



Jaarverslag 2024

Stichting GETaHEAD Brain Recovery Support

Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
Hoofdactiviteiten in 2024.....	4
Bestuurlijke groei.....	4
De Raad van Advies.....	4
Versterking van onze communicatie	4
Vindbaar en zichtbaar op social media.....	5
De GETaHEAD Praatplaat	5
GETaHEAD community.....	6
Het Mentorprogramma in cijfers	7
Impact en Ervaringen	8
Financieel Overzicht 2024.....	10
Collecte inkomsten.....	10
Community initiatieven	10
Periodieke donaties.....	10
Donaties na volgen traject	11
Vooruitblik 2025.....	12
Samenstelling Bestuur 2024.....	12

Inleiding

Stichting GETaHEAD Brain Recovery Support kijkt terug op een mooi 2024. Een jaar van groei, professionalisering en verbinding met onze community; alle mensen die te maken hebben met Post-commotioneel Syndroom (PCS).

Voortbouwend op de verandering die in 2023 werd ingezet hebben we in 2024 onze interne structuren verder kunnen versterken. Alles wat we in 2024 hebben gerealiseerd, is te danken aan de inzet van onze betrokken vrijwilligers, mentoren, partners en Raad van Advies.

Dankzij de vrijwillige donaties voor trajecten en een meevaller vanuit de collecte van de Hersenstichting, kunnen wij onze organisatie financieel gezond voortzetten in 2025.

De kern van onze stichting vormt het bieden van directe ondersteuning bij herstel van PCS vanuit ervaringsdeskundigheid. De achtergelaten reviews met punten van herkenning & begrip laten zien hoeveel dit gewaardeerd wordt in het herstel.

Hoofdactiviteiten in 2024

Bestuurlijke groei

In 2024 werd het bestuur van Stichting GETaHEAD aangevuld met de komst van Eke, Giulia en Claudia, die op 1 mei toetraden. Hun komst bracht nieuwe perspectieven, aanvullende expertise en versterkte de bestuurskracht, hard nodig voor een organisatie die zich verder ontwikkelt richting volwassenheid.

Later dat jaar, in december, heeft Claudia besloten haar bestuursfunctie neer te leggen. Verloop binnen een vrijwilligersorganisatie is een natuurlijk en onvermijdelijk onderdeel van de ontwikkeling, en we zijn Claudia dankbaar voor haar waardevolle bijdrage als bestuurslid én als betrokken vrijwilliger in de toekomst.

De Raad van Advies

De Raad van Advies (RvA) van Stichting GETaHEAD speelde ook dit jaar een waardevolle rol, onder andere bij het bespreken van een complexe trajectcasus. In deze specifieke situatie bleek de problematiek zó ernstig dat het de mogelijkheden van onze stichting oversteeg. Juist dan blijkt hoe essentieel de RvA is om ons bij te staan, met hun diepe medische kennis en ervaring met PCS.

Voor ons blijft het uitgangspunt dat we geen behandelaar zijn, meer als een vriend naast iemand staan tijdens het hersteltraject. Tegelijkertijd brengt die rol soms ook dilemma's met zich mee, wanneer de problematiek van herstellenden verder reikt dan waar een vriend op voorbereid is.

Versterking van onze communicatie

Een van de hoofddoelstellingen van GETaHEAD in 2024 was om de communicatie intern als extern te verbeteren met als doel de poel van mentoren te laten groeien. Om dit te bereiken hebben we de volgende stappen genomen.

We hebben een bestuurder verantwoordelijk gemaakt voor communicatie. Samen met 2 vrijwilligers vormen ze nu een marketingteam. We hebben dit gedaan om de continuïteit en frequentie van uitingen te borgen.

Dit kwam meteen tot uiting in het maken van de GETaHEAD-Huisstijl waarmee eenheid wordt uitgestraald en herkenbaarheid oproept bij onze doelgroep.

Vindbaar en zichtbaar op sociale media

De activiteiten op sociale mediaplatforms, met name LinkedIn en Instagram, zijn uitgebreid en gericht geworden door bijvoorbeeld de eigen huisstijl.

Deze platforms worden nu strategisch ingezet om in contact te komen met een bredere groep herstellenden, bewustzijn te creëren over het Post-Comotioneel Syndroom (PCS), inspirerende herstelverhalen te delen, de werving van nieuwe mentoren te faciliteren en de betrokkenheid met strategische partners en potentiële donateurs te verbreden.

De GETaHEAD Praatplaat

Een van de mooiste ontwikkelingen in 2024 was de succesvolle lancering van de Praatplaat op onze website. Het is prachtig om te zien dat deze "zelf invulbare strip" is opgezet door Janeke. Zij volgde zelf een traject bij GETaHEAD en voelde ook de drang structureel bij te dragen aan de PCS-community.

De praatplaat is ontwikkeld voor mensen met PCS, om woorden te geven aan de complexe ervaringen en uitdagingen die zij doormaken. Het helpt bij het uitleggen van klachten aan dierbaren die daar soms moeite mee hebben, zoals kinderen, partners of collega's.

Met de Praatplaat hopen we de communicatiekloof te verkleinen die veel mensen met PCS ervaren. Daarnaast is het een waardevol hulpmiddel voor behandelaren, om patiënten te ondersteunen bij het vormgeven van hun herstelverhaal.

Dit onderstreept een kernwaarde van GETaHEAD om ervaringsdeskundigheid te benutten en onze gemeenschap te versterken. Dit zorgt ervoor dat de middelen die we creëren relevant en effectief zijn, omdat ze direct zijn geïnspireerd door degenen die de uitdagingen van leven met PCS echt begrijpen.

GETaHEAD community

Om als GETaHEAD te groeien, is het belangrijk om te waarderen en te koesteren wat we al hebben. Dat is onze geweldige community aan vrijwilligers en mentoren die zich elke keer weer inzetten om herstel met PCS een beetje beter te maken. Als blijk van dank heeft GETaHEAD twee events georganiseerd.

Eén daarvan was de gezellige vrijwilligersborrel in een café in Amsterdam. Dit informele samenzijn bood een mooie gelegenheid om onze waardering uit te spreken voor de onmisbare inzet van onze vrijwilligers die de stichting draaiende houden—ook buiten de rol van mentor. Daarnaast was het een moment om onderling verbinding te versterken, waar direct inspirerende initiatieven uit voortkwamen.

Tenslotte vond in september onze jaarlijkse Mentorendag plaats, dit keer bij een roeivereniging in Amsterdam. Naast een inspirerende spreker, die invulling gaf aan het educatieve deel van de dag, was er volop ruimte voor mentoren om elkaar beter te leren kennen en ervaringen te delen.

Deze dag is van grote waarde voor GETaHEAD als stichting—het versterkt niet alleen de onderlinge verbondenheid, maar ook de kwaliteit van ons mentorennetwerk.

Het Mentorprogramma in cijfers

Het mentorprogramma blijft de kern van de ondersteuning die Stichting GETaHEAD biedt. In 2024 hebben we een mooie groei in aantal trajecten gezien ten opzichte van 2023, het jaar 2022 wijkt af door de start van het programma.

Jaar	Aantal gestarte trajecten	Aantal actieve mentoren	Aantal nieuwe mentoren
2022	78	40	N.v.t.
2023	59	35	15
2024	85	39	16

GETaHEAD blijft actief investeren in de ondersteuning van haar mentoren. Dit doen we onder andere via intervisiebijeenkomsten, de jaarlijkse Mentorendag en de avonden van de GETaHEAD Academy. Tijdens deze bijeenkomsten delen deskundigen hun kennis over PCS, aangevuld met praktijkverhalen van mentoren zelf. Bijvoorbeeld over de GETaHEAD Piramide, een centraal onderwerp in onze basisadviezen.

Door actief te monitoren op mentorverloop en tegelijkertijd te investeren in nieuwe instroom, kan GETaHEAD doorgroeien in het aantal trajecten dat we gelijktijdig kunnen begeleiden.

We zien een natuurlijk verloop, bijvoorbeeld bij mentoren die veranderingen in hun leven doormaken of bewust afstand willen nemen van hun eigen ervaring als PCS-patiënt. Dit zijn begrijpelijke en vaak onvermijdelijke redenen.

Om die reden richt GETaHEAD zich in het komende jaar op een structurele instroom van 3 tot 4 nieuwe mentoren per maand, zodat we onze capaciteit duurzaam kunnen uitbreiden.

Impact en Ervaringen

De evaluaties die we in 2024 ontvingen van mentoren en mentees, bevestigen de kracht van ons traject. Mentees spreken hun dankbaarheid uit voor het contact met een mentor die hun uitdagingen écht begrijpt. Dit zorgt voor erkenning van klachten en minder eenzaamheid. De praktische handvatten die mentoren bieden, van tips voor energiebeheer tot communicatie met de omgeving, helpen mentees in het moment te reageren. Daarnaast ervaren onze mentoren een gevoel van trots en kracht om anderen te helpen.

Trots zijn wij op onderstaande voorbeelden uit de gedeelde evaluaties.

- **Ervaren begeleiding:** Mijn mentor zorgt voor een luisterend oor en biedt ondersteuning op zowel emotioneel als praktisch vlak.
- **Begrip door gedeelde ervaring:** Mijn mentor begrijpt goed wat ik doormaak, dit zorgt voor een gevoel van herkenning en steun in mijn herstel.
- **Praktische adviezen:** De gesprekken bieden echt houvast en geven richting in eigen herstelkeuzes. De tips voor het herstel helpen mij op dagelijkse basis, maar ook bij het vinden van passende hulp en therapeuten.
- **Oprechte interesse:** Het voelt alsof mijn mentor oprecht geïnteresseerd is in mijn welzijn. Ze stelt vragen en zoekt zaken voor mij uit met andere mentoren om mij verder te helpen.
- **Waardevolle tips:** De basismap en andere tools die tijdens het mentortraject gedeeld worden, zijn nuttig en goed gestructureerd. Dit helpt mij om mijn eigen herstel vorm te geven in het revalidatieproces.

Brainbuddy app

Een belangrijke open punt is de voortgang van de Brainbuddy-app. De ontwikkeling van deze app, die in 2022 startte met een subsidie van de Hersenstichting, is in 2024 verder gevorderd.

De app is ontworpen om mensen met PCS met elkaar in contact te brengen, wat lotgenotencontact bevordert en een gemeenschap van herstellenden opbouwt.

De ontwikkeling van de Brainbuddy-app blijft een belangrijk project. Helaas zijn er enkele technische complicaties opgetreden en zijn we bezig om een oplossing op te stellen zodat we de Brainbuddy-app kunnen lanceren volgens onze wensen en standaarden. Om zo snel mogelijk waarde aan te leveren, willen we in 2025 beginnen met een community voor mentoren, waar zij PCS-gerelateerde onderwerpen kunnen bespreken en zo het communitygevoel verder versterken.

Financieel Overzicht 2024

In 2024 bleef Stichting GETaHEAD financieel gezond. De financiële positie is verder versterkt en heeft inmiddels een niveau bereikt dat voldoende zekerheid biedt om grotere projecten op te starten.

Collecte inkomsten

Mede door een grote opbrengst van de collectes in voorgaande jaren heeft GETaHEAD in 2024 ruim €3.000,- mogen ontvangen van de Hersenstichting. Dit betekent dat er dankzij de inzet van onze community ook minimaal twee keer dit bedrag is binnengekomen bij de Hersenstichting. Wij zijn de Hersenstichting dankbaar voor het gebruik van het donatieplatform om samen geld voor algemeen hersenletsel en PCS op te halen.

Community initiatieven

Een bijzonder initiatief kwam via een oud-mentee. Haar vriendin stapte in het huwelijksbootje, en uit dankbaarheid voor de geboden hulp uit het GETaHEAD-traject besloten zij om de collecte na de ceremonie in de kerk aan onze stichting te schenken. Dit hartverwarmende gebaar leverde een prachtig bedrag van €293,- op. Hier zijn wij heel erg dankbaar voor, dit spontane initiatief laat ons vrijwilligershart sneller kloppen.

Gert-Jan Kos, een fanatieke zeiler, draagt onze Stichting een warm hart toe. Hij heeft ervoor gekozen om op zijn zeilen het logo van GETaHEAD te gebruiken en zo meer aandacht te vragen voor de effecten plus het herstel van PCS.

Periodieke donaties

In 2024 verwelkomden we onze eerste twee jaarlijkse donateurs via een vastgelegd ANBI-donatie, een mooie eerste stap richting terugkerende inkomsten die onze stichting stabiliteit geven.

Donaties na volgen traject

We zijn dankbaar voor alle bijdragen die we in 2024 hebben mogen ontvangen. Tegelijkertijd blijven we trajecten gratis aanbieden wanneer financiële omstandigheden een donatie in de weg staan, dit jaar is hier geen gebruik van gemaakt.

Deze donaties blijven de grootste inkomstenbron van GETaHEAD. Wanneer wij huidige beleid doorzetten zou door het ontvangen van donaties de organisatie in stand gehouden kunnen worden voor toekomstige trajecten. Dit achten wij gezond en voor groei van de organisatie kijken we naar externe financieringsbronnen als subsidies, periodieke donaties of een collecte.

De donaties na een traject blijven vrijwillig om toekomstige trajecten mogelijk te maken. We zien dat 70% van de gestarte trajecten een donatie doen, met een gemiddeld bedrag van €143. Daarnaast blijkt 15% van de trajecten kort te zijn of niet gestart door persoonlijke omstandigheden van de mentee. De overige 15% kiest ervoor niet te doneren en heeft waarschijnlijk een andere reden. Deze cijfers zijn de afgelopen jaren stabiel gebleven en zien dit ook als een gezonde voortzetting. Dit biedt ruimte voor een eigen bijdrage die past bij de financiële situatie, terwijl het tegelijkertijd zorgt voor een stabiele toekomst

Vooruitblik 2025

In december 2024 heeft Stichting GETaHEAD een strategieherziening gestart. De aanleiding hiervoor was dat de organisatie voorliep op het [beleidsplan 2023-2028](#).

Het resultaat is een aangescherpte missie, visie en doelstelling met vijf nieuwe strategische focuspunten. Deze vormen de basis voor een nieuw meerjarenplan die in 2025 zal worden afgerond.

1. **Visie:** Iedereen kan herstellen, als je de juiste tools aangereikt krijgt op het juiste moment
2. **Missie:** De juiste hulp, van de juiste persoon op het juiste moment voor iedereen met PCS
3. **Doelstelling:** Het ondersteunen, adviseren en begeleiden van mensen met klachten van PCS of ander licht traumatisch hersenletsel en de betrokken om hen heen. Om zo het herstel minder eenzaam, draagbaarder en doelgerichter te maken voor nu en in de toekomst

Strategische pijlers:

1. **Groei in kwalitatieve PCS-ervaringsdeskundige coaching:** wij willen onze organisatie stabiel laten groeien zodat wij rond de 20% groei in kwalitatieve één-op- één trajecten kunnen realiseren
2. **Uitbouwen van het GETaHEAD-kennisplatform:** gemaakt door en voor mensen met PCS en ook de mensen om hen heen
3. **Opzetten zelfsturende ervaringsdeskundige community:** Een community met vrijwilligers en mentoren die samen de behoefte van herstellenden met PCS voorziet maar ook breder adviseert vanuit ervaringsdeskundigheid
4. **Uitbouw structurele financiering:** De financiële stabiliteit komt momenteel vanuit de trajecten. Om groei van de organisatie te realiseren is er een constante financiering nodig
5. **Borging goed bestuur en toezicht:** GETaHEAD is ontstaan vanuit een droom; het leven veranderen van herstellenden van PCS. Om deze droom structureel te realiseren is het noodzakelijk de organisatie te herorganiseren, stroomlijnen en uitlijnen met standaarden voor een volwassen stichting

Samenstelling Bestuur 2024

De inzet van ons team van bestuursleden en vrijwilligers is de ruggengraat van Stichting GETaHEAD. Hieronder volgt een overzicht van de samenstelling van het

bestuur in 2024.

Daarnaast heeft GETaHEAD 11 actieve vrijwilligers, 40 mentoren en andere ad-hoc ondersteuning die zich op wekelijkse basis inzetten om onze stichting te maken tot wat het vandaag de dag is. Waarvoor nogmaals de grote dank voor de inzet namens het bestuur, zonder jullie kan GETaHEAD niet bestaan!

Rol	Naam
Voorzitter	Giulia
Secretaris	Marieke
Penningmeester & ICT	Twan
Interne organisatie	Renée
Strategie & Governance	Eke
Communicatie	Claudia