat hiervan gebruik maakt, neemt nog steeds sterk toe. Er worden vragen gesteld over donaties maar ook over medisch inhoudelijke zaken. Via de website is het mogelijk een online of offline nieuwsbrief aan te vragen. Ook is het mogelijk om onze activiteiten middels een gift online te steunen.

Website

Voorlichting is een van de zaken die wij als NFtK hoog in het vaandel hebben staan. De website leent zich daar bij uitstek voor.

Dankzij het internationaal werkende marketingbedrijf Ionmoon is het mogelijk de website die zij hebben gebouwd voor een steeds breder publiek beschikbaar te stellen. Naast opmaak en de eenvoudige toegang tot de website maakt Ionmoon het mogelijk om een steeds groter publiek aan te trekken. Door de vindbaarheid te verhogen, maar ook door binnen de mogelijkheden van Google en het gebruik van Google Grants advertenties te plaatsen. Deze zeer belangrijke toegang tot het publiek wordt al een aantal jaren met heel veel liefde en uren gratis ter beschikking gesteld door Geddy Elburg en haar zeer professionele team van medewerkers werkzaam voor Ionmoon (lees: I on Moon) doelgerichte internetmarketing uit Deventer.



Social Media

Op Facebook, waar wij actief zijn onder de naam Nationaal Fonds tegen Kanker en Voeding bij kanker, worden wekelijks berichten met een hoge nieuwswaarde gedeeld. Deze berichten zijn gerelateerd aan onderwerpen over alles wat te maken heeft met kanker, maar vaak met als focus voeding, beweging en welzijn. Daarnaast worden er smakelijke recepten geplaatst om mensen te inspireren tot een gezonde leefstijl. Deze recepten staan ook op de website. Begin 2013 is gestart om actief lezers te vinden die onze Facebook blijven volgen. Het aantal volgers van de berichten wordt langzaam groter. Eind 2013 lag dit aantal op ongeveer 200 en is gegroeid naar meer dan

2.500 volgers/likers eind 2018 waarbij soms een publiek wordt bereikt van meer dan 30.000 personen. Het bereik is afhankelijk van de aangeboden informatie en het al dan niet commercieel promoten, waar we in december 2016 een eerste aanzet mee hebben gemaakt.

Facebook is eind 2014 gekoppeld aan de Twitteraccount van het NFtK onder de naam TegenKankerNL. Bij het plaatsen van berichten op Facebook vindt direct een tweet plaats van hetzelfde bericht. Daarnaast is er geprobeerd een groter publiek te bereiken via Twitter. Eind december 2018 waren er meer dan 3.000 tweets geplaatst, deels door de informatie die werd gedeeld met Facebook en deels actief geschreven. De TegenKankerNL werd door ruim 1.250 twitteraars gevolgd en het NFtK volgde meer dan 3.000 twitteraars. Door deze toename wordt automatisch, als gevolg van de koppeling, ook het bereik van alle activiteiten op Facebook breder.

Ook in 2018 heeft Facebook voor goede doelen de mogelijkheid aangeboden om kosteloos inzamelingsacties te starten. Hiervoor worden alle Nederlanders die een account hebben op Facebook, uitgenodigd om voor hun verjaardag een inzamelingsactie te starten. Hiervoor kan men kiezen uit een lijst van goede doelen die in de wereld actief zijn. Inzamelingsacties worden gestart door de jarige die zelf bepaald hoelang de actie loopt en wat het streefbedrag is. De jarig vraagt vanuit het eigen netwerk om giften. Donateurs kunnen alleen met behulp van hun creditcard geld overmaken naar Facebook. Alle giften worden zonder kosten direct aan ons overgemaakt. Via deze acties is het verrassende bedrag van 19.479 euro opgehaald.

Daarnaast is ook een begin gemaakt met het plaatsen van berichten via Instagram.

Naast de website, Facebook, Twitter en Instagram wordt voorlichting gegeven in de digitale nieuwsbrief. Begin 2013 is het NFtK gestart met deze mogelijkheid. Aan het eind van 2013 waren er circa 300 actieve aanmeldingen. Dit aantal is gestegen naar 550 in december 2014 en doorgroeid naar ongeveer 3200 aanmeldingen eind 2018.

Contact via telefoon en e-mail

Het Nationaal Fonds tegen Kanker is ook telefonisch en per e-mail bereikbaar. Vragen worden door de medewerkers zorgvuldig en objectief beantwoord. Het antwoord zal betrouwbaar en informatief zijn en gericht op het aanbieden van keuzemogelijkheden die beschikbaar zijn voor mensen met kanker en mensen betrokken bij patiënten.

Individueel verstrekte informatie

Ook dit jaar hebben mensen met kanker, hun naasten en familieleden en geïnteresseerden de weg naar het NFtK gevonden. Uit hun vragen blijkt dat zij allen goed op de hoogte zijn van wat het NFtK hen kan bieden: betrouwbare informatie over behandelingen gericht op voeding, beweging en welzijn.

Het NFtK geeft geen medisch inhoudelijke antwoorden gericht op een patiënt specifieke situatie. Mensen met kanker worden altijd verzocht contact op te nemen met hun huisarts of behandelend specialist, een apotheker, paramedici zoals diëtisten en fysiotherapeuten en/of andere deskundigen (bijvoorbeeld de zorgverzekeraar). Alleen zij kunnen een antwoord op de specifieke situatie van de betrokkene geven. Het NFtK helpt mensen met kanker door de vragen op een rijtje te zetten zodat bij het volgende gesprek de juiste vragen gesteld kunnen

worden. Het is voor mensen met kanker aan te raden om altijd iemand mee te nemen naar het gesprek met een behandelaar. Zo kan de betrokkene na het gesprek met de arts thuis nog eens alles doorspreken. Blijf nooit zitten met openstaande vragen!

Het beantwoorden van vragen, zowel telefonisch als per e-mail, gebeurt op een persoonlijke en professionele wijze. En het maakt deel uit van de werkzaamheden op het bureau van het NFtK.

Het NFtK heeft dankzij haar donateurs in 2018 diverse wetenschappelijke studies en projecten mogelijk gemaakt:

•Promzyme - Amsterdams Medisch Centrum (AMC)

Beschikbaar gesteld door NFtK: 110.000 euro



PROMZYME

Locatie: AMC te Amsterdam

Onderzoeksteam:

- Prof. Dr. M.G.H. Besselink, Pancreas- en Hepatobiliaire (HPB) chirurgie AMC(r)
- Drs. Mevr. A. Latenstein, arts-onderzoeker AMC (I)
- Dr. M.A.E. de van der Schueren, diëtetiek VUmc

Aan het Amsterdams Medisch Centrum (AMC) is een driejarig onderzoek gestart naar de voedingsaanpak bij alvleesklierkanker is een vervolg op PAN-Nutrient en richt zich in het bijzonder op het verbeteren van de voedingsstatus van de patiënt door de behandelaren arts en diëtist. Voorschrijven van enzymen door een arts moet snel en correct plaatsvinden. Uit een recente studie en bestaande literatuur is gebleken dat dit veel problemen oplevert.

Het doel hierbij is een betere kwaliteit van leven en het vergroten van de overlevingskansen bij alvleesklierpatiënten. Alvleesklierkanker is een van de meest agressieve vormen van kanker. Door de ziekte ontstaat er al snel ongewild afvallen dat uiteindelijk voor ondervoeding zorgt. Dit geeft verzwakking. Hierdoor is het vaak niet mogelijk om de normale dingen te kunnen doen, laat staan een zware behandeling te starten of af te maken. Een juiste behandeling kan dat soms voorkomen.

Dit onderzoek wordt uitgevoerd onder leiding van hoogleraar chirurgie Marc Besselink. Anouk Latenstein is arts-onderzoeker aan het Academisch Medisch Centrum in Amsterdam. Zij werkt aan het door het NFtK gesteunde onderzoek naar enzymtekort en ongewenst afvallen bij alvleesklierkankerpatiënten. We vroegen Anouk een beeld te schetsen van de problematiek. Bij alvleesklierkanker ontstaat al snel ondervoeding. Dit

zorgt voor verzwakking. Enzymen in de vorm van medicijnen kunnen een deel van deze verzwakking tegen gaan en daarmee bijdragen aan een langer en beter leven.

Alvleesklierkanker kent een slechte prognose. Niet veel mensen overleven de ziekte. Wat betekent dit voor artsen?

‘Na vijf jaar is nog slechts vijf procent van de patiënten in leven. Vanwege deze geringe overlevingskansen is het belangrijk om altijd te streven naar hoogwaardige oncologische zorg. En daar hoort naast de tumorgerichte behandeling ook een optimalisering van de voedingsstatus bij. Die is juist heel belangrijk om patiënten betere overlevingskansen en een betere kwaliteit van leven te bieden.’

Kanker in de alvleesklier gaat gepaard met enzymetekort. Hoe zit dat precies?

‘De alvleesklier produceert enzymen die helpen bij de vertering van voedsel en hormonen die de suikerhuishouding reguleren. Een zeer groot deel van de patiënten met alvleesklierkanker heeft een tekort aan deze enzymen. Dat komt doordat de afvoergang van de alvleesklier geblokkeerd is. Ook na een alvleesklierkankeroperatie ontstaat vaak een enzymetekort doordat de alvleesklier deels is verwijderd. Het is dus belangrijk dat deze patiënten voldoende enzymen aangeboden krijgen. Hier gaat ons onderzoek in detail op inzoomen.’

Een tweede probleem dat bij veel van deze patiënten speelt, is ongewenst gewichtsverlies. Wat kun je daartegen in stelling brengen?

‘Een tumor verbruikt veel energie, terwijl patiënten juist hun energie hard nodig hebben om weerbaar te zijn voor de behandelingen. Daarom moet hun gewicht op peil blijven.’

Een slechte voedingstoestand geeft voor de patiënt allerlei belemmeringen in het dagelijks leven. Bovendien wordt de kans op bijwerkingen en complicaties erdoor vergroot. Soms zelfs is door die slechte voedingstoestand verdere behandeling in het geheel niet meer mogelijk.

In een ander artikel deden de onderzoekers verslag van bevindingen rond de verstrekking van enzympreparaten. Vaak hebben alvleesklierkankerpatiënten een tekort aan enzymen, dat moet worden aangevuld. Door een enzymetekort verslechtert namelijk de spijsvertering. Enzymen zorgen ervoor dat het voedsel dat je eet in je lichaam wordt omgezet tot brandstof. In de praktijk blijkt het nog niet zo eenvoudig voor artsen om in te schatten welke patiënten baat hebben bij enzympreparaten en welke niet. Het vervolgonderzoek PROMZYME aan het AMC gaat dit nader onder de loep nemen.

Het is belangrijk dat een diëtist tot het behandelteam behoort. Deze voedingsdeskundige kan het huidige gewicht en het voedingspatroon in kaart brengen en aan de hand van de dagelijkse behoeften een dieet samenstellen. Het kan daarbij nodig zijn om het normale eten en drinken aan te vullen met een energie- en eiwitrijke drinkvoeding. Het gewichtsverlies dat ontstaat – mede door een gebrek aan eetlust – moet dan ook tijdig ondervangen worden door de patiënt naar een diëtist te verwijzen.

Waar staan we over tien jaar?

‘Eén ding is zeker: er valt nog heel veel te winnen voor alvleesklierkankerpatiënten. We hopen in de nabije toekomst alle mensen met deze ziekte meer kans op levensverlenging te geven. Met daarbij een betere kwaliteit van leven.’

- **Darmkanker Fit to Fight - Máxima Medisch Centrum in Veldhoven**

Beschikbaar gesteld door NFtK: 95.000 euro



FIT TO FIGHT

Locatie: MMC te Veldhoven

Onderzoeksteam:

- Dr. G.D. Slooter, chirurgie MMC
- Drs. S. van Rooijen, arts-onderzoeker chirurgie MMC
- Dr. G. Schep, sportgeneeskunde MMC
- Drs. R. van Lieshout, diëtist MMC

Topsportaanpak voor darmkankerpatiënten.

Levert het verbeteren van de conditie van darmkankerpatiënten vóór de operatie sneller herstel en grote overlevingskansen voor hen op? In het Máxima Medisch Centrum in Veldhoven loopt een onderzoek dat op deze vraag antwoord moet geven. Dit onderzoek, Fit to Fight, is in alle opzichten vernieuwend. Voor de deelnemers zet men een ‘topsportaanpak’ in, waarbij maar liefst tien zorgdisciplines betrokken zijn.



(I) Onderzoeksleider. G.D. Slooter, chirurgie MMC, geeft een toelichting.

Wat gaat men doen?

We maken de patiënten fitter vóór hun operatie. De medische term hiervoor is prehabilitatie. Dat houdt in dat we hun fysieke en mentale conditie verbeteren. Tussen de diagnose darmkanker en de operatie zitten doorgaans vier tot vijf weken. In die relatief korte tijd volgen de deelnemers een intensief programma. Vergelijk het met een topsportaanpak. Topsporters worden na een blessure ook snel weer op niveau gebracht.

Hoe ziet de aanpak er concreet uit?

Het programma bestaat uit een fysieke training, voedingsondersteuning, toediening van extra eiwitten, psychologische hulp en, indien nodig, een stoppen-met-roken-traject. Vernieuwend is ook dat er tien zorgdisciplines binnen ons ziekenhuis aan meewerken: chirurgen, diëtisten, fysiotherapeuten, sportartsen, anesthesiologen, psychologen, maag-darm-leverartsen, casemanagers, verpleegkundigen en onderzoekers. Een integrale aanpak, dat heeft de toekomst.

Is er al iets van een resultaat zichtbaar?

De allereerste resultaten van het onderzoek laten zien dat het intensieve programma haalbaar is voor de patiënten. Daarbij waarderen ze het om actief bij te dragen aan hun genezing. En ze merken dat ze daadwerkelijk fitter worden. Dit is voor de deelnemers zelf natuurlijk heel erg fijn, maar ook wetenschappelijk interessant.

Wat moet het onderzoek uiteindelijk opleveren?

We hopen te bewijzen dat mensen met darmkanker door ons programma minder complicaties bij hun operatie krijgen en daarmee grotere overlevingskansen hebben. En óók dat ze na de operatie beter en sneller herstellen. Daarnaast hopen we dat patiënten die het programma hebben doorlopen blijvend kiezen voor een gezonde levensstijl. In theorie valt er veel winst te behalen. In 2018 hopen we de eerste resultaten te presenteren.

Een breed team van zorgprofessionals slaagde erin de kracht en de conditie van de betrokken patiënten in een periode van vijf weken vóór hun operatie met zo'n vijftien procent te laten toenemen. Inmiddels hebben de onderzoekers ook de interesse van andere financiers weten te wekken. Daardoor kan er een groot internationaal vervolgonderzoek starten onder zevenhonderd patiënten.

Deze pilot studie had een aantal doelstelling. Laat we kijken welke dat waren en of deze succesvol zijn behaald.

1. **DOEN:** Bovenstaand verhaal Fit to fight is en blijft een papierentijger tenminste als alle goede gedachten, ideeën en wetenschappelijke onderzoeken niet de ruimte krijgen om deze ook werkelijk te testen op patiënten. Eerdere pogingen om hier geld voor te vinden was niet succesvol. De pilotstudie kon alleen maar in 2018 worden uitgevoerd dankzij de donaties van onze donateurs. Doel: succesvol behaald!

2. **HAALBAAR:** Ook al zijn alle betrokken geïnformeerd en zijn de middelen om het uitvoeren beschikbaar dan nog blijft de vraag of het kan. Zijn patiënten bereid mee te doen? En zo ja, kun je dan ook werkelijk alles uitvoeren? Is het haalbaar voor de zorgprofessionals en willen en kunnen patiënten de voorgestelde stappen van A tot Z uitvoeren? Het is de onderzoekers en patiënten gelukt om Fit to fight invulling te geven. Sterker nog patiënten die normaal 4 tot 5 weken, vaak in angst, thuis zitten te wachten op de komende operatie zijn uitermate blij dat ze nu in een "warm bad" zijn terechtgekomen. Een plaats waar je alle aandacht krijgt. Er altijd laagdrempelige mogelijkheden om vragen te stellen waar je mee zit. Nog belangrijk het werken aan je eigen ziekte. De eigen regie hebben en daar door de kwaliteit van leven vast kunnen houden vinden patiënten bijzonder belangrijk. Doel: dubbel succesvol!

3. **RESULTATEN:** Een pilot is een klein onderzoek. Er zijn slechts een beperkt aantal patiënten die men zo bekijkt. De resultaten zijn dan ook beperkt. Toch konden de onderzoekers vast stellen dat het lukt om met dit programma 2 belangrijke zaken te zien. Het lukt om mensen mee te laten doen en ook werkelijk fitter te krijgen voor een operatie. Wat is de waarde van deze resultaten? Met de resultaten op zak is het gelukt als nog een nieuwe aanvraag in te dienen bij het KWF en dit keer met succes. Er is nu voldoende geld beschikbaar om in de komende jaren meer dan 600 patiënten in het onderzoek op te nemen. Dan zal werkelijk blijken of het aantal complicaties van een darmkanker operatie in aantallen en in ernst zullen af nemen. Doel: meer dan succesvol.

4. **EN NU?:** Het onderzoek gaat door, patiënten zullen nu, over de periode van het onderzoek (3-4 jaar) op deze wijze worden begeleid naar een operatie en naar een veel completere behandeling. Gelukkig gaat het de onderzoekers niet alleen om promoties en publicaties. De zorg rond deze en andere patiënten is er gisteren al anders uitgaan zien en deze zal verder meegroeien met de ervaringen. Oh ja, en nog een succes. 80% van de patiënten in deze studie van het MMC te Veldhoven waren een maand na de operatie terug op het conditieniveau van voor de operatie. In de groep die dit programma niet kreeg, de zorg zo als die in heel Nederland het zelfde uit ziet, slechts 40%.

Deze studie is inmiddels afgelopen en krijgt een groot internationaal gevolg.

- **FoodforCare (Compleat) Radboudumc in Nijmegen**

Beschikbaar gesteld door NFtK: 30.000 euro



FOOD FOR CARE

Locatie: Radboud MC te Nijmegen

Onderzoeksteam:

- Dr. M. van den Berg, diëtist-onderzoeker Radboud MC
- V.E. Ijmker-Hemink, MSc Diëtist-onderzoeker
- Dr. G.J.A. Wanten, MD
- Dr. J.N.H. Timmer-Bonte, MD

In 2016 was er in samenwerking met de Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD) een onderzoek wedstrijd uitgezet. De winnende subsidieaanvraag krijgt een contract ter waarde van 30.000 euro. De totale begroting van deze onderzoek wedstrijd is 35.000 euro. 30.000 euro beschikbaar stelde voor een onderzoeksproject

In 2017 kwam de jury bijeen en oordeelde dat er fantastische voorstellen waren ontvangen. Winnaar van de onderzoekscall Voeding bij Kanker was Food for Care (Compleat).

Tijdens chemotherapie hebben patiënten met ongeneeslijke kanker vaak klachten die een negatieve invloed hebben op het (genieten van) eten. Een maaltijdconcept dat inspeelt op deze klachten zou de conditie van deze patiënten kunnen verbeteren en daarmee ook de kwaliteit van leven.

Eind 2017 startte in het ziekenhuis Radboudumc in Nijmegen de studie FoodforCare@home (COMPLEAT studie). Daar wordt onderzocht in welke mate een uitgekiend maaltijdconcept in de thuissituatie klachten van patiënten die chemotherapie ondergaan, kan verminderen. Het doel was hen weer meer te laten genieten van de maaltijd en hun lichamelijke conditie te verbeteren. Zij ontvingen voor een periode van 3 weken een maaltijdbox thuis met vers bereide eiwitrijke gerechten en tussendoortjes.

De coördinator van het onderzoek, diëtist-onderzoeker Vera Ijmker, geeft ons een kijkje in de voortgang: 'Onze eerste indrukken zijn positief. We krijgen veel complimenten van de patiënten over de kwaliteit van de maaltijden. Aan de reacties merk ik ook dat ze door deelname aan dit onderzoek bewuster met voeding aan de slag gaan. Het onderzoek zit nu in een fase van deelnemers werven en metingen uitvoeren. We meten wat FoodforCare voor de patiënten doet. Gaat hun lichamelijk functioneren erop vooruit en wordt het eten weer plezieriger? We hopen aan het eind van 2019/begin 2020 de conclusies van het onderzoek te kunnen melden.

• PA-INTENS Universitair Medisch Centrum Utrecht en Antoni van Leeuwenhoek

Beschikbaar gesteld door NFtK: 32.000 euro

PA-INTENS



Locatie: UMC Utrecht

Onderzoeksteam:

- A. Kok, MSc, diëtist-onderzoeker UMC Utrecht (I)
- M. de Bruin, BSc, hoofd afdeling diëtetiek UMC Utrecht
- Dr. H. Jager-Wittenaar, PhD, Lector Hanzehogeschool Groningen
- Dr. C. Speksnijder, Assistant Professor Cancer Center en Julius Centrum UMC Utrecht
- Dr. A. May, Associate Professor Epidemiologie Divisie Julius Centrum, UMC Utrecht
- Dr. C. Veenhof, Hoogleraar Fysiotherapie Divisie Hersenen, UMC Utrecht
- Dr. M. Stuiver, Fysiotherapeut, AVL te Amsterdam, Hogeschool van Amsterdam
- Prof. dr. R. de Bree, KNO-arts, Hoogleraar Hoofd-Hals Chirurgische, UMC Utrecht

Mensen die behandeld worden voor kanker in de keel, de mond of de hals hebben vaak veel problemen met eten. Ze vallen daardoor ongewild af, raken ondervoed en verliezen spiermassa. Met als gevolg dat hun levenskwaliteit ernstig verslechtert. Het Universitair Medisch Centrum Utrecht en het Antoni van Leeuwenhoek gaan onderzoeken hoe de voedingsbehoefte van patiënten verandert wanneer zij deelnemen aan een bewegingsprogramma. Een betere effectiviteit van de dieetbehandeling in combinatie met een verhoging van fysieke activiteit zal bijdragen aan behoud of herstel van spiermassa en mogelijk positief bijdragen aan de kwaliteit van leven bij deze patiënten.

In het PA-INTENS onderzoek wordt gekeken naar het effect van een beweeginterventie tijdens de chemotherapie en /of bestraling op:

het totale energieverbruik

* vetvrije massa



* voedingstoestand

* en spierkracht bij hoofd-halskankerpatiënten.

Eerste inzichten onderzoek UMC Utrecht

Dit onderzoek wordt verricht olv. A. Kok, MSc, diëtist-onderzoeker UMC Utrecht aan het Universitair Medisch Centrum Utrecht, in samenwerking met het onderzoeksinstituut Antoni van Leeuwenhoek. We vroegen oncologiediëtist en onderzoeker Annemieke Kok naar haar tussentijdse bevindingen.

Mensen met hoofd-halskanker hebben vaak problemen met voedselinname, waardoor hun spiermassa afneemt. De patiënten in dit onderzoek nemen deel aan een bewegingsprogramma, dat hun fysieke conditie zou kunnen verbeteren. Voorwaarde is dat hun voedselinname wordt afgestemd op de voedingsbehoefte, die als gevolg van het bewegen zou kunnen veranderen.

Hoe kwam u tot dit onderzoek?

‘Er is eerder vergelijkbaar wetenschappelijk onderzoek verricht onder andere patiëntengroepen met kanker. Daaruit kwam naar voren dat de patiënten dankzij een gecombineerd bewegings- en voedingsprogramma de behandeling van hun kanker beter konden doorstaan. Ze waren ook minder moe en herstelden beter. Het is echter nog onduidelijk hoe de voedingsbehoefte verandert bij verhoging van de mate van lichaamsbeweging. Dat onderzoeken wij in deze studie.

U bent met een aantal patiënten aan het werk. Hoe ervaren zij het onderzoek?

Een deel van de patiënten is enthousiast. Een ander deel vindt deelname toch wat belastend. Ze geven aan zich volledig te willen richten op de behandeling van de kanker en er niet te veel omheen te willen doen. Ik leg dan uit dat ze door meer te bewegen en een daarop afgestemde energie- en eiwitinname zelf positief kunnen bijdragen aan hun conditie. Als onderzoekers begrijpen wij ook dat de behandeling van kanker veel vraagt van de patiënt door onder andere de bijwerkingen, de vele afspraken in het ziekenhuis en de reistijden. Goede begeleiding is dan ook essentieel om het vol te houden.’

Wat is het doel van dit onderzoek?

‘Als uiteindelijk duidelijk is welk effect het bewegen heeft op de voedingsbehoefte, dan kunnen we het voedingsadvies nog beter afstemmen op de individuele patiënt. In combinatie met een beweegprogramma zal dit bijdragen aan het behoud van spiermassa en kunnen we patiënten zo goed mogelijk voorbereiden op de behandeling van kanker en de levenskwaliteit van deze groep patiënten verbeteren.

• Gezond gewicht na kanker - Universitair Medisch Centrum Groningen **Beschikbaar gesteld door NFtK: 39.371 euro**

In het Universitair Medisch Centrum Groningen start binnenkort een twee jaar durend onderzoek gericht op het behouden of het krijgen van een gezond lichaamsgewicht na de kankerbehandeling. Dit onderzoek – onder aanvoering van psycholoog-onderzoeker dr. Marrit Tuinman – moet leiden tot een behandelroute met



GEZOND GEWICHT NA KANKER

Locatie: UMC te Groningen

Onderzoeksteam: onder leiding van psycholoog-onderzoeker dr. Marrit Tuinman

leefstijladviezen op maat. Gewichtstoename komt vaak voor na een behandeling tegen kanker, in het bijzonder na chemotherapie voor kankervormen zoals zaadbalkanker en borstkanker. Het onderzoek richt zich specifiek op patiënten met deze aandoening.

Het onderzoeksteam in Groningen is een samenwerking tussen de afdelingen gezondheidspsychologie en medische oncologie, en ontwikkelt samen met de ziekenhuisdiëtisten het behandeltraject. Het wordt ook uitgebreid getoetst onder patiënten, hun partners en zorgverleners. Uit dit onderzoek moet een model naar voren komen dat ook landelijk ingevoerd zou kunnen worden.

• Fit bij kanker aan het Máxima Medisch Centrum in Veldhoven

Beschikbaar gesteld door NFtK: 116.914 euro



FIT BIJ KANKER

Locatie: Máxima Medisch Centrum in Veldhoven

Onderzoeksteam: onder leiding van sportarts dr. Goof Schep



Aan het Máxima Medisch Centrum in Veldhoven is , men zeer actief op het gebied van trainings- en voedingsonderzoek bij kanker. Hier vindt een nieuw onderzoek plaats- Fit bij kanker – dat onder leiding staat van sportarts dr. Goof Schep en is erop gericht mensen met kanker zo fit mogelijk te krijgen én te houden. De aanpak omvat fysieke training met voedingsondersteuning, ergotherapie en mentale begeleiding. Het doel is een veelomvattend programma te ontwikkelen, dat zich goed leent voor een brede toepasbaarheid binnen de Nederlandse kankerzorg. Fitheid moet vanaf het begin van de diagnose een belangrijk aandachtspunt worden en meegenomen worden in de totale behandeling, waarbij de patiënt goed gecoached wordt om zijn fitheid optimaal te krijgen. Hoewel er veel bekend is van de mogelijkheid tot verbeteren van fitheid en het nut hiervan is dit op dit moment nog niet ingepast in de zorg. De onderzoekers in Veldhoven hechten veel waarde aan een gepersonaliseerde aanpak. Goed kijken naar wat de patiënt kan en wat bij zijn of haar gezondheidstoestand past. Zodat je niet te weinig, maar ook niet overmatig behandelt. Simpel gezegd: waardevolle zorg op maat.

Dit onderzoek is reeds begonnen en loopt tot eind 2019.

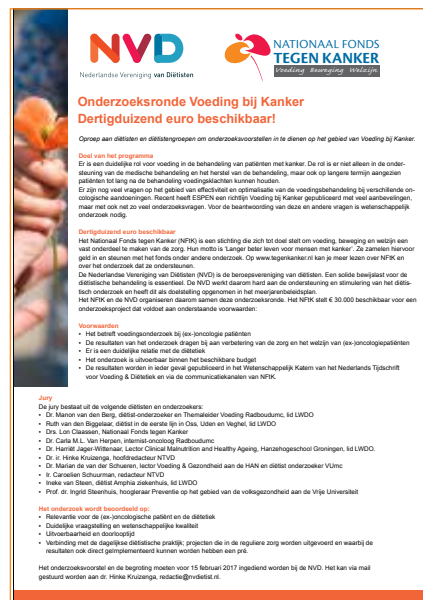
- Onderzoekscaal Bewegen bij Kanker

Beschikbaar gesteld door NFtK: 35.000 euro waarvan 30.000 euro

De NfTK en de Nederlandse Vereniging Fysiotherapie Lymfologie & Oncologie (NVLF) organiseren samen de onderzoeksronde *Bewegen bij Kanker*.

Het Nationaal Fonds tegen Kanker (NFtK) stelt zich tot doel om beweging, voeding en welzijn een vast onderdeel te maken van de zorg. Ons motto is: Langer Beter Leven voor mensen met kanker'. Het NfTK draagt bij aan deze doelstelling door middel van voorlichting, projecten en onderzoek over deze onderwerpen.

De Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie binnen de Lymfologie en Oncologie (NVFL) is de beroepsvereniging van oncologie- en oedeemfysiotherapeuten. Een robuuste bewijslast voor fysiotherapie bij kanker en kanker-gerelateerde klachten is van groot belang. Stimuleren van onderzoek is een vast onderdeel van het beleid van de NVFL.



De onderzoeksrunde bestaat uit een oproep aan oncologie- en oedeemfysiotherapeuten, sportartsen, revalidatieartsen en onderzoekers om onderzoeksvoorstellen in te dienen op het gebied van Bewegen bij Kanker.

Lichaamsbeweging bij kanker heeft positieve effecten op onder andere kwaliteit van leven, vermoeidheid, kanker-gerelateerd lymfoedeem, het beter verdragen van chemotherapie en terugkeer naar werk. Onderzoek dat is gedaan had betrekking op verschillende fasen van het ziekteproces en na afloop van de medische behandelingen bij kanker. Maar er zijn ook nog veel vragen die onbeantwoord zijn. Er zijn immers veel verschillende soorten kanker en niet alle vormen zijn evenveel onderzocht in relatie tot bewegen. Ook over de dosering van beweeginterventies in de palliatieve fase en de invloed van co-morbiditeit is nog weinig bekend. Andere onderwerpen waar meer onderzoek voor nodig is: de toepasbaarheid van 'better in better out' concept bij kanker, aandacht voor verschillende leeftijdsgroepen, therapietrouw in begeleide beweegprogramma's, organisatie van zorg van tweede naar eerste lijn, effecten van fysiotherapeutische beweeginterventies op functionele morbiditeit en de ervaringen van patiënten.

Het onderzoeksproject moet voldoen aan onderstaande voorwaarden:

Voorwaarden

- Het betreft beweegonderzoek bij (ex-) kankerpatiënten
- De resultaten van het onderzoek dragen bij aan verbetering van de zorg en het welzijn van (ex-) oncologiepatiënten
- Er is een duidelijke relatie met (oncologie-/oedeem-) fysiotherapie
- Het onderzoek is uitvoerbaar binnen het beschikbare budget

Jury

De jury bestaat uit:

- Em. prof. dr. Ria Nijhuis- van der Sanden, hoogleraar Paramedische wetenschappen, Radboud UMC
- Prof. dr. Cindy Veenhof, hoogleraar Revalidatie, Fysiotherapiewetenschap en Sport, UMCU en lector Innovatie beweegzorg, HU
- Dr. Martijn Stuiver, fysiotherapeut AVL en lector HVA, bestuurslid Onconet
- Dr. Caroline Speksnijder, senior onderzoeker UMC-Utrecht, orofaciaalfysiotherapeut
- Dr. Caroline Kampshoff, post-doc onderzoeker bij o.a. Amsterdam eXercise in Oncology (AXiON)-groep
- Drs. Lon Claassen, Nationaal Fonds tegen Kanker
- Drs. Mechteld van den Beld, Bestuurder & adviseur Gezondheidszorg, (ex)kankerpatient.
- Petra Gielink MSc, oedeemfysiotherapeut en bestuurslid NVFL
- Anja Bruinsma, directeur Sportgeneeskunde Nederland
- Dr. Aline Vrieling, revalidatiearts UMCG, werkgroep oncologische revalidatie

Het onderzoek wordt beoordeeld op:

- Relevantie voor de (ex)oncologische patiënt
- Duidelijke vraagstelling en wetenschappelijke kwaliteit

Uitvoerbaarheid en doorlooptijd

Verbinding met de dagelijkse fysiotherapiepraktijk; projecten die in de reguliere zorg worden uitgevoerd en waarbij de resultaten ook direct geïmplementeerd kunnen worden hebben een pré.

Onderzoeksvoorstellen konden tot 22 december 2018 ingediend worden. De jury kiest in februari 2019 een winnaar.

Het winnende onderzoeksvoorstel en de resultaten worden in ieder geval gepubliceerd in het tijdschrift O2 van de NVFL en via de communicatiekanalen van zowel het NFtK als de NVFL.

Projecten

In 2018 hebben wij een aantal projecten voorgesteld aan u. Hier werd zeer enthousiast op gereageerd. Dankzij de gulle giften is het mogelijk de volgende projecten ook financieel in de steigers te zetten.

Opzet is om meer bekendheid te geven aan het belang van voeding, beweging en welzijn voor mensen met kanker. Graag stellen wij vanaf 2018 concrete projecten voor om deze activiteiten aan een groot publiek onder de aandacht te brengen.

- [Stichting Tegenkracht - Sporten bij kanker](#)
Het NFtK heeft dit project gefinancierd met 7.500 euro.



Onderzoek geeft aan dat sporten een hele positieve bijdrage kan leveren tijdens kanker. Minder bijwerking, minder complicaties, minder vermoeidheid, beter herstel, betere kwaliteit van leven. Sporten bij kanker is het meest succesvol onder begeleiding van deskundigen. Stichting TegenKracht biedt bewegingsprogramma's op maat aan.

Op dit moment wordt bepaalde, aanvullende kankerzorg niet vergoed vanuit een aantal zorgverzekeringen. Daarmee sluit je een groep mensen uit. Het NFtK wilde daar iets tegen doen. Samen met Stichting Tegenkracht maakte het NFtK het mogelijk dat 10 kankerpatiënten met onvoldoende eigen financiële armslag konden deelnemen aan dit project. We hopen voor de toekomst dat in elke zorgverzekeringsspolis deze vorm van kankerzorg zijn erkenning vindt.

Stichting Tegenkracht is een organisatie die door heel Nederland kankerpatiënten sportbegeleiding op maat biedt. Ze staan voor een sportmedisch verantwoorde begeleiding die uitgaat van de wensen en mogelijkheden van de patiënt.

De waarde van sporten bij kanker wordt tegenwoordig breed onderschreven. Het bestrijdt vermoeidheid en andere bijwerkingen van de behandeling, verkleint het risico van complicaties en zorgt voor sneller herstel en dus een betere kwaliteit van leven. Ook het weer oppakken van beroepsmatige activiteiten ná de ziekte gaat beter. De inmiddels vele verhalen van patiënten bevestigen dit alles. Sporten brengt je vooruit.

• Sportbegeleiding door personal trainer door Fitality in samenwerking met Tegenkracht.

Kader van het project

Trainen met kanker onder begeleiding van de stichting Tegenkracht in combinatie met een personal coach/trainer. De personal was Johan van Wijck van Fitality te Leiderdorp.

Tegenkracht en Fitality onderzoeken de mogelijkheden om de sportbegeleiding van mensen met kanker gezamenlijk invulling te geven in de omgeving Leiderdorp. Om eventuele financiële drempels weg te nemen is een externe partij bereid gevonden om een start bedrag van 15.000 euro beschikbaar te stellen. Ziekenhuizen in Leiden en Leiderdorp zullen worden geïnformeerd over dit initiatief om mensen met kanker door te sturen.

Tegenkracht

Sporten en bewegen voor, tijdens en na de behandelingen van kanker kan een belangrijke bijdrage leveren aan de kwaliteit van leven van kankerpatiënten. Goede fysieke fitheid draagt bij aan lichaam en geest. Je herstelt beter van operatie, chemotherapie en bestraling. Daarnaast kan het de gewenste afleiding geven in vaak zware en moeilijke tijden. Stichting Tegenkracht is overtuigd van deze meerwaarde van sport en bewegen voor kankerpatiënten, diverse wetenschappelijke onderzoeken tonen dat ook aan.

De coördinatoren van Tegenkracht onderhouden het contact met deelnemers, zij zorgen voor de afspraken bij de sportarts en zij organiseren de contacten met sportlocaties. Zij helpen om de kortste weg naar sportbegeleiding op maat te vinden.

Opbrengsten uit giften, donaties en sponsoring komen in het sportfonds van Tegenkracht. De deelnemers kunnen aanspraak maken op dit sportfonds om het sportplan ook betaalbaar te houden voor alle deelnemers. Inzet personal trainer van Fitality.

Fitality (Leiderdorp) houdt zich bezig met Personal training & Medical training. Fitality en de klant/deelnemer bepalen samen wat de huidige situatie is en maken het beeld van de gewenste situatie duidelijk. Het maatwerkaspect past naadloos op de gedachte die Tegenkracht heeft over de optimale begeleiding van kankerpatiënten. Fitality kan een toegevoegde zijn omdat het niet alleen naar de 'medical training' kijkt, maar ook op het gebied van Bewegen, Voeding en Levensstijl en de juiste coaching optimale resultaten behaalt. Fitality heeft goede contacten met oncologisch fysiotherapeuten in de directe omgeving. www.fitality.nl

• Stichting Langs de Zijlijn – 2e Landelijke dag Langs de Zijlijn 2018.

Het NFtK heeft dit initiatief met 2.000 euro gesponsord en zal bijdragen aan de communicatie over dit evenement binnen Nederland.

Kanker is ingrijpend voor ieder gezinslid. Vaak is er meer aandacht voor de zieke en zijn de kinderen onzichtbaar voor de hulpverleners in het ziekenhuis. Kinderen worden geconfronteerd met een nieuwe situatie qua rolverdeling en verantwoordelijkheden. Die zijn niet voorbereid op zulke ingrijpende situaties in deze fase van hun leven. Ze staan langs de zijlijn – in sporttermen – en moeten lijdzaam toezien wat er gebeurt in het speelveld van medici en patiënt. Opvang en begeleiding is met name gericht op de patiënt en niet zozeer op de kinderen.



Om kinderen een stem te geven en hen in deze moeilijke situatie te ondersteunen, organiseerde Stichting Langs de Zijlijn haar tweede landelijke dag om voor hun situatie aandacht te vragen.

• Vitaal Verder - Cancer Care Center

Het NFtK heeft dit initiatief met 5.000 euro gesponsord.

Over dit project

Het Cancer Care Center, met zeven vestigingen in Amsterdam, helpt (voormalig) kankerpatiënten vitaler te worden. Het is een organisatie met een brede dienstverlening, waaronder oncologiefysiotherapie. Vitaal verder heet het bewegingsprogramma dat speciaal is opgezet om bijwerkingen van de kankerbehandeling te verminderen. Het Cancer Care Center heeft het NFtK hiervoor een bijdrage van 5.000 euro gevraagd. Het geld is bedoeld voor de aanschaf van oefenattributen en het maken van voorlichtingsmateriaal.



Slotwoord

Nooit eerder hebben wij zoveel projecten weten mogelijk te maken. Dat is alleen maar mogelijk dankzij u als donateur. Wij hopen u wederom in grote getalen te mogen begroeten en wij zullen u verder informeren over de werkzaamheden die wij dank zij u mogelijk kunnen maken.

Amsterdam, 2019

BEGROTE STAAT VAN BATEN EN LASTEN OVER 2019

	Begroting
	2019
	€
BATEN	
Baten uit eigen fondsenverweving	625.000
Totaal baten	625.000
LASTEN	
Besteed aan doelstellingen	
Besteed aan doelstellingen	543.463
Werving baten	
Kosten eigen fondsenwerving	166.721
Beheer en administratie	
	76.316
Totaal lasten	786.500
Resultaat	-161.500
<u><i>Kengetallen</i></u>	<u><i>Begroting</i></u>
• <i>Lasten beheer en administratie in % van Totaal lasten</i>	9,7%
• <i>Lasten besteed aan doelstellingen in % van Totaal lasten</i>	69,1%
• <i>Kosten eigen fondsenwerving in % van baten uit eigen fondsenwerving</i>	26,7%
• <i>Lasten besteed aan doelstellingen in % van Totaal baten</i>	86,9%



TOELICHTING OP DE BEGROTE STAAT VAN BATEN EN LASTEN OVER 2019

	Begroting 2019 €
Baten uit eigen fondsenwerving	
Donaties en giften	625.000
	<u>625.000</u>

Specificatie en verdeling kosten naar bestemming

	<u>Doelstelling</u>			<u>Werving baten</u>			
	<i>Voorlichting</i>	<i>Wetenschappelijk onderzoek</i>	<i>Hulpverlening</i>	<i>Eigen fondsenwerving</i>	<i>Beheer en administratie</i>	<i>Totaal begroting 2019</i>	<i>Totaal 2018</i>
	€	€	€	€	€	€	€
Subsidies en bijdragen		130.000	20.000			150.000	145.000
Publiciteit en communicatie	271.438			138.562		410.000	340.000
Personeelskosten	57.369	20.180	8.649	19.892	53.910	160.000	155.000
Huisvestingskosten	5.737	2.018	865	1.989	5.391	16.000	15.000
Kantoor- en algemene kosten	18.645	6.559	2.811	6.465	17.520	52.000	30.000
Rentebaten	-538	-189	-81	-187	-505	-1.500	-2.500
Totaal	352.651	158.568	32.244	166.721	76.316	786.500	682.500

De uitvoeringskosten worden toegerekend aan doelstellingen, fondsenwerving en beheer en administratie. Direct toerekenbare kosten worden direct toegerekend. Salariskosten worden per medewerker verdeeld op basis van verrichte werkzaamheden. Algemene kosten worden verdeeld op basis van personele bezetting.

Jaarrekening 2018

BALANS PER 31 DECEMBER 2018

(na bestemming van het resultaat)

[illegible]

BALANS PER 31 DECEMBER 2018

PASSIVA		<u>31 december 2018</u> €	<u>31 december 2017</u> €
Reserves en fondsen	(3)		
Continuïteitsreserve		300.000	300.000
Bestemmingsreserve		-	-
Overige reserves		805.074	821.330
		<u>1.105.074</u>	<u>1.121.330</u>
Langlopende schulden	(4)		
Subsidieverplichtingen		98.871	147.833
Kortlopende schulden	(5)		
Kortlopend deel van de subsidieverplichtingen		232.914	116.667
Schulden aan leveranciers en Handelskredieten		3.056	9.109
Overige belastingen en premies sociale Verzekeringen		9.970	9.936
Overige schulden en overlopende passiva		40.710	28.528
		<u>286.650</u>	<u>164.240</u>
		<u>1.490.595</u>	<u>1.433.403</u>



STAAT VAN BATEN EN LASTEN OVER 2018

		<u>2018</u> €	<u>Begroot</u> €	<u>2017</u> €
BATEN				
Baten uit eigen fondsenwerving	(6)	690.778	600.000	612.212
Totaal baten		<u>690.778</u>	<u>600.000</u>	<u>612.212</u>
LASTEN				
Besteed aan doelstellingen	(7)			
Voorlichting		290.924	304.256	307.120
Wetenschappelijk onderzoek		216.924	144.910	166.644
Hulpverlening		33.037	35.676	25.061
		<u>540.885</u>	<u>484.842</u>	<u>498.825</u>
Werving baten				
Kosten eigen fondsenwerving		141.000	131.113	153.173
		<u>141.000</u>	<u>131.113</u>	<u>153.173</u>
Beheer en administratie		40.149	66.545	67.287
Totaal lasten		<u>722.034</u>	<u>682.500</u>	<u>719.285</u>
Vrijval niet gedeclareerde subsidies	(8)	-15.000		-20.470
Resultaat		<u>-16.256</u>	<u>-82.500</u>	<u>-86.603</u>
Resultaatbestemming				
Toevoeging /ontrekking aan overige reserves		-16.256		-45.723
Ontrekking aan bestemmingsreserve				-40.880
		<u>-16.256</u>	<u>-82.500</u>	<u>-86.603</u>

Kengetallen

	<u>2018</u>	<u>Begroot</u>	<u>2017</u>
• Lasten beheer en administratie in % van Totaal lasten	5,6%	9,8%	9,4%
• Lasten besteed aan doelstellingen in % van Totaal lasten	74,9%	71,0%	69,4%
• Kosten eigen fondsenwerving in % van baten uit eigen fondsenwerving	20,4%	21,9%	25,0%
• Lasten besteed aan doelstellingen in % van Totaal baten	78,3%	80,8%	81,5%

KASSTROOMOVERZICHT 2018

(volgens de indirecte methode)

	2018		2017	
	€	€	€	€
Kasstroom uit operationele activiteiten				
Resultaat	-16.256		-86.603	
Aanpassing voor subsidies	200.835		136.030	
Aanpassing voor afschrijvingen	—		—	
		184.579		49.427
Veranderingen in het werkkapitaal:				
Mutatie vorderingen	-10.990		-41.054	
Mutatie in kortlopende schulden (exclusief subsidieverplichtingen)	6.163		-31.226	
		-4.827		-72.280
<i>Kasstroom uit bedrijfsoperaties</i>				-22.853
Betaalde subsidies	-133.550		-89.530	
		-133.550		-89.530
Kasstroom uit operationele activiteiten		46.202		-112.383
Kasstroom uit investeringsactiviteiten				
Investeringsactiviteiten in materiële vaste activa	—		—	
Kasstroom uit investeringsactiviteiten		—		—
Mutatie geldmiddelen				-112.383
Samenstelling geldmiddelen				
Liquide middelen 1 januari		1.383.148		1.495.531
Mutatie geldmiddelen		46.202		-112.383
Geldmiddelen per 31 december		1.429.350		1.383.148



GRONDSLAGEN VOOR WAARDERING EN RESULTAATBEPALING

Algemeen

De waardering van activa en passiva en de bepaling van het resultaat vinden plaats op basis van historische kosten, tenzij anders is vermeld. Voor zover posten niet afzonderlijk worden benoemd, vindt waardering plaats tegen nominale waarde.

Verslaggeving

De jaarrekening is opgesteld volgens de in Nederland algemeen aanvaarde grondslagen voor financiële verslaggeving voor fondsenwervende instellingen (Richtlijn voor de Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen, RJ 650).

GRONDSLAGEN VOOR DE WAARDERING VAN ACTIVA EN PASSIVA

Vorderingen

De vorderingen worden bij eerste verwerking opgenomen tegen reële waarde en vervolgens gewaardeerd tegen de geamortiseerde kostprijs. De reële waarde en geamortiseerde kostprijs zijn gelijk aan de nominale waarde. Noodzakelijk geachte voorzieningen voor het risico van oninbaarheid worden in mindering gebracht. Deze voorziening wordt bepaald op basis van individuele boordeling van de vorderingen.

Liquide middelen

De liquide middelen zijn gewaardeerd tegen de nominale waarde. Indien zij niet ter vrije beschikking staan, dan wordt hiermee bij de waardering rekening gehouden.

Continuïteitsreserve

Het bestuur van het Fonds heeft in het verleden besloten een continuïteitsreserve te vormen. De continuïteitsreserve is gevormd ter afdekking van korte termijn risico's en om zeker te stellen dat het Fonds ook in de toekomst aan haar operationele verplichtingen kan voldoen. Het bestuur heeft de omvang van deze reserve gesteld op een maximum van € 300.000. De continuïteitsreserve zal deze omvang houden, tenzij interne dan wel externe ontwikkelingen een aanpassing van dit bedrag noodzakelijk maken.

Bestemmingsreserve

De bestemmingsreserve is gevormd voor toekomstige bestedingen aan doelstellingen.

Overige reserves

De overige reserves zijn vrij besteedbaar aan de doelstellingen van het Fonds.

GRONDSLAGEN VOOR RESULTAATBEPALING

Algemeen

Baten en lasten worden toegerekend aan het jaar waarop zij betrekking hebben. Baten worden slechts genomen voor zover zij op balansdatum zijn gerealiseerd. Verliezen die hun oorsprong vinden voor het einde van het verslagjaar, worden in acht genomen, indien zij voor het opmaken van de jaarrekening bekend zijn geworden.

Baten

Baten uit eigen fondsenwerving worden verantwoord in het jaar waarin zij zijn ontvangen. Baten uit nalatenschappen worden verantwoord in het jaar waarin de omvang betrouwbaar kan worden vastgesteld.

Lasten

Kosten worden op basis van consistente toerekeningsgrondslagen en –methodiek toegerekend aan doelstellingen, fondsenwerving en beheer en administratie. Kosten van beheer en administratie zijn die kosten die het Fonds maakt in het kader van de (interne) beheersing en administratievoering en niet worden toegerekend aan de doelstelling of de werving van baten.

Verstrekte subsidies worden verantwoord op het moment dat de subsidieverstrekking is goedgekeurd door het bestuur.

GRONDSLAGEN VOOR DE OPSTELLING VAN HET KASTROOMOVERZICHT

Het kasstroomoverzicht is opgesteld volgens de indirecte methode.



TOELICHTING OP DE BALANS PER 31 DECEMBER 2018

Vlottende activa

	<u>31-12-2018</u>	<u>31-12-2017</u>
	€	€
1. Overige vorderingen en overlopende activa		
Nog te ontvangen rente	–	1.960
Pensioenpremie	–	–
Waarborgsom	2.948	2.948
Vooruitontvangen facturen	4.207	6.655
Overige vorderingen	54.090	38.692
	<u>61.245</u>	<u>50.255</u>

Onder de opgenomen vorderingen bevindingen zich geen posten met een looptijd van meer dan één jaar.

2. Liquide middelen

ING Bank N.V. (betaalrekening)	59.504	8.812
ING Bank N.V. (donatierekeningen)	46.450	68.462
ING Bank N.V. (spaarrekeningen)	1.323.396	1.305.874
	<u>1.429.350</u>	<u>1.383.148</u>

De liquide middelen staan ter vrije beschikking van Stichting Nationaal Fonds tegen Kanker.

PASSIVA

3. Reserves en fondsen

Continuïteitsreserve

Stand per 1 januari	300.000	300.000
Mutaties	–	–
Stand per 31 december	<u>300.000</u>	<u>300.000</u>

TOELICHTING OP DE BALANS PER 31 DECEMBER 2018

	31-12-2018 €	31-12-2017 €
Bestemmingsreserve		
Stand per 1 januari	-	40.880
Dotatie		-
Vrijval		-40.880
Stand per 31 december	-	-

De bestemmingsreserve is gevormd voor toekomstige bestedingen aan doelstellingen. Dotatie aan de bestemmingsreserve vindt plaats indien er een concreet onderzoeks-, voorlichtings- of hulpverleningsproject bekend is maar hiervoor nog geen subsidie-overeenkomst is gesloten.

Specificatie per bestemming:

VUmc – Panfire-project		40.880
Af: VUmc – Panfire-project		-40.880
	-	-

Overige reserves

Stand per 1 januari	821.330	867.053
Resultaatbestemming boekjaar	-16.256	-45.723
Stand per 31 december	805.074	821.330

4. Langlopende schulden

Subsidieverplichtingen

– NVD	5.000	20.000
– Prehabilitatie MMC	15.000	95.000
– Onderzoekscall bewegen bij kanker	35.000	-
– Fit bij Kanker	116.914	-
– PROMZYME	75.000	110.000
– PA-INTENS	32.000	32.000
– Stichting Tegenkracht	7.500	7.500
– Gezondgewicht UMCG	39.371	-
– Oncofit OLVG	1.000	-
– Cancer Care Center, Vitaal verder	5.000	-
	331.785	264.500

Kortlopend deel van de subsidieverplichtingen (1 jaar)

– Onderzoekscall bewegen bij kanker	35.000	-
– NVD	5.000	-
– PROMZYME	35.000	36.667
– Stichting Tegenkracht	7.500	-
– Prehabilitatie MMC	15.000	80.000
– Fit bij Kanker	116.914	-
– Gezondgewicht UMCG	17.500	-
– Oncofit OLVG	1.000	-
	232.914	116.667

Langlopend deel van de subsidieverplichtingen (2 tot 5 jaar)	98.871	147.833
--	--------	---------



TOELICHTING OP DE BALANS PER 31 DECEMBER 2018

5. Kortlopende schulden

Schulden aan leveranciers en handelskredieten

Crediteuren	<u>3.056</u>	<u>9.109</u>
-------------	--------------	--------------

<u>31-12-2018</u>	<u>31-12-2017</u>
€	€

Overige belastingen en premies sociale verzekeringen

Loonheffing	<u>9.970</u>	<u>9.936</u>
	<u>9.970</u>	<u>9.936</u>

Overige schulden en overlopende passiva

Drukkosten	24.887	–
Bankrente en -kosten	3.162	3.724
Accountants- en administratiekosten	11.802	10.800
Te storeren incasso	n/a	11.846
Overige schulden	<u>859</u>	<u>2.158</u>
	<u>40.710</u>	<u>28.528</u>

Niet in de balans opgenomen verplichtingen

Meerjarige financiële verplichtingen

Huurverplichtingen onroerende zaken

Door de stichting zijn meerjarige financiële verplichtingen aangegaan tot en met 31 september 2020 terzake van huur van bedrijfsruimte. De totale huurlast inclusief servicekosten bedroeg over 2018 circa € 14.000

TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN 2018

	2018	Begroot	2017
6. Baten uit eigen fondsenwerving			
Donaties en giften	690.778	600.000	612.212
	<u>690.778</u>	<u>600.000</u>	<u>612.212</u>

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

- De aard van donaties en giften maakt het lastig tot een goede begroting te komen. In overeenstemming met de principes van voorzichtigheid wordt deze post daarom conservatief begroot, dit verklaart het verschil tussen de werkelijke cijfers en de begroting.

De donaties en giften kunnen onderscheiden worden in ontvangsten uit reguliere incasso, losse giften en extra (bestaande uit acties, legaten en testamenten). De baten uit reguliere incasso en losse giften zijn met 10% gedaald naar circa € 447.000. De opbrengsten via de VriendenLoterij stegen met 234% naar € 145.625.

7. Specificatie en verdeling kosten naar bestemming

	<u>Doelstelling</u>			<u>Werving baten</u>				
	<i>Voorlichting</i>	<i>Wetenschappelijke onderzoek</i>	<i>Hulpverlening</i>	<i>Eigen fondsenwerving</i>	<i>Beheer en administratie</i>	<i>Totaal 2018</i>	<i>Begroot 2018</i>	<i>Totaal 2017</i>
Subsidies en bijdragen (A)		192.835	23.000			215.835	145.000	156.500
Publiciteit en communicatie	198.079			122.430		320.509	340.000	367.395
<i>Direct marketing</i>	160.953			35.003		195.956		281.937
<i>Telemarketing</i>	6.526			15.227		21.753		227
<i>Fieldmarketing</i>						-		
<i>Online marketing</i>				800		800		2.731
<i>Vriendenloterij</i>	30.600			71.400		102.000		82.500
Personeelskosten (B)	70.498	18.291	7.621	14.100	30.485	140.995	155.000	154.162
Huisvestingskosten (C)	7.103	1.843	768	1.421	3.072	14.206	15.000	13.933
Kantoor- en algemene kosten (D)	15.526	4.028	1.678	3.105	6.714	31.051	30.000	30.754
Rentebaten (E)	-282	-73	-30	-56	-122	-563	-2.500	-3.459
Totaal	290.924	216.924	33.037	141.000	40.149	722.034	682.500	719.285



TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN 2018

De uitvoeringskosten worden toegerekend aan doelstellingen, fondsenwerving en beheer en administratie. Direct toerekenbare kosten worden direct toegerekend. Salariskosten worden per medewerker verdeeld op basis van verrichte werkzaamheden. Algemene kosten worden verdeeld op basis van personele bezetting.

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

- De kosten voor publiciteit en communicatie bestaan uit gezondheidsvoorlichting en communicatie met betrekking tot lopende hulpprojecten en onderzoeken mogelijk gemaakt door onze donateurs. De verschillen in kosten liggen met name aan de ruimte die door de Vriendenloterij beschikbaar werd gesteld voor de aanschaf van loten die meespelen voor het Nationaal Fonds tegen Kanker.
- Door een groei in de baten over 2018 is het mogelijk geweest om meer wetenschappelijk onderzoek en patiënt gerichte projecten mogelijk te maken.
- Groei is met name te danken aan de VriendenLoterij die het mogelijk maken om meer spelers te laten bijdragen aan de doelstellingen van het NFtK.
- Door een ernstig ongeluk is onze bureaumedewerker het hele jaar niet werkzaam geweest.
- De introductie van de AVG heeft een grotere en snellere impact gehad op de markt dan vooraf was te voorzien. Dit heeft in het laatste kwartaal grote gevolgen gehad voor de uitvoering van onze fondsenwervende activiteiten.
- Wij zijn trots dat er samenwerking met de koepel van oncologiefysiotherapeuten (NVFL), de sportartsen (VSG) en revalidatieartsen binnen de oncologie (WOR) een nieuwe onderzoeksrond *Bewegen bij kanker* kon worden gestart. Naast de inzet van de NVFL is er ook veel tijd door het NFtK gestoken in dit mooie initiatief.
- Dankzij de inzet van onze vrijwilligers is het in dit bijzondere jaar mogelijk geweest het bureau draaiende te houden. Wij danken hen zeer voor de extra uren en inzet.
- 2018 was een bijzonder jaar. Dat heeft zich ook vertaald naar een andere verhouding in de kengetallen. Verwacht wordt dat dit zal worden genormaliseerd in 2019.

Om bovenstaande redenen is de personele bezetting in uren toegerekend aan doelstellingen, fondsenwerving en beheer en administratie in 2018 afgeweken van voorgaande jaren. Dit leidt uiteindelijk tot een andere verdeling van de algemene kosten.

	2018 €	Begroot €	2017 €
Subsidies en bijdragen (A)			
Subsidies ten behoeve van wetenschappelijk onderzoek			
Fit bij Kanker	116.914		—
Gezond gewicht UMCG	39.371		—
Onderzoekscaal bewegen bij kanker	35.000		—
PROMZYME	—		110.000
PA-INTENS	—		32.000
Overige subsidies en bijdragen € 1.000<	1.550		—

TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN 2018

	192.835	120.000	142.000
Subsidies ten behoeve van hulpverlening			
Stichting Leiderdorp Fitality	15.000		-
Cancer Care Center, Vitaal verder	5.000		-
Oncofit OLVG	1.000		-
Stichting Tegenkracht	n/a		7.500
Stichting Huis aan het Water	n/a		5.000
Stichting Langs de Zijlijn	2.000		1.000
Stichting De Ultieme Uitdaging	n/a		1.000
	<u>23.000</u>	<u>25.000</u>	<u>14.500</u>

Personeelskosten (B)

Lonen en salarissen	101.237		114.454
Sociale lasten	22.017		19.313
Pensioenlasten	13.008		16.112
Overige personeelskosten	4.733		4.283
	<u>140.995</u>	<u>155.000</u>	<u>154.162</u>

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

- Bureamedewerker is ziek geweest en vervangen door vrijwilligers. Door de uitkering van de ziekteverzekering zijn de personeelskosten lager dan begroot.

Bezoldiging van bestuurders en directie

Bezoldiging bestuurders

De bestuurders ontvangen enkel een vaste onkostenvergoeding voor gemaakte kosten. Voor 2018 bedroeg de onkostenvergoeding in totaal € 2.880 (2017: € 2.880). Het bestuur is in 2016 uitgebreid van 5 naar 6 bestuurders. Hiermee wordt er voldaan aan de statutaire ondergrens van 5 leden.

Bezoldiging directeur

Het bruto jaarsalaris van de directeur is in overeenstemming met de cao Welzijn en Maatschappelijke dienstverlening. Er is een dienstverband overeengekomen van 40 uren per week in plaats van 36 uren. Dit betekent dat het parttimepercentage van de directeur 111,11% bedraagt.

Over 2018 is de bezoldiging van de directeur als volgt opgebouwd:

	2018	2017
	€	€
Reguliere maandelijkse beloning (bruto maandsalaris)	83.164	83.164
Aanvullende reguliere beloning (individueel keuzebudget)	15.668	15.668
<i>Subtotaal reguliere beloning</i>	<u>98.832</u>	<u>98.832</u>

TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN 2018

Beloning betaalbaar op termijn (pensioenverzekering)	10.702	10.577
	109.534	109.409

De reguliere maandelijkse beloning betreft het conform de voornoemde cao overeengekomen bruto maandsalaris. De aanvullende reguliere beloning is het toegekende individueel keuzebudget (IKB). Vanaf 2016 vervangt dit budget de vakantietoeslag, eindejaarsuitkering en waarde van bovenwettelijk verlof. Het individueel keuzebudget bedraagt ruim 18% van het jaarsalaris.

Daarnaast ontving de directeur een beloning betaalbaar op termijn van € 10.702 (2017: € 10.577). Dit betreft de bijdrage aan de betaalde premie uit hoofde van de pensioenverzekering welke is ondergebracht bij het pensioenfonds Zorg & Welzijn. De premie welke de stichting bijdraagt aan de pensioenverzekering van de directeur is 12,1% van de pensioengrondslag. Dit is eveneens overeenkomstig de cao.

In totaal heeft de directeur voor 2018 een bezoldiging ontvangen van € 109.534 (2017: €109.409). De directeur heeft gedurende het jaar geen andere bezoldiging ontvangen.

Personeelsleden

Bij de Stichting waren in 2018 gemiddeld 1,7 personeelsleden werkzaam (2017: 1,7).

	2018	Begroot	2017
	€	€	€
Huisvestingskosten (C)			
Huur (inclusief servicekosten)	14.206		13.933
	14.206	15.000	13.933

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

- De *huisvestingskosten* zijn vrijwel gelijk aan de begroting doordat er gedurende het jaar geen onverwachte ontwikkelingen in de huisvesting en/of huursom hebben voorgedaan.

	2018	Begroot	2017
	€	€	€
Kantoor- en algemene kosten (D)			
Kantoorbenodigdheden	574		1.341
Automatiseringskosten	2.305		877
Telecommunicatie	118		866
Porti	1.410		3
Contributies en abonnementen	511		957
Onkostenvergoeding bestuur	2.880		2.880
Representatiekosten	—		—
Accountantskosten	9.860		10.220
Advieskosten	—		106
Verzekeringen	696		1.121
Bank- en incassokosten	12.697		12.383
Overige kantoor- en algemene kosten	—		—
	31.051	30.000	30.754

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

TOELICHTING OP DE STAAT VAN BATEN EN LASTEN 2018

- In overeenstemming met de principes van voorzichtigheid wordt deze post conservatief begroot.

	2018 €	Begroot €	2017 €
Rentebaten (E)			
Bankrente	563		3.459
	<u>563</u>	<u>-2.500</u>	<u>3.459</u>

Analyse van de verschillen tussen de werkelijke cijfers en de begroting

- Doordat de bankrente afhankelijk is van ontwikkelingen van de marktrente maakt dit het lastig om tot een goede begroting te komen. In overeenstemming met de principes van voorzichtigheid wordt deze post daarom conservatief begroot. Verwacht was een daling van de marktrente. Doordat de daling groter was dan wat werd verwacht is de ontvangen bankrente lager dan wat was begroot.

	2018	Begroot	2017
8. Vrijval niet gedeclareerde subsidies			
Sporten Leiderdorp Fitality	-15.000		-
NVD			-942
AMC – vervolgonderzoek Curcumine	–		-19.528
	<u>-15.000</u>	<u></u>	<u>-20.470</u>

Analyse van de vrijval niet gedeclareerde subsidies.

- Voor het project Sporten Leiderdorp Fitality was een subsidie verstrekt van € 15.000, echter dit geld kan niet bestemd worden door te weinig aanmeldingen voor het project.

Ondertekening van de jaarrekening

Amsterdam, september 2019

.....

.....

.....

.....

.....

.....



OVERIGE GEGEVENS

Resultaatbestemming

Het bestuur is voornemens om van het resultaat over 2018 zijnde negatief € 16.256 te onttrekken aan de overige reserves. Vooruitlopend op het formele bestuursbesluit hiertoe is dit voorstel reeds in de jaarrekening verwerkt.



Accountants

Zwolieweg 27
2994 LB Barendrecht
Telefoon 010-242 42 42
Telefax 010-242 42 18
Website www.arep.nl
E-mail rotterdam@arep.nl

ABN AMRO 49 88 55 295
IBAN nr. NL36 ABNA 0498855295
Swiftcode ABN ANL 2A
BTW NL 8124 99 128 B 01
Bcoonnummer 276601

OVERIGE GEGEVENS

Aan het bestuur en directeur van
Stichting Nationaal Fonds tegen Kanker
W.G. Plein 187
1054 SC AMSTERDAM

CONTROLEVERKLARING VAN DE ONAFHANKELIJKE ACCOUNTANT

A. Verklaring over de in het jaarverslag opgenomen jaarrekening 2018

Ons oordeel

Wij hebben de jaarrekening 2018 van Stichting Nationaal Fonds tegen Kanker te Amsterdam gecontroleerd.

Naar ons oordeel geeft de in dit jaarverslag opgenomen jaarrekening een getrouw beeld van de grootte en de samenstelling van het vermogen van Stichting Nationaal Fonds tegen Kanker per 31 december 2018 en van het resultaat over 2018 in overeenstemming met Richtlijn Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen (RJ650).

De jaarrekening bestaat uit:

1. de balans per 31 december 2018;
2. de staat van baten en lasten over 2018; en
3. de toelichting met een overzicht van de gehanteerde grondslagen voor financiële verslaggeving en andere toelichtingen.

De basis voor ons oordeel

Wij hebben onze controle uitgevoerd volgens het Nederlands recht, waaronder ook de Nederlandse controlestandaarden vallen. Onze verantwoordelijkheden op grond hiervan zijn beschreven in de sectie "Onze verantwoordelijkheden voor de controle van de jaarrekening".

Wij zijn onafhankelijk van Stichting Nationaal Fonds tegen Kanker zoals vereist in de Verordening inzake de onafhankelijkheid van accountants bij assurance-opdrachten (ViO) en andere voor de opdracht relevante onafhankelijkheidsregels in Nederland. Verder hebben wij voldaan aan de Verordening gedrags- en beroepsregels accountants (VGBA).

Wij vinden dat de door ons verkregen controle-informatie voldoende en geschikt is als basis voor ons oordeel.



B. Verklaring over de in het jaarverslag opgenomen andere informatie

Naast de jaarrekening en onze controleverklaring daarbij, omvat het jaarverslag andere informatie, die bestaat uit:

- het bestuursverslag;
- de overige gegevens.

Op grond van onderstaande werkzaamheden zijn wij van mening dat de andere informatie:

- met de jaarrekening verenigbaar is en geen materiële afwijkingen bevat;
- alle informatie bevat die op grond van Richtlijn Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen (RJ650) vereist is.

Wij hebben de andere informatie gelezen en hebben op basis van onze kennis en ons begrip, verkregen vanuit de jaarrekeningcontrole of anderszins, overwogen of de andere informatie materiële afwijkingen bevat.

Met onze werkzaamheden hebben wij voldaan aan de vereisten in Richtlijn Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen (RJ650) en de Nederlandse Standaard 720. Deze werkzaamheden hebben niet dezelfde diepgang als onze controlewerkzaamheden bij de jaarrekening.

Het bestuur is verantwoordelijk voor het opstellen van het bestuursverslag en de overige gegevens in overeenstemming met Richtlijn Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen (RJ650).

C. Beschrijving van verantwoordelijkheden met betrekking tot de jaarrekening

Verantwoordelijkheden van het bestuur voor de jaarrekening

Het bestuur is verantwoordelijk voor het opmaken en getrouw weergeven van de jaarrekening in overeenstemming met Richtlijn Jaarverslaggeving Fondsenwervende Instellingen (RJ650). In dit kader is het bestuur verantwoordelijk voor een zodanige interne beheersing die het bestuur noodzakelijk acht om het opmaken van de jaarrekening mogelijk te maken zonder afwijkingen van materieel belang als gevolg van fouten of fraude.

Bij het opmaken van de jaarrekening moet het bestuur afwegen of de onderneming in staat is om haar werkzaamheden in continuïteit voort te zetten. Op grond van genoemd verslaggevingsstelsel moet het bestuur de jaarrekening opmaken op basis van de continuïteitsveronderstelling, tenzij het bestuur het voornemen heeft om de vennootschap te liquideren of de bedrijfsactiviteiten te beëindigen of als beëindiging het enige realistische alternatief is.

Het bestuur moet gebeurtenissen en omstandigheden waardoor gerede twijfel zou kunnen bestaan of de onderneming haar bedrijfsactiviteiten in continuïteit kan voortzetten, toelichten in de jaarrekening.

Onze verantwoordelijkheden voor de controle van de jaarrekening

Onze verantwoordelijkheid is het zodanig plannen en uitvoeren van een controleopdracht dat wij daarmee voldoende en geschikte controle-informatie verkrijgen voor het door ons af te geven oordeel.

Onze controle is uitgevoerd met een hoge mate maar geen absolute mate van zekerheid waardoor het mogelijk is dat wij tijdens onze controle niet alle materiële fouten en fraude ontdekken.



Afwijkingen kunnen ontstaan als gevolg van fraude of fouten en zijn materieel indien redelijkerwijs kan worden verwacht dat deze, afzonderlijk of gezamenlijk, van invloed kunnen zijn op de economische beslissingen die gebruikers op basis van deze jaarrekening nemen. De materialiteit beïnvloedt de aard, timing en omvang van onze controlewerkzaamheden en de evaluatie van het effect van onderkende afwijkingen op ons oordeel.

Wij hebben deze accountantscontrole professioneel kritisch uitgevoerd en hebben waar relevant professionele oordeelsvorming toegepast in overeenstemming met de Nederlandse controlestandaarden, ethische voorschriften en de onafhankelijkheidseisen.

Onze controle bestond onder andere uit:

1. het identificeren en inschatten van de risico's dat de jaarrekening afwijkingen van materieel belang bevat als gevolg van fouten of fraude, het in reactie op deze risico's bepalen en uitvoeren van controlewerkzaamheden en het verkrijgen van controle-informatie die voldoende en geschikt is als basis voor ons oordeel. Bij fraude is het risico dat een afwijking van materieel belang niet ontdekt wordt groter dan bij fouten. Bij fraude kan sprake zijn van samenspanning, valsheid in geschrifte, het opzettelijk nalaten transacties vast te leggen, het opzettelijk verkeerd voorstellen van zaken of het doorbreken van de interne beheersing;
2. het verkrijgen van inzicht in de interne beheersing die relevant is voor de controle met als doel controlewerkzaamheden te selecteren die passend zijn in de omstandigheden. Deze werkzaamheden hebben niet als doel om een oordeel uit te spreken over de effectiviteit van de interne beheersing van de entiteit;
3. het evalueren van de geschiktheid van de gebruikte grondslagen voor financiële verslaggeving en het evalueren van de redelijkheid van schattingen door het bestuur en de toelichtingen die daarover in de jaarrekening staan;
4. het vaststellen dat de door het bestuur gehanteerde continuïteitsveronderstelling aanvaardbaar is. Tevens het op basis van de verkregen controle-informatie vaststellen of er gebeurtenissen en omstandigheden zijn waardoor gerede twijfel zou kunnen bestaan of de onderneming haar bedrijfsactiviteiten in continuïteit kan voortzetten. Als wij concluderen dat er een onzekerheid van materieel belang bestaat, zijn wij verplicht om aandacht in onze controleverklaring te vestigen op de relevante gerelateerde toelichtingen in de jaarrekening. Als de toelichtingen inadequaat zijn, moeten wij onze verklaring aanpassen. Onze conclusies zijn gebaseerd op de controle-informatie die verkregen is tot de datum van onze controleverklaring. Toekomstige gebeurtenissen of omstandigheden kunnen er echter toe leiden dat een onderneming haar continuïteit niet langer kan handhaven;
5. het evalueren van de presentatie, structuur en inhoud van de jaarrekening en de daarin opgenomen toelichtingen; en
6. het evalueren of de jaarrekening een getrouw beeld geeft van de onderliggende transacties en gebeurtenissen.



Wij communiceren met de met governance belaste personen onder andere over de geplande reikwijdte en timing van de controle en over de significante bevindingen die uit onze controle naar voren zijn gekomen, waaronder eventuele significante tekortkomingen in de interne beheersing.

Barendrecht, 7 oktober 2019

AREP Rotterdam B.V.

w.g.

Drs. G. van de Werken RA

RAV2019-067