

HOUSE OF ICHŌ

Nourish · Connect · Heal



Jaarverslag
30 juni 2024

1. Voorwoord

Beste lezer,

Het is met grote trots en dankbaarheid dat ik u het jaarverslag van House of Ichō voor 2022 en 2023 presenteer. Na de oprichting in mei 2022, geïnspireerd door mijn zus en haar belangrijke werk, hebben we hard gewerkt om ons doel te verwezenlijken: het creëren van een thuis voor vrouwen die leven met kanker. Een plek waar licht en donker naast elkaar bestaan.

In dit jaarverslag nemen we u mee in de stappen die we hebben gezet om dit doel te bereiken. Van het uitdenken van het concept tot het ontwikkelen van het interactieve online platform, en van het ophalen van de eerste fondsen tot het samenstellen van een toegewijd team van ervaringsdeskundigen en professionals. House of Ichō is een thuis van ons voor jou. We hopen dat je in dit jaarverslag de passie en toewijding ziet waarmee we dit project omarmen.

Hartelijke groet,

Janneke Boshouwers

Voorzitter Stichting House of Ichō

2. Samenvatting

In mei 2022 is House of Ichō van start gegaan met als doel het ondersteunen van vrouwen die leven met kanker. Gedurende 2022 en 2023 hebben we hard gewerkt om dit doel te verwezenlijken.

Een van onze eerste stappen was het ophalen van fondsen. Dankzij de steun van onze sponsors, ReulingSchutte en Q3 Consult, hebben we in totaal €17.974 opgehaald.

Daarnaast hebben we ook 1 fonds (Stichting mensen in de knel) opgehaald voor een speciaal boekproject over hoe yoga en mindfulness klachten kunnen verminderen bij vrouwen die leven met kanker. Door de expertise van onze docenten Tjitske Boogmans (Yoga) en Eva Noorda (Oncologisch chirurg) te combineren, willen we in dit boek waardevolle inzichten bieden die onze lezers direct in de praktijk kunnen brengen.

De opgehaalde fondsen stelden ons in staat om het concept verder uit te denken en de voorbereidingen te treffen voor ons interactieve online platform. Het platform, de kern van House of Ichō, biedt online lessen, workshops en andere content. We hebben een toegewijd team samengesteld van ervaringsdeskundigen en professionals om deze content te ontwikkelen, met als doel een veilige, bemoedigende ruimte te creëren waar herstel hand in hand gaat met persoonlijke groei.

Ondanks dat we nog aan het begin staan van onze reis, zijn we trots op wat we tot nu toe hebben bereikt. We kijken uit naar de toekomst, waarin we House of Ichō verder zullen uitbouwen tot een thuis voor iedere vrouw die leeft met kanker, zowel via ons online platform als via ons aankomende boek.

3. Profiel van de organisatie

Hoe kan ik, na een diagnose kanker, mijn zelfhelende vermogen aanspreken om zo goed mogelijk bij te dragen aan mijn herstel?

Visie

Een toekomst waarin elke kankerpatient toegang heeft tot een geïntegreerde holistische aanpak voor een leven met of na kanker, waarbij gekeken wordt naar het geheel van de persoon.

Missie

Vrouwen met een diagnose kanker helpen zélf de regie te nemen bij hun ziekteproces, herstel en heling via een online platform door hen:

- te begeleiden in een transformatie naar een vrij en gelukkig leven na een diagnose kanker
- te informeren over onderwerpen waar zij tegenaan lopen na een diagnose kanker
- te informeren over wat zij zelf kunnen doen om bij te dragen aan hun helingsproces;
- te inspireren daarmee concreet aan de slag te gaan en ze te ondersteunen om gezonde, helende gewoontes in hun leven te implementeren op het niveau van lichaam, geest & ziel

Strategie

Als patiënt heb je behoefte aan informatie over praktische dingen, over wat je zelf kunt doen om bij te dragen aan je goed voelen, aan een gezond leven en je herstel. Bij House of Ichō geven we praktische en emotionele support aan vrouwen met een diagnose kanker.

Bijvoorbeeld informatie over

1. Welke voeding is gezond en wat kan **ik** doen met mijn eetpatroon?

2. Wat is een goede ochtendroutine als ik chemo onderga of erg vermoeid ben maar toch wil blijven bewegen?
3. Oefeningen en een online training bij het omgaan met je emoties en stress.

Ook en misschien wel even **belangrijk**, het is een non-medische omgeving waar je vriendschappen en een netwerk kunt vormen die je kunnen helpen vanuit een plek van solidariteit en empowerment. House of Ichō omarmt je, begrijpt hoe je je voelt en helpt je om je eigen kracht terug te vinden en je leven weer in balans te brengen.

Strategie en realisatie van het doel

House of Ichō is gericht op de regie teruggeven aan een zelfbewuste jonge vrouw die wil “leven” met een diagnose kanker.

Waar het bij House of Ichō over gaat:

- Hoe kan **ik zelf regie nemen** over mijn ziekte en herstel
- Hoe kan **ik zelf bijdragen** aan mijn herstel en heling met als belangrijk uitgangspunt het veranderen van je mindset en je routines zodat je de veranderingen vol kunt houden.
- Het bieden van **een mooie en fijne plek** waar je wilt zijn, een plek gericht op “leven en heling”.

Wat wordt House of Ichō

House of Ichō wordt een online platform met een community van gelijken. Een plek waar je toegang hebt tot wekelijkse lessen en workshops van ervaringsdeskundigen en professionals. Waar je informatie, oefeningen, recepten, podcasts en online trainingen over de onderwerpen die het zelfhelend vermogen aanspreken kunt vinden.

4. Bestuur

De governance structuur is vastgelegd in de statuten en is zodanig ingericht dat sprake is van scheiding tussen de functies werkorganisatie en het bestuur, onafhankelijke en integere taakvervulling door bestuur en de werkorganisatie, beperkte beschikkingsmacht van bestuur en werkorganisatie, het bestuur kan niet over het vermogen van de organisatie beschikken alsof het eigen vermogen is en elke schijn van belangenverstremgeling wordt vermeden. Jaarlijks vindt er een evaluatie van het functioneren van de werkorganisatie en het bestuur plaats. De bezoldiging van het bestuur is beperkt tot een vergoeding voor gemaakte onkosten.

Het bestuur bestaat uit minimaal 3 leden waaronder de voorzitter, de secretaris en de penningmeester. Het bestuur geeft statutair leiding aan de stichting.

- Voorzitter: Janneke Boshouwers
- Secretaris: Brigitte van Mameren-Bullermann
- Penningmeester: Mark-Hendrik de Vries

5. Werkmethoden en successen

In 2022 en 2023 heeft House of Ichō hard gewerkt om haar missie te verwezenlijken: het creëren van een veilige, bemoedigende ruimte waar herstel hand in hand gaat met persoonlijke groei voor vrouwen die leven met kanker.

Allereerst hebben we gedefinieerd wat House of Ichō precies gaat zijn: een interactief online platform waar vrouwen online lessen, workshops en andere content kunnen vinden. Om tot dit concept te komen, hebben we met vele stakeholders gesproken om hun inzichten en behoeften mee te nemen.

Vervolgens hebben we een toegewijd team samengesteld van ervaringsdeskundigen en professionals, zoals onze docenten Tjitske Boogmans (Yoga) en Ariëlle Brouwer (Qi Gong), Bea Kalter (mindfulness coach), Katrin Pannekeet (Leefstijlcoach en voedings deskundige), Sandrine Kwast (Coach) die het aanbod en de content voor het platform gaan ontwikkelen. Hun expertise zal zorgen voor een rijk en gevarieerd aanbod.

Om dit alles mogelijk te maken, hebben we hard gewerkt aan fondsenwerving. Dankzij de steun van onze sponsors ReulingSchutte en Q3 Consult hebben we in totaal €17.974 opgehaald. Dit stelt ons in staat om het platform te ontwikkelen en te lanceren.

Tot slot hebben we ook de eerste stappen gezet voor een boekproject over hoe yoga en mindfulness klachten kunnen verminderen bij vrouwen die leven met kanker. Dit boek zal een waardevolle aanvulling zijn op ons online aanbod.

We zijn ongelooflijk trots op wat we tot nu toe hebben bereikt en kijken uit naar de lancering van ons platform en boek. Hoewel we nog aan het begin staan, geloven we dat House of Ichō een thuis gaat bieden waar licht en donker naast elkaar bestaan.

6. Financiële verantwoording

Balans

| Balans House of Ichō | | | | | |
|----------------------|------------|----------|----------------------------|----------|------------|
| Jaar 2022/2023 | | | | | |
| | | | | | |
| Activa | 12/31/2023 | 1/1/2022 | Passiva | 1/1/2022 | 12/31/2023 |
| Bank | € 17,694 | € - | Reserves | € - | € 12,605 |
| | | | Project Yoga for Cancer | € - | € 5,089 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totaal activa | € 17,694 | € - | Totaal passiva | € - | c |

Winst en verlies rekening

| Realisatie | |
|--|-----------------|
| t/m 31-12-2023 | |
| Opbrengsten 2023 | |
| Donaties | € 17,974 |
| Subsidie Project Yoga of Cancer | € 7,500 |
| | |
| Totale Inkomsten | € 25,474 |
| Kosten | |
| Software kosten | -€ 3,097 |
| Zoom | -€ 255 |
| Hosting discounter | -€ 71 |
| Communitie software Huddle | -€ 1,390 |
| Betaalpagina Plug And Play | -€ 1,071 |
| Website software | -€ 151 |
| Mailchimp | -€ 71 |
| Google Email | -€ 88 |
| | € 0 |
| Kosten Subsidie werving | -€ 143 |
| Subsidie Advies | -€ 18 |
| Subsidiewerving - Boek | -€ 125 |
| Content Creation | -€ 2,466 |
| Canva | -€ 204 |
| Content Creation - blogs | -€ 483 |
| Content Creation Webinars | € 0 |
| Marketing Design | -€ 100 |
| Yoga video - Trix | -€ 1,680 |
| Project Yoga for Cancer | -€ 2,411 |
| | € 0 |
| Locatie huur | -€ 61 |
| Boodschappen - Project Yoga | -€ 255 |
| Boek Yoga for Cancer | -€ 38 |
| Project manager | -€ 847 |
| Content Creation | -€ 1,210 |
| Overige kosten | -€ 755 |
| Bankkosten | -€ 260 |
| Drukwerk - Kaart | -€ 179 |
| Training | -€ 8 |
| Boekhouding | -€ 97 |
| Retreat Eva | -€ 212 |
| Belastingdienst | € 1,093 |
| Belastingteruggave | € 1,147 |
| Aangifte Belastingdienst - Digidentity | -€ 54 |
| Totaal kosten | -€ 7,780 |
| | |
| Resultaat | € 17,694 |

Vooruitblik

In 2024 zal House of Ichō zich richten op het verder uitbouwen van onze community en het ondersteunen van nog meer mensen die geraakt zijn door kanker. Een aantal belangrijke speerpunten hierbij zijn:

1. Donaties werven: Om onze diensten en aanvullende zorg voor iedereen toegankelijk te maken, zijn donaties essentieel. In 2024 zullen we daarom actief campagne voeren om meer structurele donateurs aan ons te binden.
2. Starten met het interactieve platform: We zullen ons nieuwe online platform lanceren waar we wekelijks inspirerende lessen, workshops en andere content zullen delen. Zo hebben onze leden altijd en overal toegang tot de support en inspiratie die ze nodig hebben.
3. Samenwerkingen opzetten: We gaan actief op zoek naar waardevolle samenwerkingen met organisaties zoals inloophuizen, ziekenhuizen, KWF, de AYA Foundation en het Cancer Care Center. Door de krachten te bundelen kunnen we nog meer impact maken en mensen ondersteunen bij hun ziekteproces en herstel.
4. Boek uitgeven: In samenwerking met Eva Noorda en Tjitske Boogmans zullen we het boek uitgeven waar we momenteel aan schrijven. Hierin delen we waardevolle inzichten en ervaringen om mensen met kanker te inspireren en ondersteunen.

Daarnaast blijven we investeren in de persoonlijke begeleiding van onze leden. Ons team van ervaringsdeskundigen, die zelf ook geraakt zijn door kanker, zal zich onverminderd inzetten om iedereen die bij House of Ichō aanklopt te zien, te horen en te ondersteunen. Want we weten als geen ander hoe belangrijk het is om je in deze kwetsbare periode gehoord en gezien te voelen.

Met deze koers zetten we in 2024 grote stappen in onze missie om mensen met kanker te helpen zich weer heel te voelen - als mens die levensvreugde ervaart, zich krachtig voelt en in balans is. Precies zoals Paula, die ondanks haar diagnose een vol en gelukkig leven heeft geleid. Dat gunnen wij iedereen. Let's go and live!