



Samen sterk voor sterke botten

Je botten bepalen je leven

JAARVERSLAG 2025



Osteoporose
Vereniging

Visie, uitdaging en missie

Onze visie

Iedereen die als patiënt, risicodrager of zorgverlener te maken heeft met osteoporose moet kunnen beschikken over relevante kennis en handvatten. Deze zijn nodig om osteoporose te voorkomen en/of in een zo vroeg mogelijk stadium een diagnose en passende behandeling te krijgen.

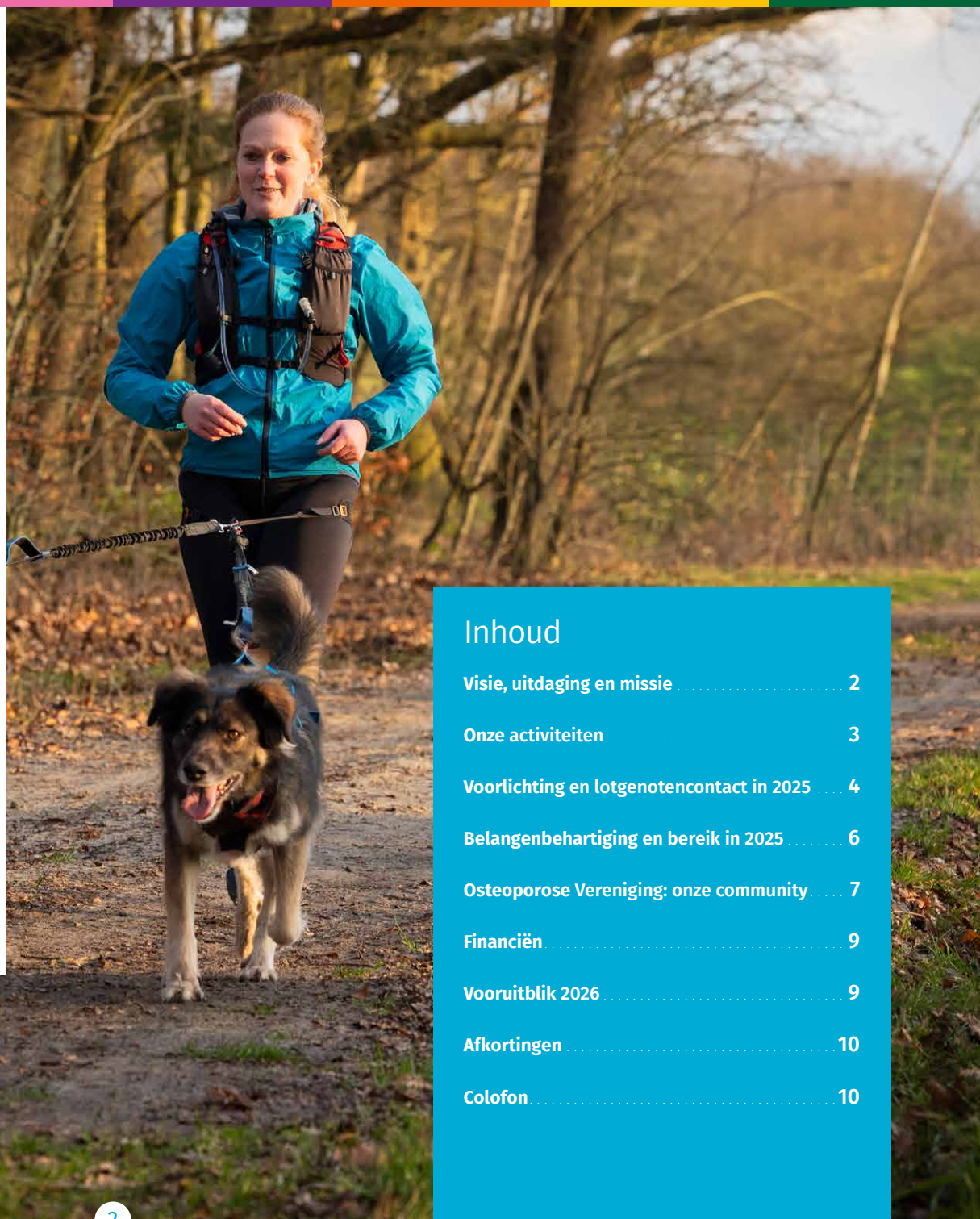
Daarom bieden wij ondersteuning, voorlichting en bewustwordingscampagnes voor deze drie doelgroepen: patiënten, risicodragers en zorgverleners. Daarnaast verbinden we zorgverleners, wetenschappers, bedrijven en andere organisaties met als doel kennis te delen en efficiënte en effectieve zorg te ontwikkelen. Bij al onze activiteiten brengen we altijd de wensen, ideeën en zorgen van de patiënten zelf in.

Onze uitdaging

Ruim een miljoen Nederlanders hebben osteoporose. Van deze mensen heeft slechts 26% de juiste diagnose. Dat vinden wij onacceptabel. Botten bepalen immers je leven en ook je kwaliteit van leven. Botten houden je overeind, beschermen je inwendige organen en zorgen ervoor dat je kunt bewegen en dat je kunt deelnemen aan de maatschappij.

Onze missie

Helpen om osteoporose te voorkomen en ervoor te zorgen dat iedereen met osteoporose een tijdige diagnose en passende behandeling krijgt.



Inhoud

Visie, uitdaging en missie	2
Onze activiteiten	3
Voorlichting en lotgenotencontact in 2025	4
Belangenbehartiging en bereik in 2025	6
Osteoporose Vereniging: onze community	7
Financiën	9
Vooruitblik 2026	9
Afkortingen	10
Colofon	10

Onze activiteiten

Patiëntenperspectief als basis

Wie weet er precies wat er wel en niet goed gaat in de osteoporosezorg en alles daaromheen? Dat zijn de ervaringsdeskundigen, de mensen die dagelijks leven met osteoporose. Zij zijn onze achterban, voor hen zetten wij ons in.

Hun ervaringen, wensen en ideeën zijn leidend in ons beleid en in de daarop gebaseerde activiteiten. Onze achterbanraadplegingen en meldpunten zijn dan ook belangrijke informatiebronnen. Daarnaast verzamelen en analyseren we de reacties en vragen bij ons Vragenteam, Presentatieteam, in onze webinars en tijdens bijeenkomsten en ontmoetingen.

De verzamelde informatie vormt niet alleen de basis van onze communicatie en belangenbehartiging, maar ook voor onze bijdragen aan de ontwikkeling van onderzoeken en richtlijnen, en voor onze bijdragen aan scholingen van zorgverleners. Uiteraard spelen in onze eigen publicaties en campagnes ervaringsdeskundigen een belangrijke rol.



Drie kerntaken

Als patiëntenorganisatie hebben we drie formele kerntaken:

- Voorlichting
- Lotgenotencontact
- Belangenbehartiging

En nog een vierde kerntaak: Impact en bereik

1 miljoen mensen in ons land hebben osteoporose, maar slechts 26% van hen krijgt tijdig een diagnose. Een enorm probleem, omdat een tijdige diagnose en daaruit voortkomende behandeling helpen om ernstige breuken te voorkomen. Het is dus essentieel dat we patiënten, zorgverleners, wetenschappers en anderen bereiken met onze informatie over botgezondheid en de gevolgen van osteoporose. We zien 'impact en bereik' creëren dan ook als onze vierde kerntaak. Een kerntaak die enerzijds leunt op een goede invulling en uitvoering van de basistaken. En anderzijds op het zichtbaar maken van de gevolgen voor het dagelijks leven van mensen en de maatschappelijke (zorg)kosten. Dat onze focus op impact en bereik resultaat heeft, zien we terug in het groeiende ledental, groeiend aantal nieuwsbrieflezers en volgers op onze social media. En ook in onze rol als gerespecteerd gesprekspartner van zorg, wetenschap en overheid.

Breed bereik in 2025

- 10.416 ingevulde Zwakkebottentesten
- 131.967 bezoekers osteoporosevereniging.nl
- 8.777 bezoekers osteoporosezorg.nl
- 14.148 nieuwsbrieflezers
- 3.750 (gemiddelde) oplage Bot in Balans magazine. De lezers waardeerden het magazine met een 8,4
- 5,5 miljoen impressies via onze online campagnes
- 4.447 mensen schreven zich in voor de webinars, waarvan 60% live meekreeg
- 539 telefonische gesprekken gevoerd en 1.047 mailtjes beantwoord door het Vragenteam
- 725 volgers op LinkedIn
- 3.100 volgers op Facebook



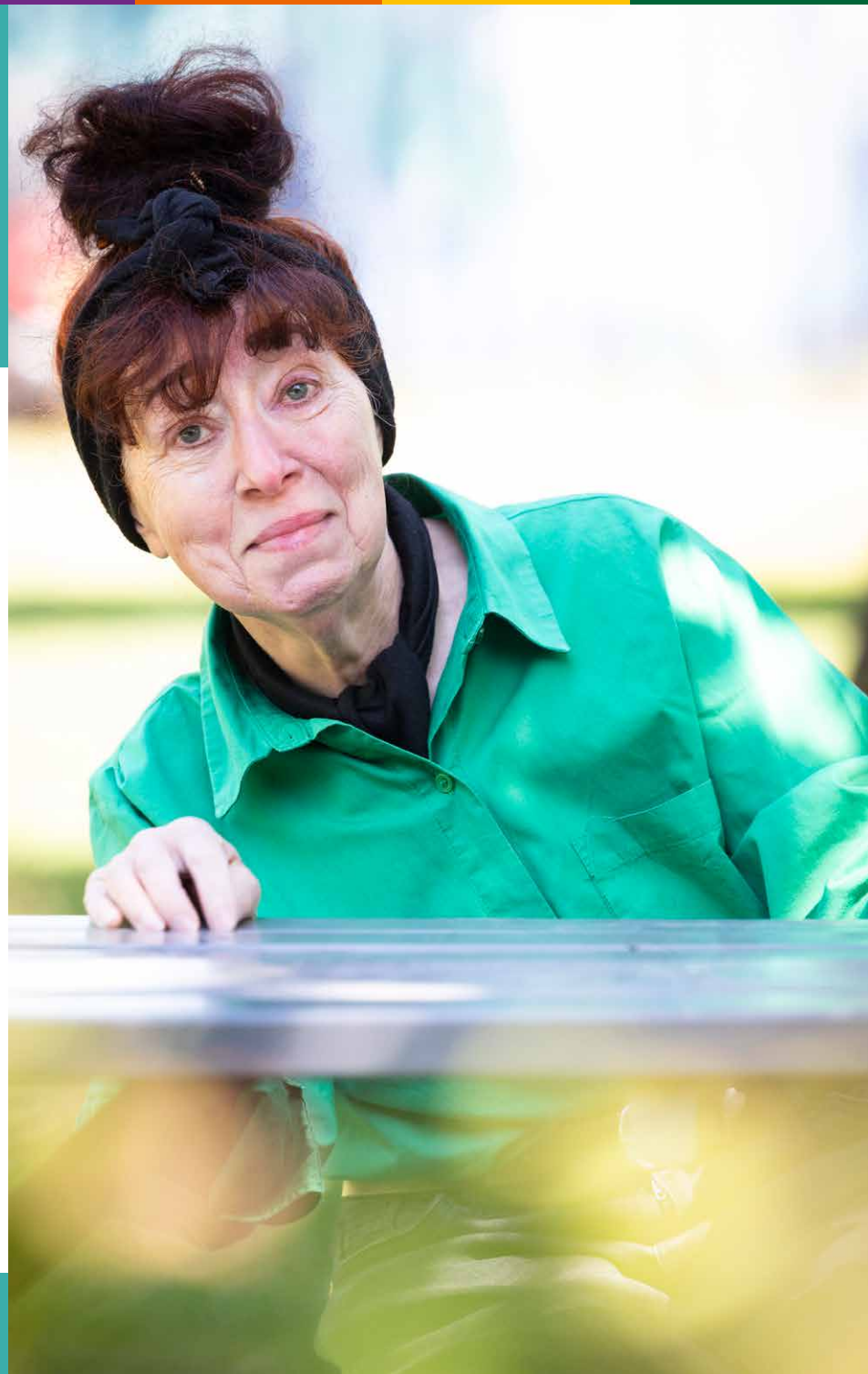
Harry van den Broek, voorzitter:

"De Osteoporose Vereniging maakte in 2025 grote stappen: meer leden, meer samenwerkingen met de zorgsector en

de wetenschap, meer informatie voor patiënten waarmee ze hun leven met osteoporose beter vorm kunnen geven. Osteoporose komt daarmee steeds beter op de kaart te staan. Ook zagen we vorig jaar de voortzetting van een al eerder ingezette trend waarbij de vereniging steeds meer erkenning krijgt als kenniscentrum en als vertolker van het patiëntenperspectief. De credits daarvoor komen niet alleen de vereniging zelf toe, maar ook onze achterban, onze donateurs en ons netwerk van experts in de zorg, wetenschap, overheid en het bedrijfsleven. Met hun steun gaan we in 2026 met volle kracht verder met onze missie: betere osteoporosezorg en – informatie voor iedereen die dat nodig heeft!"

Voorlichting en lotgenotencontact in 2025

- 4 x magazine Bot in Balans.
- 9 nieuwsbrieven.
- 6 webinars voor patiënten.
- Informatiebladen voor jongeren.
- 2 nieuwe webpagina's over 'zwanger worden als je osteoporose hebt' en zwangerschapsgelateerde osteoporose.
- Bijeenkomst erfelijke osteoporose in samenwerking met VU/AMC.
- Vragenteam het hele jaar 2 ochtenden per week telefonisch bereikbaar en 24/7 via mail.
- 32 presentaties, gegeven door het hele land.
- Zwakkebottentest eerder alleen online beschikbaar, nu als folder uitgebracht.
- Bemensing van 14 stands in ziekenhuizen rondom Wereld Osteoporose Dag.
- Nasynchronisatie explainers en 5 beweegvideo's in Turks en Arabisch.
- 6 bijdragen aan scholingen, waaronder NPI, CIVA, DokH, V&VN VFO, artsenopleiding AMC.
- Algemene Ledenvergadering, gecombineerd met een kennisbijeenkomst.
- Video-opname van het verhaal van een patiënt voor e-learning voor medisch specialisten.
- Update van websites osteoporosevereniging.nl en osteoporosezorg.nl.
- Nieuwe vormgeving van onze nieuwsbrief.
- Rubriek Collegiaal overleg op Osteoporosezorg.nl ingericht.
- Video met verpleegkundig specialist Marsha van Oostwaard over NHG-standaard voor praktijkondersteuners en verpleegkundigen.
- Publicatie van stappenplan fractuurpreventie volgens de NHG standaard, i.s.m. dr. Luc Maartens.
- Video met dr. Luc Maartens, 'De NHG standaard in de praktijk.'
- Patiënteninformatie opgesteld over nieuw medicijn abaloparatide en over de biosimilars van denosumab.



In de media

- Bijdrage aan Volkskrant-rubriek Beter Leven over osteoporose.
- KBO magazine, artikel over osteoporose.
- KBO magazine, artikel over osteoporose en valpreventie.
- Artikel op de website van de Leefstijl Coalitie.
- Bijdrage aan een artikel van Annelies Smit (LUMC), in 2026 te verschijnen in het Nederlands Tijdschrift voor Leefstijlgeneskunde.
- Interview met vrijwilligster Maria Pelgrum, 'Sterker worden met osteoporose', in blad Hart for her.
- Via ReumaNL een interview met vrijwilligster Saskia van Lieshout in het blad Vriendin 'Toen ik hoestte, brak ik mijn rug'.
- Interview met onze vrijwilligster Letty Loerts voor Margriet.nl: 'Wees alert, osteoporose voel je niet, tot het te laat is'.
- Interview in Telegraaf: 'Dit is waarom vrouwen meer last hebben van botontkalking'.



Voorlichting en lotgenotencontact uitgelicht

Vertalingen infomateriaal naar Arabisch en Turks

Zoals veel patiëntenorganisaties bereiken wij niet of nauwelijks mensen met geringe gezondheidsvaardigheden en mensen van wie Nederlands niet de eerste taal is. Daarom hebben we in 2024 3 explainers (video's) gemaakt waar in eenvoudige taal, met ondertiteling en ondersteuning van animaties informatie over osteoporose wordt gegeven. Ook hebben we 5 video's gemaakt over 'bewegen thuis' met oefeningen en tips. In 2025 hebben we deze explainers en beweegvideo's naar het Arabisch en Turks laten vertalen. Dit is gebeurd met input van zorgprofessionals en 'native speakers'. Deze doelgroep gaan we in 2026 actief benaderen met een pilot groepsgesprekken en online marketing. In 2026 volgt de vertaling naar het Arabisch en Turks van de Zwakkebottentest en van onze basisfolder.

Webinars

In 2025 organiseerden we 6 webinars, waaraan zowel leden als niet-leden gratis konden deelnemen. Elk webinar bestond uit een presentatie van een expert en een uitgebreide vragensessie. Na afloop van de webinars kregen de deelnemers alle gestelde vragen met bijbehorende antwoorden per mail toegestuurd. Elk webinar had een eigen thema: Behandeling, Osteoporosemedicatie en het gebit, Overgang en osteoporose, Voeding en osteoporose, Osteoporose bij jongeren en Osteoporose bij wervelbreuken. We merken dat de webinars in een grote behoefte voorzien. Dat blijkt o.a. het oplopende aantal aanmeldingen. Een deelnemer schreef: "Heel bijzonder dat jullie deze openbare lessen geven. Via de webinars heb ik meer geleerd van osteoporose, dan via het rechtstreekse contact met de huisarts." We zijn trots op het waarderingcijfer voor de webinars: gemiddeld 8,2.

Belangenbehartiging en bereik in 2025

- Gestart met het eigen project 'Samen op weg naar goede en toegankelijke osteoporosezorg in de eerste lijn'.
- Deelname aan stuurgroep NHG standaard (richtlijn fractuurpreventie voor huisartsen).
- Deelname aan werkgroep herziening KNGF richtlijn voor fysiotherapeuten.
- Bijdrage aan Handreiking behandeling heupfractuur van Verenso.
- Bijdrage aan twee oncologische richtlijnen via de betrokken internisten (prostaat- en borstkanker).
- Bijdrage aan het ZonMw-programma Zorg voor Innoveren voor Valpreventie, regio Achterhoek-Liemers-Veluwezooim.
- Inzet op verkenning van de vergoeding huisartsenzorg bij osteoporose: overleggen met o.a. NZA, Nederlands Zorginstituut en zorgverzekeraars.
- Extra aandacht voor osteoporose rondom Wereld Osteoporose Dag (gedurende 2 weken) op social media. Met o.a. 4 impactvideo's van ervaringsdeskundigen Frits, Els, Liesbeth en Mirjam.
- Deelname aan diverse onderzoeken als Probus, Menopauzeconsortium, Oma HIP.
- Deelname aan bijeenkomsten van de Alliantie Gezondheidsvaardigheden.
- Uitgebreide online en live achterbanraadpleging voor de totstandkoming van een onderzoeksagenda.
- Meldpunt medicatie, waar problemen met osteoporosemedicatie gemeld kunnen worden.
- Op initiatief van ervaringsdeskundige Malissa Esman petitie ingediend bij Tweede Kamer voor vergoeding fysiotherapie
- Samen met 6 andere patiëntenorganisaties Patiëntenhuis opgericht voor patiëntparticipatie in de regio.
- Bijdragen geleverd aan de bijeenkomsten van IWO.
- Bijdragen geleverd aan de bijeenkomsten van NVCB.
- Bijdragen geleverd aan de bijeenkomsten van V&VN VFO.
- Bijdragen geleverd aan overleggen met Chronisch ZorgNet, over o.a. doorontwikkeling bijscholing van fysiotherapeuten.
- Overleg met NVvPO en V&VN VF over een mogelijke koppeling van de osteoporosecursus voor verpleegkundigen met een opleidingsdag voor praktijkondersteuners.
- Diverse overleggen met zorgverzekeraars en farmaceuten over nieuwe medicijnen en preferentiebeleid.
- Inbreng voor diverse onderwerpen bij Patiëntenfederatie Nederland (waaronder meerjarenplan, Leefstijlcoalitie, ledenberaad).



Belangenbehartiging uitgelicht

Onderzoeksagenda

In 2025 vroegen we aan onze achterban: wat vind jij: over welke aspecten van osteoporose is meer onderzoek nodig? In drie rondes deelden meer dan 1.000 patiënten de vragen waarop zij een antwoord zouden willen hebben. Vragen die echt aan hun dagelijks leven raken. In de derde en laatste ronde bepaalden patiënten samen met zorgverleners en wetenschappers een top 20 van onderzoeksvragen. In 2026 gaan we ervoor zorgen dat de onderwerpen in deze onderzoeksagenda ook daadwerkelijk door onderzoekers worden opgepakt.

Osteoporose Vereniging: onze community

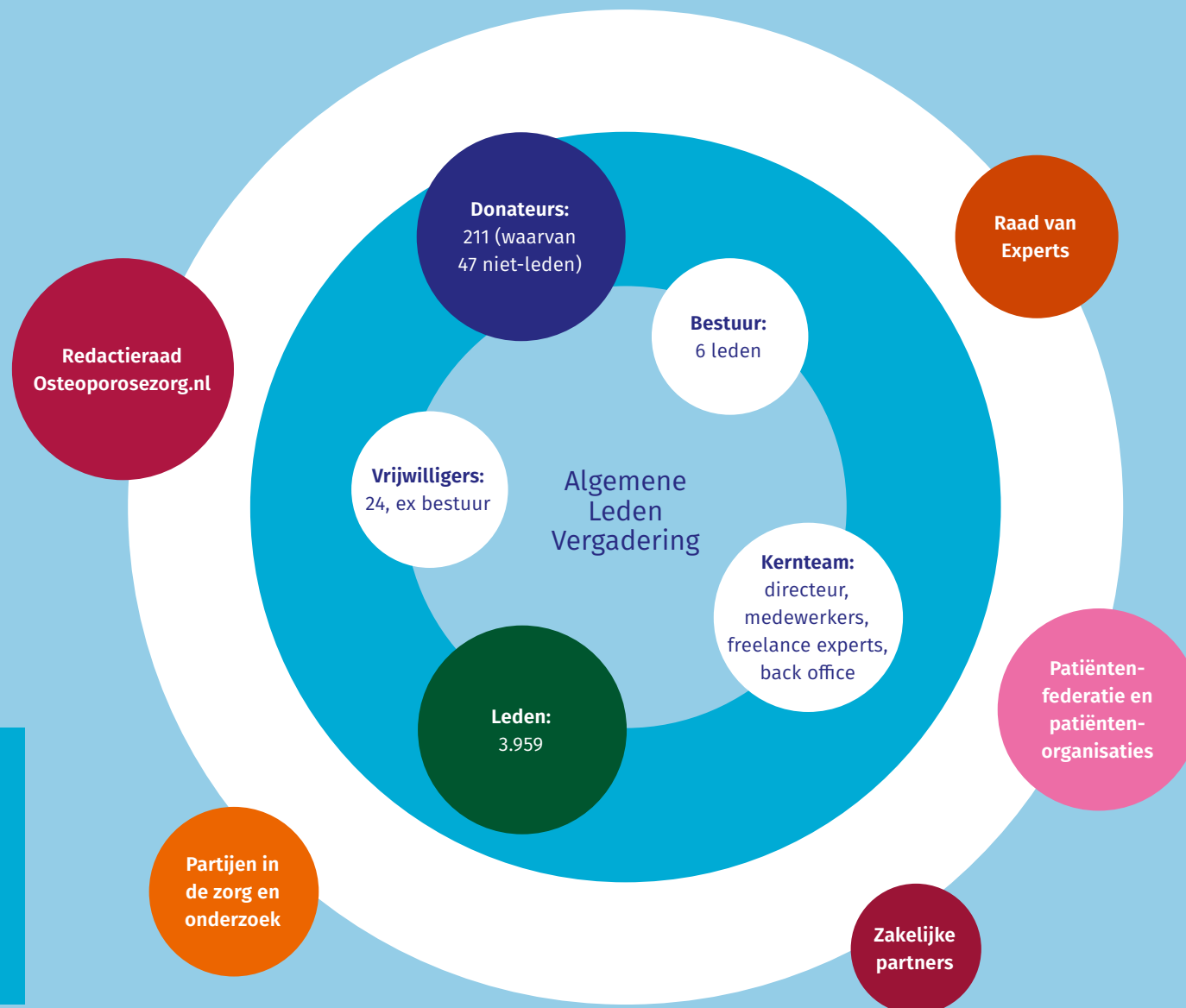
Samen staan we sterk

De Osteoporose Vereniging is meer dan een vereniging met een bestuur en leden. Wij zijn onderdeel van een brede gemeenschap van mensen en organisaties die samen optrekken voor goede osteoporosezorg, informatie en bewustwording. Samenwerking zit in ons DNA. Echte resultaten bereik je immers door energie, expertise, ervaring en kennis te bundelen.

Het fundament van onze vereniging zijn onze leden, donateurs en vrijwilligers. Samen met hen werken we aan onze doelen. Ook onze samenwerking met zorgverleners, onderzoekers, wetenschappelijke verenigingen, zorgorganisaties, kennisinstituten, andere patiëntenorganisaties, de Patiëntenfederatie en zakelijke partners is essentieel binnen ons werk. Met elkaar vormen wij een community en dankzij alle deelnemers aan die community kan de Osteoporose Vereniging osteoporose steeds duidelijker op de kaart zetten.

Samenwerking met onder meer

NVE-NIV, NVR, NOV, NVCB, VenVN-VF&O, VVOCM, IWO en NVvPO, Patiëntenfederatie, CZN, Zorginstituut Nederland, universiteiten en hogescholen, DOKH, CIVA, NPI, SOMT, Pharos, InVolv, Expertisecentra, botaandoeningen, diverse ziekenhuizen.



Algemene ledenvergadering

De ALV werd in mei gehouden en had een mooie opkomst. De vergadering keurde de jaarstukken goed en verleende het bestuur decharge. Ook werd de kascommissie benoemd en het rooster van aftreden vastgesteld. Daarnaast was er ruimte voor discussie en uitwisseling.

Bestuur

Ons bestuur bestaat uit 6 leden, allen ervaringsdeskundigen op het gebied van osteoporose. Zij ontwikkelen plannen voor de voortgang en ontwikkeling van de vereniging. Dit doen ze op vrijwillige basis, zonder betaling. In 2025 kwam het bestuur 6 keer bij elkaar, o.a. tijdens 2 'heidagen'. Tijdens een van deze heidagen vond een zelfevaluatie plaats.

Het bestuur bestaat uit:

- Harry van den Broek, voorzitter
- Renée van Pamelan-Hollenberg, penningmeester en secretaris
- Trudy Blokdijk
- Corina den Broeder
- Agnes Bruijn-Leemrijse
- Thea Zaal

Kernteam

Het kernteam van de vereniging bestaat uit de directeur, de bestuursondersteuner en 'onze' mensen bij backoffice- en mediabureau Wij zijn MEO. MEO doet voor ons de ledenadministratie en financiële administratie, telefoon, het beheer van het magazijn, service rondom onze website en online marketingondersteuning. Het kernteam werkt bij verschillende projecten nauw samen met de vrijwilligers. Daarnaast is er rondom het kernteam een flexibele schil van professionals: een projectmanager, twee beleidsmedewerkers, een marketing-expert, een redacteur, een vormgever en een fotograaf.

Vrijwilligers

Onze vrijwilligers zijn onmisbaar binnen de vereniging. Zo bestaan het succesvolle Vragenteam en Presentatieteam geheel uit ervaringsdeskundige vrijwilligers. Ook dragen vrijwilligers bij aan activiteiten als de redactie van ons magazine en website en brengen zij hun deskundigheid in bij richtlijnontwikkeling en onderzoek.

Vragenteam

Het Vragenteam beantwoordt vragen over o.a. diagnose, medicatie en bijwerking, kwaliteit van leven en hulpmiddelen. In 2025 voerde het Vragenteam 539 telefonische gesprekken en beantwoordde 1.047 mailtjes.

Presentatieteam

Het Presentatieteam geeft presentaties bij lokale verenigingen en opleidings- en bijscholingstrajecten voor zorgverleners. Dit jaar waren er 32 presentaties, naast de bemensing van 14 stands in ziekenhuizen tijdens de week van Wereld Osteoporose Dag. Ook droeg het team bij aan 6 opleidingen en bijscholingen voor o.a. artsen in opleiding, verpleegkundigen, verpleegkundig specialisten en fysiotherapeuten.

Raad van experts

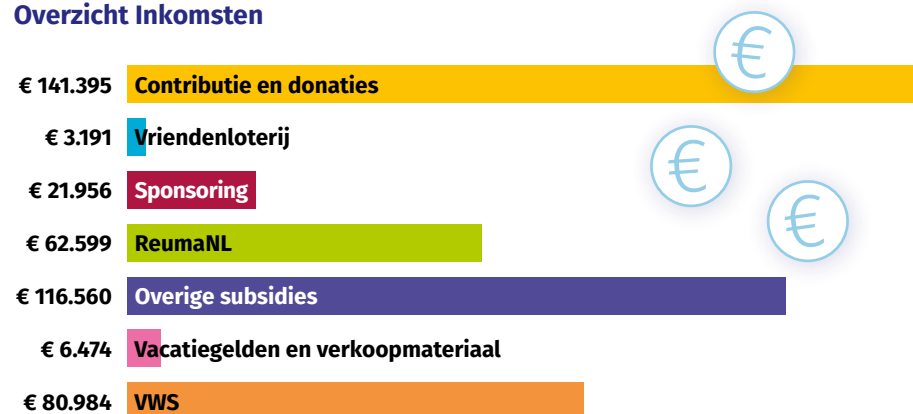
Onze Raad van Experts adviseert ons bij beleidsvragen en geeft ook inhoudelijk advies. De adviesraad bestaat uit een brede groep deskundigen uit alle betrokken zorgdisciplines.

Redactieraad van Osteoporosezorg.nl

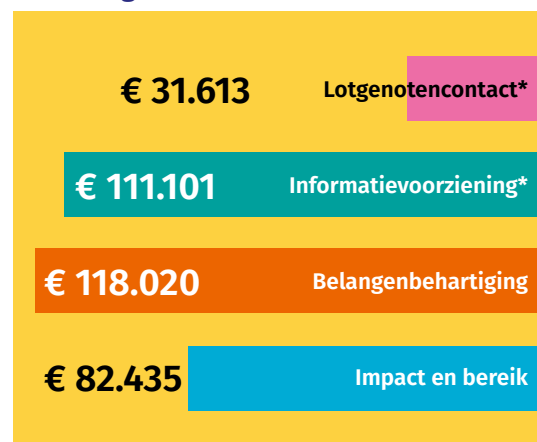
Bij Osteoporosezorg.nl werken we samen met een redactieraad van zorgprofessionals en wetenschappers met expertise op de verschillende aspecten van osteoporose en fractuurpreventie. De raad volgt actuele ontwikkelingen, draagt ideeën aan en bewaakt de kwaliteit van de content.

Financiën

Overzicht Inkomsten



Besteding aan kerntaken



* Hierbij zijn de vele uren die onze vrijwilligers maken onmisbaar. Het is helaas niet mogelijk om dat hier in geld aan te geven.

Ons werk werd mede mogelijk gemaakt door: Ministerie van VWS, ZonMw, Coalitie Leefstijl in de zorg, ReumaNederland, Patiëntenfederatie KIDZ, AMGEN, UCB, Roode Roos.

Vooruitblik 2026

In 2026 zetten we de lijn van 2025 voort. Er komt een nieuwe reeks webinars, we gaan onderzoeken of we online of lokaal fysiek lotgenotencontact kunnen faciliteren en we maken materialen om de bewustwording rondom botten en osteoporose te verhogen, ook onder Turks en Arabisch sprekende mensen. Ons presentatieteam blijft actief, de teamleden gaan vele presentaties in het land geven. Ook brengen we onze expertise en de kennis van ervaringsdeskundigen in bij scholingen voor zorgverleners. Osteoporosezorg.nl, onze website voor zorgverleners, blijven we doorontwikkelen. Belangenbehartiging behoudt onze onverdeelde aandacht: hoe krijgen we de zorg goed georganiseerd, wat kunnen wij bijdragen en bij welke spelers in het veld trekken we aan de bel?

Ons project 'Samen op weg naar goede toegankelijke osteoporosezorg in de eerste lijn' is daar een onderdeel van. Binnen dat project organiseren we een aantal pilots met huisartsenpraktijken. Daarbij onderzoeken we samen met hen hoe de osteoporosezorg georganiseerd kan worden op een manier die bij hen past. De geleerde lessen delen we breed. Zo maken we o.a. een podcastserie voor huisartsen en praktijkondersteuners en ook ontwikkelen we materialen voor in de spreekkamer.

Bovendien gaan we in 2026 opnieuw te rade bij ervaringsdeskundigen. Van hen willen we weten hoe zij de osteoporosezorg ervaren, ook om te toetsen of er verbetering te zien is sinds onze vorige achterbanraadpleging over dit onderwerp. In 2025 ontwikkelden we de Onderzoeksagenda vanuit patiëntperspectief. In 2026 gaan we aan de slag om deze agenda onder de aandacht van wetenschap en zorgsector te brengen.

Tot slot blijven we ons inzetten om zoveel mogelijk mensen te bereiken met onze informatie en om meer leden, donateurs en vrijwilligers aan ons te binden. Zo kunnen we het verschil (blijven) maken voor mensen met osteoporose. Je botten bepalen immers je leven!



Afkortingen

Amsterdam UMC	Amsterdam Universitair Medisch Centrum
CIVA	paramedische opleidingen
CZN	Chronisch ZorgNet
DEXA	Dual Energy X-Ray Absorptiometry
DOKh	Nascholingen eerstelijnszorg
InVolv	Advies en opleiding voor participatie in zorg, welzijn en onderzoek
IOF	International Osteoporosis Foundation
IWO	Interdisciplinaire Werkgroep Osteoporose
KBO	Katholieke Bond van Ouderen
KIDZ	Programma Kwaliteit Inzicht en Doelmatigheid in medisch specialistische Zorg
KNGF	Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie
LUMC	Leids Universitair Medisch Centrum
NHG	Nederlands Huisartsen Genootschap
NIV	Nederlandse Vereniging van Internisten
NOV	Nederlandse Orthopedie Vereniging
NPI	Nederlands Paramedisch Instituut
NVCB	Nederlandse Vereniging voor Calcium- en Botstofwisseling
NVKG	Nederlandse Vereniging voor Klinische Geriatera
NVE	Nederlandse Vereniging voor Endocrinologie
NVR	Nederlandse Vereniging voor Reumatologie
NVT	Nederlandse Vereniging voor Traumatologie
Pharos	expertisecentrum gezondheidsverschillen
SOMT	University of Physiotherapy
VFA	Vertebral fracture assessment
VVOCM	Vereniging van Oefentherapeuten Cesar en Mensendieck
V&VN - VF&O	Afdeling Vallen, Fracturen & Osteoporose binnen beroepsvereniging Verpleegkundigen, Verzorgenden en Verpleegkundig specialisten

Colofon

Eindredactie

Annette Zeelenberg, zeelenbergcommunicatie

Vormgeving

Corine Voogt, halfjuni webwerk & grafische vormgeving

Fotografie

Arnaud Mooij, Echt Mooij Fotografie

Osteoporose Vereniging

www.osteoporosevereniging.nl (patiënten)

www.osteoporosezorg.nl (zorgverleners)

info@osteoporosevereniging.nl

facebook.com/osteoporosevereniging

linkedin.com/company/osteoporose-vereniging

Postbus 418

2000 AK Haarlem



**Osteoporose
Vereniging**