

TROMBOSE STICHTING

- 3 Bart kreeg trombose en moest zijn werk opgeven
- 4 Al acht jaar met elkaar in zee
- 6 Maak impact als werkgever met The Social Handshake
- 7 Stop de Prop-loop
- 8 Mercatu: praktische steun en een warm welkom

Ondernemen met impact:
hoe uw bedrijf het verschil kan maken

**STOP
DE
PROP**

Maak impact met uw bedrijf of organisatie!

Als je de gemiddelde Nederlander vraagt naar de top drie van ernstige aandoeningen, zullen er weinig mensen zijn die trombose noemen. Terwijl 1 op de 4 mensen direct of indirect overlijdt aan de gevolgen ervan. En veel mensen hier (chronische) gezondheidsschade aan overhouden. Deze relatieve onbekendheid komt doordat veel mensen zich niet realiseren wat trombose – een ongewenste bloedprop – is. Het veroorzaakt niet alleen trombosebenen, maar ook longembolieën, hartinfarcten en herseninfarcten.

In Nederland krijgen maar liefst 11 mensen per uur trombose. De kans is groot dat een van uw collega's, medewerkers of misschien zelfs uzelf hiermee te maken krijgt of al heeft gehad. De impact kan enorm zijn. In het beste geval is iemand enkele maanden uit de roulatie. In het slechtste geval kan iemand zijn werk niet meer doen of zelfs erger. Zoals Bart Roest, wiens verhaal u op de volgende pagina leest. Zijn trombose werd te laat herkend, waardoor hij nu het posttrombotisch syndroom heeft en afhankelijk is van een rolstoel bij afstanden van meer dan 150 meter.

U kunt helpen het aantal trombosegevallen terug te dringen en een toekomst zonder tromboseleed mogelijk te maken. Verbind uw bedrijf of organisatie aan de Trombosestichting en laat zien dat u maatschappelijk betrokken bent. En draag zo ook direct bij aan een gezondere samenleving. U toont uw medewerkers en klanten dat uw organisatie staat voor gezondheid en welzijn.

Bijdragen aan het voorkomen van trombose én betere behandelingen kan op diverse manieren. In dit magazine leest u hoe uw bedrijf kan helpen.

Goed om te weten: uw financiële bijdrage is fiscaal aftrekbaar.



Tom Bos,
Directeur Trombosestichting

Meer weten?

Neem gerust contact met mij op, t.bos@trombosestichting.nl
of kijk op www.trombosestichting.nl/bedrijven

TROMBOSE STICHTING

Colofon

Trombosestichting Nederland
Dobbeweg 1a
Postbus 100
2250 AC Voorschoten
T 071-5617717
tsn@trombosestichting.nl
www.trombosestichting.nl

trombosestichting
 trombosestichting-nederland
 trombosestng

IBAN

NL57 ABNA 0100 100 333
NL35 INGB 0000 3020 30

Redactie

Trombosestichting Nederland
Megan Ladiges

Design & layout

Pubmarket!, Amstelveen

Fotografie

Arno Masee
Foto's E & R, eigen collectie

Drukwerk

PSI-Vransen Direct Mail Producties,
Amstelveen

Niets uit deze uitgave mag, op welke wijze dan ook worden veelevoudigd zonder voorafgaande toestemming van Trombosestichting Nederland en andere auteursrechtbehebbenden.



Bart Roest (48) kreeg trombose in zijn benen, nieren en andere buikaderen. Zijn klachten zijn te laat herkend als trombose, waardoor zijn leven voor altijd veranderd is. Bart moet nu leren leven met ernstig posttrombotisch syndroom. Zonder krukken kan hij niet verder lopen dan 150 meter. Voor langere afstanden is hij afhankelijk van een rolstoel. Zijn werk heeft hij moeten opgeven.

Vast een hernia

'Op een dag ging ik naar de supermarkt. Het voelde alsof mijn benen me niet meer konden dragen. Het winkelwagentje gebruikte ik als rollator. Eenmaal thuis riep ik meteen mijn vrouw om de boodschappen over te nemen.' Na nog een helse werkdag en nacht, bellen Bart en zijn vrouw de huisartsenpost. Vast een hernia, is de conclusie. Gewoon een pijnstiller innemen en afwachten.

Met de blijvende pijn in mijn benen zal ik moeten leren leven. Ik mis mijn werk en het contact met mensen daar heel erg.'

De volgende dag had ik toevallig een afspraak in het ziekenhuis vanwege chronische rugpijn. Mijn vrouw bracht me in een rolstoel. De revalidatiearts dacht ook aan een hernia en ik kwam op de spoedlijst van de neuroloog. In de tussentijd kreeg ik een paniekaanval van de pijn. 'Neem een kalmeringstablet', stelde de huisarts voor. Ik voelde me toen zo in de steek gelaten. Ik wist dat het geen hernia was en dat het misging in mijn lichaam.

Gelukkig zag de neuroloog dat wel direct. Ze stuurde me door naar de spoedeisende hulp. Op een gegeven moment zag ik steeds meer artsen rond mijn bed staan. Er zaten stolsels van onder mijn liezen tot aan mijn navel. Het bleek dat ik geen vene cava (grote buikader, red) heb. Daardoor kon het bloed niet goed terugstromen uit mijn benen. Uiteindelijk heb ik ruim twee weken in het ziekenhuis gelegen.'

Posttrombotisch syndroom

'Ik heb nu het posttrombotisch syndroom. Mijn benen voelen nu permanent zoals die dag bij de supermarkt. Zonder krukken kom ik niet verder dan 150 meter, voor langere afstanden heb ik een rolstoel nodig.

'Mijn benen doen niet meer wat ik wil. **Na kort staan zeggen die: stop!**



Het is pittig. Ik kreeg looptraining, hydrotherapie in het zwembad en hulp bij het mentale stuk. Het is een trauma en ik zie dat het er ook bij mijn vrouw heeft ingehakt. De kinderen waren zes en acht. Mijn oudste was zelfs jarig de dag van mijn opname. Ik had 14 apparaten naast mijn bed met allerlei infuuspompen. Ze mochten me niet knuffelen, ineens was alles afstandelijk. Mentaal was dit een enorme klap. Ik kan niet goed meer lopen, ben afhankelijk van krukken en een rolstoel. Met de blijvende pijn in mijn benen zal ik moeten leren leven. Ik mis mijn werk en het contact met mensen daar heel erg. Ik kan er niet meer voor ze zijn. Het voelt eenzaam, trombose is slopend. De liefde van mijn vrouw en kinderen geeft mij de kracht om door te gaan. Ik hoop vurig dat er zo snel mogelijk een behandeling komt.' ◀

Posttrombotisch syndroom

Het is belangrijk dat een trombosebeen snel wordt herkend en behandeld. Een trombosebeen kan namelijk vervelende gevolgen hebben. Bij een trombosebeen kan het stolsel de klepjes in de ader aantasten. Dit veroorzaakt het posttrombotisch syndroom (PTS). PTS is een chronische aandoening en heeft vaak een grote impact op de kwaliteit van leven.

Al acht jaar met elkaar in zee



De Trombosestichting ontvangt elk jaar donaties van familiebedrijf E & R uit Vlaardingen, dat gespecialiseerd is in procesmachines en grondstoffen. E & R vraagt haar gasten ook in 2025 weer om aandacht en steun voor het goede doel. Dat doen ze op een bijzondere manier.

E & R B.V. levert machines en grondstoffen voor onder meer de chemie en de coating- en voedingsmiddelen-industrie. De machines worden gebouwd in Duitsland en het Verenigd Koninkrijk. Etienne Esseveld, directeur-eigenaar, is net terug uit het buitenland. 'Wij hebben al meer dan veertig jaar buitenlandse partners, waar we nauw mee samenwerken. Met klanten, vrienden en kennissen van de firma en ons personeel komen we al gauw op zo'n honderd mensen, die we graag ieder jaar uitnodigen voor een typisch Vlaardings uitje.'

Waar moeten we dan aan denken?

'Vlaardingen, aan de Nieuwe Maas in het Rijnmondgebied, is vooral bekend als haringstad, met vlaggetjesdag en het Haring & Bierfestival. Mijn ouders zijn hier ruim 45 jaar geleden begonnen als klein mkb-bedrijf. Ik werk nu dertig jaar bij E & R en ook mijn vrouw en dochter zijn actief in het bedrijf. We organiseren elke laatste donderdag van juni onze eigen

haringparty. Dat begon met een kleine boot, gelieerd aan het visserijmuseum. We zitten vlak bij het havenhoofd van Vlaardingen, dus je stapt zo op. Veel mensen vinden dat leuk, waardoor we ons feestje inmiddels houden op een partyjacht waarop zo'n 100 tot 120 personen passen. Op 26 juni is het weer zover!'

We gaan nu iets gezelligs doen, laten we dan ook iets doen voor een goed doel.'

En de Trombosestichting vaart mee?

'Ja, we zijn altijd een maatschappelijk betrokken bedrijf geweest. Toen we begonnen met de haringparty was het idee: we gaan nu iets gezelligs doen, laten we dan ook iets doen voor een goed doel. En dan ligt de Trombosestichting dicht bij ons. Ik heb Factor V Leiden, de meest voorkomende erfelijke vorm van

Van huisarts naar specialist en weer terug, en uiteindelijk beland je op de eerste hulp. En daar blijkt dat je halve been vol met stolsels zit. Gevaarlijk – ik heb toen best geluk gehad – en ook heel pijnlijk.’

trombofilie. Dat betekent een verhoogde kans op trombose. En zo hebben meer mensen in de familie en in de kennissenkring met een longembolie, herseninfarct of diep veneuze trombose te maken gehad. Ik ook.’

Zou je daar iets meer over willen vertellen?

‘Zo’n twintig jaar geleden kreeg ik een flinke trombose in mijn onderbeen. Er was toen weinig informatie en minder kennis over trombose dan nu. Ik heb een week of drie rondgelopen zonder dat iemand wist dat het een trombosebeen was. Van huisarts naar specialist en weer terug, en uiteindelijk beland je op de eerste hulp. En daar blijkt dat je halve been vol met stolsels zit. Gevaarlijk – ik heb toen best geluk gehad – en ook heel pijnlijk.’

Worden patiënten nu beter geïnformeerd en geholpen?

‘Kijk, daarom is de Trombosestichting zo belangrijk! Door hen is er nu veel meer informatie én gericht op patiënten. Als je de rest van je leven medicijnen moet gebruiken, wil je daar meer van weten. Wat doen die

met je, hebben ze bijwerkingen? Wat betekent trombose voor je op de lange termijn? Je wilt dat er meegeacht wordt, want het gaat over kwaliteit van leven. Als ik dan zie wat er nu allemaal op de website staat, wat ze aan info geven en de evenementen die ze organiseren, dan vind ik dat echt hartstikke mooi.’

Dus samen op de haringparty, hoe gaat dat?

‘De Trombosestichting levert een QR-code, en dat werkt perfect. We hebben elk jaar een heel prettige samenwerking met hun bevlogen en enthousiaste mensen. Wij maken zelf een folder met foto’s van het jaar ervoor, wat aanvullende informatie en het programma.’

Er zijn altijd een paar optredens, waarvan in elk geval één traditioneel, met een accordeonist of orgeldraaier. Onze gasten reageren heel positief op het uitje en op de QR-code. In plaats van een flesje drank of presentje geven, vinden ze het ook leuk om iets te doneren. Omdat ze zien dat de Trombosestichting echt een goede belangenbehartiger is! ◀



Maak impact als werkgever met **The Social Handshake**

The Social Handshake is een organisatie die is opgezet om goed doen gemakkelijk te maken. Hun missie? Samen met werkgevers, medewerkers en goede doelen, zoals de Trombosestichting, bijdragen aan een gezonde, duurzame en sociale wereld.

Aantrekkelijk werkgeverschap

Voor medewerkers van nu zijn niet alleen arbeidsvoorwaarden als een fitness-abonnement of een auto van de zaak belangrijk. 7 op de 10 medewerkers geeft aan sociale impact te willen maken. Met LoonGift geeft u ze die mogelijkheid, met belastingvoordeel.

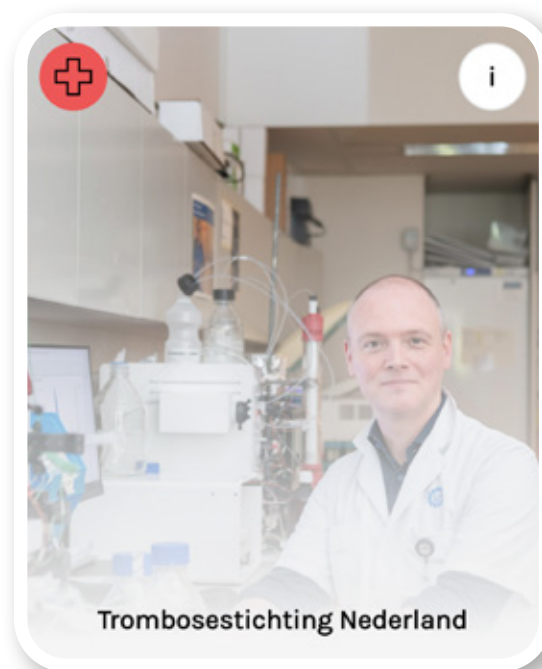
LoonGift is een secundaire arbeidsvoorwaarde waarmee u bijdraagt aan een gezonde, duurzame en sociale wereld. Niet alleen maakt het aanbieden van LoonGift u aantrekkelijker als werkgever, ook gaat uw retentie omhoog.

LoonGift

Met LoonGift geeft u medewerkers de mogelijkheid goede doelen als de Trombosestichting te steunen. Dit kan direct vanuit het salaris én met belastingvoordeel.

VakantiedagenGift

Medewerkers kunnen ook hun bovenwettelijke vakantiedagen inzetten om goede doelen als de Trombosestichting te steunen.



Makkelijk opgestart

In minder dan een uur kan het team van The Social Handshake LoonGift voor uw organisatie opstarten. Daarna kost het uw salarisadministratie minder dan 30 minuten per maand.

Het proces bestaat uit slechts vier simpele stappen, en het team van de The Social Handshake ondersteunt u bij iedere stap. Als werkgever wordt u volledig ontzorgd in het gehele proces, waardoor het eenvoudig is om samen met uw werknemers een bijdrage te doen aan het werk van een goed doel als de Trombosestichting.

Meer inzicht

U krijgt een overzicht van de impact die u samen met uw medewerkers maakt. Fijn om te delen, én om inzicht te krijgen in waar uw medewerkers om geven.



The Social Handshake

Meer weten?

Neem contact op met The Social Handshake via **020-211 7272** of **loongift@thesocialhandshake.com**

Stop de Prop-loop

Na het overweldigende succes van de eerste editie organiseren we zaterdag 27 september 2025 voor de tweede keer de Stop de Prop-loop. Tijdens deze bijzondere wandeling, die door het prachtige Groene Hart voert, vragen wij aandacht voor trombose en iedereen die hiermee te maken heeft. De opbrengst van de wandeling komt volledig ten goede aan belangrijk trombose-onderzoek.

Voor bedrijven biedt de Stop de Prop-loop een mooie kans om bij te dragen aan wetenschappelijk onderzoek én om maatschappelijke betrokkenheid te tonen. Maar er is meer: als sponsor laat u zien dat u het belang van beweging en een gezonde levensstijl ondersteunt.

Bovendien kunt u samen met uw collega's gratis meewandelen. Een mooie gelegenheid om samen in beweging te komen en zo op een informele manier de teamband te versterken.



SPONSORPAKKETTEN

	Vriend in natura	Sponsor €1.000	Hoofdsponsor €2.500	Partner €10.000
Uw logo op het promotiemateriaal én op www.stopdeproploop.nl	Ja	Ja	Ja	Ja
Gratis deelname aan de loop, inclusief gratis T-shirt	x	5 medewerkers	10 medewerkers	25 medewerkers
Invoegen van een product of aanbieding in de goodiebag	x	Ja	Ja	Ja
Plaatsen van een beachflag of banier bij het start- en finishbureau	x	Ja	Ja	Ja
Uw logo op de goodiebag	x	x	Ja	Ja
Plaatsen van een beachflag of banier bij de 5km stop	x	x	x	Ja
Interview met u op onze website én in onze digitale nieuwsbrief	x	x	x	Ja
Certificaat	x	x	x	Ja

Mercatu: praktische steun en een warm welkom

Restaurant en coffeabar Mercatu in Reeuwijk was start- en eindpunt van de Stop de Prop-loop 2024. Het restaurant in het Groene Hart zette de deuren wijdopen voor de verwachte 250 deelnemers. Het werden er ruim 300. Dayenne en Roos van Mercatu vertellen hoe die dag verliep en waarom ze de Trombosestichting op deze manier steunen.

'Mercatu Reeuwijk krijgt, net als de vijftien andere horecabedrijven binnen Axivate Horeca Group, elk jaar de mogelijkheid om een goed doel te steunen', zegt Dayenne, accountmanager bij Axivate. Restaurant Mercatu koos voor de Trombosestichting. Bedrijfsleider Roos: 'Hun doel spreekt ons team heel erg aan. Best wel schrikken hoe vaak trombose voorkomt en hoe ernstig de gevolgen kunnen zijn.

Daarbij vinden we het indrukwekkend dat de Trombosestichting zulk goed werk doet, terwijl ze niet megagroot zijn. Mercatu ligt op een prachtige locatie en we wilden graag bijdragen. Voor de Stop de Prop-loop-sponsorloop boden we daarom gratis ruimte aan en een welkom voor de deelnemers.'

De sponsorloop trok meer mensen dan verwacht, hoe was dat?

'Op grote groepen zijn wij gelukkig goed ingespeeld. Alle deelnemers werden hier welkom geheten voor de start. Na de finish kon iedereen bijkomen met een lekker kopje koffie, een drankje van het huis of een ambachtelijk schepijsje uit onze Italiaanse ijssalon. Mercatu bestaat uit een coffee-/winebar aan de voorkant en een restaurant aan het water aan de achterkant.

Daardoor was er genoeg ruimte om zowel lopers als reguliere gasten te verwelkomen. En natuurlijk om iedereen vanuit onze open keuken met pizzaoven te voorzien van de lekkerste gerechten!'



Iedereen was blij met jullie inzet, dit jaar dus weer?

Roos: 'Jazeker, we voelen echt een connectie met het goede doel, het team van de Trombosestichting en de deelnemers. En dat geldt ook voor onze medewerkers. Die vonden het supermooi, iedereen wilde werken die dag! We hebben er intern ook over gesproken met elkaar, dat trombose ver van je bed lijkt, maar eigenlijk bij heel veel mensen speelt. En hoe belangrijk bewegen is voor je gezondheid. Dit jaar is de sponsorloop op 27 september, we rekenen dan op 500 tot 750 deelnemers. Hoe meer, hoe beter!'

Jazeker, we voelen echt een connectie met het goede doel, het team van de Trombosestichting en de deelnemers. En dat geldt ook voor onze medewerkers.'

De Stop de Prop-loop wordt een nog groter succes in 2025?

Dayenne: 'Daar ga ik absoluut van uit. Wij gaan tot eind september extra zichtbaarheid geven aan deze editie. Op social media, op de website en bij onze gasten. We willen zoveel mogelijk mensen bereiken om nog meer aandacht voor de Trombosestichting te realiseren. We hopen ook andere bedrijven te inspireren om een goed doel te steunen. Het maakt niet uit hoe, als je er maar voor gaat!' ◀

Start uw eigen actie voor de Trombosestichting

Samen in actie komen voor de Trombosestichting geeft een goed gevoel en brengt mensen dichterbij elkaar. Organiseer bijvoorbeeld een sponsorloop, een benefietdiner, een veiling of een thema-avond binnen uw bedrijf.

De opbrengst gaat direct naar onderzoek en voorlichting over trombose, zodat we samen levens kunnen redden. Een mooi voorbeeld van een actie is de haringparty die E & R B.V. jaarlijks organiseert, en waarbij de gasten wordt gevraagd een donatie te doen aan de Trombosestichting.



U leest hier meer over in het interview met Etienne Esseveld, managing director van E & R, op pagina 4.

Start vandaag nog uw actie en draag bij aan een toekomst zonder tromboseleed!

Sportief in actie met uw bedrijf

Gaat uw bedrijf graag sportief de uitdaging aan? Vorm een team met collega's en kom in actie voor de Trombosestichting tijdens een sportevenement, zoals een hardloopwedstrijd of fietstocht. Het hele jaar door zijn er mooie evenementen waarbij u zich kunt laten sponsoren voor dit belangrijke doel.

Wandelt u liever? Dan is de Stop de Prop-loop natuurlijk een uitgelezen kans om samen met uw collega's geld in te zamelen voor het werk van de Trombosestichting. U leest meer over de Stop de Prop-loop op pagina 7.



Verbind uw product of dienst aan de Trombosestichting

Wilt u met uw bedrijf op een andere manier bijdragen? Koppel de verkoop van uw product of dienst aan de Trombosestichting en doneer een bedrag of percentage van de opbrengst. Dit is ondernemen met impact! U laat zien dat uw bedrijf zich inzet voor een toekomst zonder tromboseleed en onderscheidt zich van de concurrentie. Wist u dat consumenten eerder kiezen voor een bedrijf dat maatschappelijk betrokken is?

Duurzame steun

Trombose is een ernstige aandoening die jaarlijks 100.000 mensen in Nederland treft. Wilt u als ondernemer een structurele bijdrage leveren aan een toekomst zonder tromboseleed? Kies dan voor één van onderstaande pakketten.

PAKKET M

- Vermelding 'wij steunen de Trombosestichting Nederland' op al uw uitingen.
- Uw bedrijfsnaam en logo op de website van de Trombosestichting Nederland.
- Drie keer per jaar het magazine van de Trombosestichting Nederland.
- Gratis deelname aan de Stop de Prop-loop voor vijf medewerkers.
- Uitnodiging voor een jaarlijkse, speciale bijeenkomst in het kader van Wereld Trombose Dag.
- PR-pakket met diverse promotieartikelen die uw medewerkers aansporen in beweging te komen.

Bijdrage per jaar, looptijd van drie jaar

€ 1.500

PAKKET L

Alles van PAKKET M, PLUS:

- Gratis deelname aan de Stop-de-Prop-loop voor tien extra medewerkers: in totaal kunnen vijftien medewerkers gratis deelnemen.
- Een workshop naar keuze.*
- Presentatie voor medewerkers van uw bedrijf:

Maak uw medewerkers bewust van de voordelen van voldoende bewegen en gezond eten, hoe zij een trombose kunnen herkennen en wat zij dan moeten doen, en vooral ook: hoe ze het risico op het krijgen van een trombose kunnen verkleinen.

Bijdrage per jaar, looptijd van drie jaar

€ 5.000

PAKKET XL

Alles van PAKKET L, PLUS:

- Gratis deelname aan de Stop-de-Prop-loop voor tien extra medewerkers: in totaal kunnen 25 medewerkers gratis deelnemen.
- Een tweede workshop naar keuze.*
- De Gezonde Pubquiz voor het hele bedrijf:

Creëer betrokkenheid bij alle collega's en laat afdelingsteams het tegen elkaar opnemen in deze verrassende, leuke en ook leerzame pubquiz bij u op locatie.

Bijdrage per jaar, looptijd van drie jaar

€ 10.000

Interesse?

Neem contact op met Tom Bos via 071-5617717 of t.bos@trombosestichting.nl

*informeer naar de mogelijkheden



3 makkelijke manieren waarmee u het verschil kunt maken

Als bedrijf kunt u op diverse manieren bijdragen aan het belangrijke werk van de Trombosestichting. We maken u graag attent op drie laagdrempelige mogelijkheden:

Doneer statiegeld via Statiegeld Nederland

Verbruikt u met uw bedrijf of organisatie veel statiegeldflessen en -blikjes? Dan kunt u het statiegeld doneren aan de Trombosestichting via Statiegeld Nederland. Dit is een eenvoudige manier om bij te dragen aan onderzoek en preventie van trombose. Registreer uw inzamelpunt en kies de Trombosestichting als goed doel.

Meer informatie en registratie vindt u op www.statiegeldnederland.nl of neem contact op met Britt van Klij, b.vanklij@trombosestichting.nl. Zij vertelt u hier graag meer over.



Collectebussen bij evenementen

Bij speciale gelegenheden zoals jubilea, open dagen of andere bedrijfsactiviteiten kunt u een collectebus plaatsen om donaties in te zamelen voor de Trombosestichting. Wij bieden gratis kartonnen collectebussen aan, voorzien van een QR-code voor gemakkelijke digitale donaties.



U kunt een collectebus aanvragen via: tsn@trombosestichting.nl of telefonisch via 071-5617717.

De Trombosestichting als goed doel met kerst

Overweeg om de Trombosestichting op te nemen als goed doel in uw kerstpakkettenprogramma. Werknemers kunnen er dan voor kiezen om de waarde van hun kerstpakket te doneren aan de stichting. Dit is een mooie manier om samen met uw collega's een bijdrage te leveren aan een toekomst zonder tromboseleed.

Voor meer informatie en mogelijkheden kunt u contact opnemen met Yen-li Busscher, y.busscher@trombosestichting.nl of 071-5617717.



WANDEL 27 SEPTEMBER
A.S. MEE MET DE TWEEDE
EDITIE VAN DE
STOP DE PROP-LOOP

Datum: Zaterdag 27 september 2025

Kosten: € 15,00

Afstanden: 10 - 17 - 25 km

Starttijden: 09:45 - 11:30 uur

Finish: tot 16:30 uur



Meer informatie en inschrijven op
WWW.STOPDEPROPLOOP.NL

TROMBOSE
STICHTING



STOP
DE
PROP
LOOP 2025