

Voor de generaties van nu en morgen

HOOFDZAKEN

2



VOORWOORD

Beste lezers,

Het jaar 2018 is bijna alweer voorbij. We kijken terug op een aantal belangrijke mijlpalen. We zijn er enorm trots op dat @ease inmiddels twee goedlopende vestigingen heeft in Maastricht en Amsterdam, waar ruim 100 jongeren inmiddels hun weg naar toe gevonden hebben. Jongeren met persoonlijke vragen of zorgen kunnen bij @ease gratis, zonder afspraak en anoniem binnenlopen voor hulp. Een verwijzing van de huisarts is niet nodig. En een wachtlijst is er niet! Binnen @ease

werken we samen met verschillende partijen binnen en buiten de gezondheidszorg om het zorgaanbod beter te laten aansluiten op hetgeen jongeren willen. Die samenwerking en het combineren van verschillende disciplines zie je ook terug bij ons wetenschappelijk onderzoek. In het artikel van mijn collega Bart Rutten kunt u bijvoorbeeld meer lezen over hoe we zoeken naar mechanismen rondom weerbaarheid en veerkracht. De faculteiten Health Medicine Life Science en Psychologie en Neuroscience werken hierbij steeds intensiever samen. Daarnaast is er een vruchtbare samenwerking van de vakgroep Psychiatrie met verschillende andere medische disciplines in het Maastricht UMC+. Het werk van het mHealth team, waar u in deze nieuwsbrief over leest, is daar

IN DIT NUMMER O.A.

WAAROM IS IEMAND WEERBAAR EN DE ANDER NIET • WELKOM BIJ @EASE • TEAM MHEALTH • SELFIE STUDIE • RESULTATEN SMARTSCAN STUDIE • DE KRACHT VAN WEERBAARHEID

ook een voorbeeld van. Hoe kun je de app PsyMate, die ontwikkeld is door onze vakgroep, breder en vooral praktisch inzetten bij patiënten van het Maastricht UMC+?

Tot slot wens ik jullie allemaal hele fijne Kerstdagen en een voorspoedig en gezond Nieuwjaar.

Prof. dr. Thérèse van Amelsvoort



NIJWSBRIEF VAN
Jonge brein
onderzoekfonds
Limburg

voor de generaties van nu en morgen

Jonge brein onderzoekfonds Limburg is verhuisd naar
Gaetano Martinolaan 85, 1e etage, 6229 GS Maastricht.



WAAROM IS IEMAND WEERBAAR EN DE ANDER NIET?

Een ernstig jeugdtrauma, een verkrachting, oorlogsgeweld, een verkeersongeluk. Stuk voor stuk potentiële oorzaken van psychisch leed dat het leven in het ergste geval tot een hel maakt. Maar de grote meerderheid van de slachtoffers ontwikkelt geen klachten en functioneert normaal. Professor Bart Rutten, psychiater en hoogleraar in de neurowetenschappen van psychische stoornissen bij Maastricht UMC+, vraagt zich af hoe dat kan. Hij speurt naar biologische oorzaken en heeft inmiddels de eerste concrete aanwijzingen gevonden.

Posttraumatische stressstoornis, kortweg PTSS. Een kwart eeuw geleden nog een onbekende term, nu met stip in de top-tien van psychische stoornissen. In Nederland vooral vastgesteld bij soldaten die terugkeren van oorlogsgebieden in Irak of Afghanistan

en daar collega's of burgers zagen sneuvelen of zelf ternauwernood aan de dood ontsnappen. Nu komen daar vluchtelingen uit Afrika en het Midden-Oosten bij die voorafgaand of tijdens hun uittocht afschuwelijke dingen meemaakten.

De symptomen kunnen ernstig zijn: angst, concentratieverlies, woede-uitbarstingen, nachtmerries en slecht slapen. Daarnaast zijn trauma's en PTSS belangrijke risicofactoren voor lichamelijke stoornissen zoals suikerziekte en hoge bloeddruk. 'Gelukkig', zegt Bart Rutten, 'ontwikkelt slechts een kleine minderheid van de aan trauma blootgestelde mensen klachten zoals PTSS. De meerderheid is op één of andere manier in staat om geen last te hebben van de gebeurtenissen. Ze zijn weerbaar, hebben blijkbaar voldoende veerkracht om de ellende te overwinnen

en een plek te geven. Ze kunnen een normaal leven leiden en gewoon functioneren. Ik wil uitzoeken waar die veerkracht vandaan komt en ik denk dat te maken heeft met biologische processen in het lichaam; naast psychologische en sociale factoren. Daarbij denk ik aan de genetische achtergrond, voeding, beweging, leefstijl, medicijnen. Met lichaamseigen stoffen en hormonen. En als we dat in kaart hebben, kunnen we wellicht trauma-gerelateerde stoornissen zoals PTSS voorspellen, voorkomen en ook beter behandelen. Maar zover zijn we nog lang niet.'

Thermostaat

Een eerste stapje is inmiddels gezet in het Maastricht UMC+ waar onder leiding van Bart Rutten onderzoek wordt gedaan met proefpersonen die zijn blootgesteld aan zeer ernstige stress, namelijk militairen die werden uitgezonden naar Afghanistan, en van wie zowel voor als ook na de uitzending het bloed werd onderzocht. 'Zo hebben we bij een aantal deelnemers bepaalde methylgroepjes en miRNA's ontdekt, kleine moleculen in het bloed die de genen in hersencellen kunnen beïnvloeden. Dit kan een sleutel zijn naar een antwoord op verschillende vragen over weerbaarheid en veerkracht. Deze zogenoemde epigenetische processen zitten op danwel bij de genen, vandaar de term epigenetisch. Dergelijke epigenetische profielen vormen een biologische print van de blootstellingen van een persoon in re-

latie met hun genetische opmaak, en ze reguleren hoeveel van een bepaald gen wordt afgelezen, zeg maar als een soort thermostaat. Probleem is echter dat verder onderzoek erg kostbaar is. Feitelijk zou je individuele personen over lange tijd moeten volgen en hun psychisch en lichamelijk functioneren meten. Tegelijkertijd zou je dan een paspoort moeten maken van hun blootstellingen aan belangrijke levensgebeurtenissen als ook van hun epigenetische en genetische profielen. Het maken van een dergelijk paspoort is helaas nog erg kostbaar. Op dit moment zijn we daarvoor mede afhankelijk van middelen van derden, zoals het Jonge brein onderzoekfonds Limburg. Publiek onderzoeksgeld en subsidies zijn schaars, en om snel resultaten te boeken, is het essentieel om de beschikking te hebben over meer middelen.'

Samenhang

Bart Rutten (1975) studeerde Geneeskunde in Maastricht, liep stages in onder meer Zuid-Afrika, Duitsland, Engeland en de Verenigde Staten, promoveerde in de Neurowetenschappen en volgde de opleiding tot het medische specialisme Psychiatrie en werd in november 2016 benoemd tot hoogleraar. De werking van het brein heeft hem altijd gefascineerd, zeker sinds hij zich volledig stort op zijn eigen ideeën over de relatie tussen neurobiologie en psychiatrie. 'En dan vooral de samenhang tussen de neurobiologie met de invloeden van gebeurtenissen en ervaringen tijdens het leven', zegt de in Munstergeleen geboren en, in Roermond wonende vader van drie kinderen, getrouwd met een oncoloog.

Vergelijken

Behalve de studie met mensen met blootstelling aan trauma loopt er een onderzoek onder een groep eeneiige tweelingen in Oost-Vlaanderen, geboren in de jaren negentig. 'Eeneiige tweelingen zijn vanuit het genetisch perspectief hetzelfde, ze hebben precies dezelfde genetische code. Wel kunnen ze

verschillen vertonen in de blootstelling aan levensgebeurtenissen, en kan hun epigenetische profiel verschillen. Zo gaan de zwangerschap en geboorte van een tweeling vaker dan normaal gepaard met complicaties. Daarbij is het meestal zo dat één van de twee een ernstigere situatie heeft gehad dan de andere. We hebben deze tweelingen opgevolgd tot in hun vroege volwassenheid (tussen hun 16e en 25ste levensjaar) en kunnen dan de psychische en lichamelijke gezondheid van die tweelingen vergelijken en deze relateren aan biologische verschillen. Hiermee kunnen we dus specifiek kijken naar niet-genetische oorzaken van de verschillen. Zo verkennen we de relaties tussen epigenetische verschillen met de manier waarop de mensen leven, in welke mate ze positieve gevoelens hebben bij leuke gebeurtenissen, of ze een doel hebben in het leven; een gezin, baan. Hebben ze iets ernstigs meegeemaakt? Zijn ze sportief, eten ze gezond? Enzovoort.'

Weerbaarheid

Verder onderzoek is volgens Bart Rutten cruciaal. 'Hier in Maastricht combineren we steeds meer disciplines. De faculteiten Health Medicine Life Science en Psychologie en Neuroscience werken hierbij steeds intensiever samen. Daarnaast is er een vruchtbare samenwerking van de vakgroep Psychiatrie met verschillende andere medische disciplines in het Maastricht UMC+ om zodanig de impact van trauma's op lichamelijke en psychische gezondheid op te sporen, en hier de beste diagnostiek, onderzoek en behandelingen voor te gaan bieden. Dit is ook van belang voor het begrip van patiënten zelf, die natuurlijk trachten te begrijpen waar hun klachten vandaan komen.

Binnen de Maastricht UMC+ setting beschikken we over top onderzoeksfaciliteiten en know how, en leiden we grote onderzoeksnetwerken zoals met verschillende universiteiten in onder andere België, Engeland, Zwitserland, Duitsland en de VS. Het is mijn droom om hier in Zuid-Limburg een academisch

expertisecentrum neer te zetten op het gebied van mentale weerbaarheid. Een centrum waar mensen met trauma-gerelateerde psychische en lichamelijke klachten terecht kunnen. Waar we verdere doorbraken in het onderzoek kunnen doen naar biologische mechanismen van weerbaarheid, herstel en veerkracht en waar we nieuwe behandelmethodes ontwikkelen. Daar hebben we geld voor nodig.'



INTERVIEW MET PSYCHIATER EN HOOFD VAN DE AFDELING PSYCHIATRIE MAASTRICHT UMC+ PROF. DR. BART RUTTEN

JONGE BREIN ONDERZOEKFONDS LIMBURG STEUNT MENSEN MET PSYCHISCHE KLACHTEN EN HUN FAMILIE. HET FONDS RICHT ZICH OP TABOE- EN STIGMADOORBREKING EN WERFT FONDSEN VOOR WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK IN MAASTRICHT UMC+. WILT U HET ONDERZOEKSPROJECT VAN BART RUTTEN STEUNEN? DAN KAN DAT DOOR EEN BIJDRAGE OVER TE MAKEN OP REKENINGNUMMER NL11 INGB 0657 5268 35 TEN NAME VAN VAN JONGE BREIN ONDERZOEKFONDS. OF KIJK OP [HTTP://WWW.JONGEBREINONDERZOEKFONDS.NL/DONEER-ONLINE](http://www.jongebreinonderzoekfonds.nl/doneer-online). UW BIJDRAGE WORDT ENORM GEWAARDEERD.

WILT U LIEVER EERST MEER INFORMATIE? NEEM DAN CONTACT OP MET PAULA SNIJDERS VIA P.SNIJDERS@HFL.NL OF 06 5073 9831.



WELKOM BIJ @EASE: WE LUISTEREN GRAAG!

Gezond blijven, een opleiding afmaken, een baan vinden, je dromen waarmaken...we gunnen het iedereen en zeker jonge mensen die nog een heel even voor zich hebben. Het is belangrijk om een goed vangnet te bieden voor jongeren die even niet zo lekker in hun vel zitten. Op een laagdrempelige manier en zonder wachtlijsten. Daarom zijn we gestart met @ease!

Wetenschappelijke visie

Stichting @ease is de Nederlandse variant van het succesvolle Australische initiatief Headspace (www.headspace.org.au). Headspace, werd in

2006 opgericht door de Australische overheid en biedt nu in meer dan 100 centra jongeren gratis hulp en ondersteuning. Initiatiefnemers Prof. dr. Thérèse van Amelsvoort (Psychiater & Hoogleraar transitiepsychiatrie Maastricht University) en dr. Rianne Klaassen (Kind- en jeugdpsychiater & Opleider Kind- en jeugdpsychiatrie De Bascule) introduceerden het Headspace-concept in 2017 in Nederland. Een groeiende groep betrokkenen, onder wie de gemeenten Maastricht en Amsterdam en diverse lokale en nationale zorg- en dienstverleningsinstellingen, is actief betrokken bij de opzet en organisatie van @ease.



DIT IS @EASE MAASTRICHT!

In de periode najaar 2017 tot heden is @ease Maastricht gestart, officieel gelanceerd en gegroeid. We informeren u graag over de ontwikkelingen van de afgelopen periode.

Jongeren zijn @ease

Zonder betrokken jongeren geen @ease...daarom was het werven en trainen van jonge vrijwilligers bij de start van @ease in Maastricht heel belangrijk. Sinds het najaar van 2017 hebben we in Maastricht drie groepen vrijwilligers van ruim 40 mensen getraind. Deze mensen voeren op dinsdag en donderdag de gesprekken met jongeren die binnenlopen.

Lokale partners zijn @ease

Verschiedende lokale partners zijn betrokken bij @ease in Maastricht. Ze dragen bij aan het project door het inzetten van hun medewerkers in het professionele stafteam en delen specifieke expertise of hun netwerk. Voor de jongeren die @ease bezoeken betekent dat dat de lijnen naar geschikte hulpverlening buiten @ease heel kort kunnen worden.

Bogaardenstraat 35A is @ease

Het pand van @ease, waar we met veel plezier samen werken met de organisatie In2Yourplace van Levanto, aan de Bogaardenstraat 35A in

"Ieders eigen toonhoogte. Is dat niet juist hoe we de psychiatrie zouden kunnen zien? Iedereen is in de basis hetzelfde, alleen is de één gevoeliger voor bepaalde psychische klachten. Daarmee is iemand niet anders; het is gewoon iemands persoonlijke variatie. Ieder mens heeft zijn eigen klankkleur. Ik vind het zo jammer dat mensen met psychische problemen vandaag de dag in hokjes worden gestopt."

Gé Reinders, ambassadeur Jonge brein onderzoekfonds Limburg



Maastricht heeft een kleine transformatie ondergaan. Met onze vrijwilligers hebben we het pand geschilderd en vervolgens ingericht. Daarbij hebben we steeds de mening van jongeren gevraagd: zij moeten zich immers prettig voelen in de ruimte.

Promotie is @ease

Graag willen we zoveel mogelijk jongeren laten weten dat @ease bestaat. En naast jongeren zijn er verschillende andere stakeholders (denk aan bijvoorbeeld: zorgprofessionals, docenten, buurtbewoners, nieuwe vrijwilligers en partners, etc.) die we goed willen informeren. Inmiddels kun je @ease zowel online als offline tegenkomen: op scholen, in de wachtkamer van de huisarts, bij sportverenigingen en bij uitgaansgelegenheden.

Wetenschappelijk onderzoek is @ease

Om ons werk binnen @ease te evalueren en te verbeteren is wetenschappelijk onderzoek vanaf het begin een vast onderdeel van @ease. Inmiddels hebben we ruim 100 gesprekken kunnen doen met jongeren die @ease hebben bezocht. De meeste jongeren willen praten over hoe ze zich voelen, maar ook over sociale relaties, school of werk. Sommige jongeren komen voor advies of willen hulp bij een doorverwijzing naar zorg. De meeste van de jongeren komen uit zichzelf of zijn ertoe gezet door een vriend of familielid. Mensen hoorden over @ease via vrienden, advertenties of online. Verder werden jongeren geïnformeerd over @ease door bijvoorbeeld de vertrouwenspersoon op school of schoolarts, door een therapeut of via hun (studenten) vereniging. Alle jongeren waren erg tevreden met zowel de wachttijd voor de afspraak als het gesprek zelf.

Dank voor uw steun!

Uw interesse en (financiële) steun waarderen we enorm. Dank daarvoor! Wilt u @ease blijven steunen? Dan kunt u een bijdragen overmaken naar Jonge brein onderzoekfonds Limburg o.v.v. @ease. Het rekeningnummer is NL11 INGB 0657526835. Alvast dank.

U bent overigens van harte welkom om een kijkje te nemen in ons pand: we staan u graag te woord. Voor vragen en afspraken kunt u contact opnemen via maastricht@ease.nl.



SELFIE-STUDIE

Maud Daemen is promovenda aan de vakgroep Psychiatrie en Neuropsychologie. Zij werkt mee aan de SELFIE-studie. In deze studie wordt (onder begeleiding) een interventie aangeboden

via een smartphone app. De app is erop gericht om het zelfbeeld te verbeteren bij jongeren die in de kindertijd een traumatische ervaring hebben meegemaakt.

Het onderzoek

Voor dit onderzoek zijn we op zoek naar jongeren tussen de 12 en de 26 jaar oud die voor hun 18e levensjaar een traumatische ervaring hebben meegemaakt (fysiek, seksueel of emotioneel misbruik, emotioneel of fysieke verwaarlozing, gepest, of getuige geweest van huiselijk geweld tussen ouders). Het zelfbeeld van deelnemers dient lager dan gemiddeld te zijn en de jongere dient in behandeling te zijn bij een centrum dat deelneemt aan de SELFIE-studie. Het doel van het onderzoek is om te testen of de app het zelfbeeld van jongeren die in de kindertijd een trauma hebben meegemaakt kan verbeteren en de impact van het trauma kan minimaliseren. Dit wordt onderzocht door alle deelnemers door loting in te delen in de controlegroep (deze groep krijgt gewoon de standaardbehandeling) en de interventiegroep (deze groep krijgt de standaardbehandeling en daarbovenop de SELFIE-interventie). Deze twee groepen worden voor de interventie, na de interventie, en tijdens de 6, 18 en 24 maanden follow-ups met elkaar vergeleken.

De interventie

De interventie duurt zes weken. Elke twee weken

vindt er een sessie met de psycholoog plaats. Tussen deze sessies door is er drie keer e-mail contact met de psycholoog. Tijdens deze zes weken gaat de deelnemer dagelijks aan de slag met de app. De app bestaat uit allerlei opdrachten waarin wordt gewerkt om het zelfbeeld te verbeteren. Opdrachten nemen gemiddeld ongeveer 5 minuten in beslag. De app is persoonlijk en er wordt aan zelf opgestelde doelen gewerkt.

Een voorbeeld van een opdracht in de app is de "positieve datalog". Hierin beschrijft een jongere eerst (kleine) gebeurtenissen of ervaringen op een dag waarbij hij/zij een goed gevoel kreeg. Later leert de jongere om positieve eigenschappen te koppelen aan deze positieve gebeurtenissen en ervaringen. Zo kan bijvoorbeeld "gelachen met vrienden" betekenen dat iemand "humor" heeft, of "de to-do lijst afgewerkt" kan betekenen dat je een "harde werker" bent. Op deze manier ontstaat er een lijst van persoonlijke positieve eigenschappen die altijd ingezien kan worden.

Ook leren jongeren met de app om ontvangen kritiek kritisch te bekijken. Niet alle kritiek zou als waarheid moeten worden aangenomen, vaak is kritiek slechts een mening van anderen. Jongeren leren door de app minder gevoelig te raken voor (onterechte) kritiek. Zo zijn er nog veel meer opdrachten in de app.

Wilt u meer informatie over de selfiestudie? Neem dan eens een kijkje op www.selfiestudie.nl.



Anoek Meijers en Sjors van de Weijer

TEAM MHEALTH IN HET MAASTRICHT UMC+

Eind 2017 werd Team mHealth in het Maastricht UMC+ opgericht om middels PsyMate™ een brede introductie van mHealth in het ziekenhuis mogelijk te maken. In de PsyMate™ wordt de Ecological Momentary Assessment (EMA) methode gebruikt, waarbij deelnemers op hun smartphone door de dag vragen

ontvangen, waarmee veranderingen in stemming en lichamelijke klachten in kaart gebracht kunnen worden. Doordat deze vragenlijsten meermaals per dag worden verstuurd en meteen worden beantwoord, zijn de verzamelde gegevens betrouwbaar en geven ze ook variaties in klachten beter weer. Deze gegevens kunnen door patiënt en arts samen worden besproken (door middel van feedback). Het team bestaat uit Frenk Peeters (psychiater), Richel Lousberg (gezondheidswetenschapper), Anoek Meijers en Sjors van de Weijer (beide mHealth officer). Team mHealth assisteert in de opzet van EMA-projecten, contacteert en instrueert de patiënten, helpt met de interpretatie van de online feedback en houdt de geanonimiseerde gegevens bij.

In het afgelopen jaar hebben de mHealth officers verschillende projecten in het Maastricht UMC+ ondersteund. De afdeling Orthopedie doet onderzoek naar het pijnbeloop rondom een knieoperatie, bij de afdeling Anesthesie is men geïnteresseerd in de relatie tussen stemming, eenzaamheid en langdurige pijnklachten en op de afdeling Keel-Neus-Oor wordt de PsyMate™ ingezet om meer zicht te krijgen op de relatie tussen stemming en evenwichtsproblematiek. Op de afdeling Psychiatrie wordt de PsyMate™ gebruikt om het stemmingsbeloop in de behandeling van depressieve patiënten in kaart te brengen. Op basis van de verkregen gegevens kan het behandelplan worden aangepast. Inmiddels is met de PsyMate™ app veel ervaring opgedaan in de praktijk. Er liggen plannen om de Psymate ook in multicenter studies in te zetten. Dit houdt in dat er meerdere academische ziekenhuizen bij betrokken worden. De voordelen van deze multicenter studies zijn een groter aantal deelnemers, verschillende geografische locaties, een bredere samenstelling van bevolkingsgroepen, en de mogelijkheid om de resultaten van de centra met elkaar te vergelijken.

DR. STIJN MICHELSE VERTELT OVER ZIJN PROMOTIETRAJECT

Ik ben 5 jaar geleden begonnen als onderzoeker bij de Vakgroep Psychiatrie en Neuropsychologie. Daarbij was ik betrokken bij het Smartscan-onderzoek.

Het was een enerverende tijd, waarin ik druk was met interviews, bloedafnames, MRI-scans en het verwerken van alle resultaten. Met name de interviews voor het verzamelen van gegevens over deelnemers waren erg interessant. Deze gegevens zijn namelijk erg bruikbaar en hiervoor ben ik de deelnemers aan het Smart can-onder-

zoek dan ook dankbaar. Het is met jullie inspanning dat we een klein stapje verder komen in het begrijpen van psychische klachten op basis van informatie uit het brein.

Voor mijn doctoraat heb ik onderzoek gedaan naar de relatie tussen witte stof in het brein en psychose. Onderzoek naar witte-stof-verbindingen in de hersenen (deze witte, vette vezels zorgen voor signaaloverdracht) met behulp van een MRI-scan kan zorgen voor het beter begrijpen van mechanismen die ten grondslag liggen aan psychotische stoornissen. Het is belangrijk

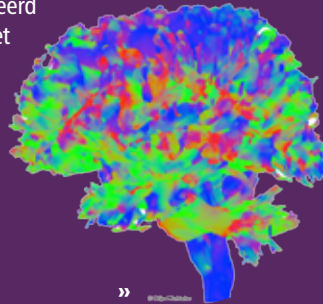


Wij wensen u hele fijne Kerstdagen en een gelukkig en gezond Nieuwjaar.

om te kijken naar het gehele spectrum van subklinische psychotische ervaringen bij patiënten met een diagnose > schizofrenie. In dit project heb ik gekeken naar de link tussen witte-stof-afwijkingen en psychotische symptomen. De resultaten laten een verstoring in hersenzeloriëntatie zien bij patiënten en gedeeltelijk ook bij broers en zussen van patiënten.

Bij jongvolwassenen blijkt deze witte-stof-verandering niet gerelateerd te zijn aan subklinische psychotische ervaringen. Verder is er in het Smartscan onderzoek gekeken naar het effect van een ACT-interventie (Acceptance and Commitment Therapy). Deze interventie gebruikt mindfulness technieken om jongvolwassenen te leren omgaan met milde klachten die er kunnen zijn. Vanuit dit onderzoek blijkt dat jongeren door de ACT-interventie minder licht depressieve klachten hebben. Wel is er nog werk aan de weg om verder te onderzoeken hoe deze mechanismen precies werken op het niveau van het brein.

“Een illustratie van de witte stof verbindingen in het brein is weergegeven in bovenstaand figuur. Het lijkt een warboel van draden, maar elke vezel draad heeft een functie in het verbinden van hersengebieden.”



ALGEMENE VERORDERING GEGEVENS BESCHERMING

Wat doet Jonge brein onderzoekfonds Limburg met de AVG? Wij houden het kort! Als u onze nieuwsbrief wilt blijven ontvangen, dan hoeft u niets te doen. Wilt u weten wat wij met uw gegevens doen, bekijk dan hier onze Privacy verklaring op www.jongebreinonderzoekfonds.nl. Wilt u zich echter toch uitschrijven, dan kan dit door een mail te sturen naar info@jongebreinonderzoekfonds.nl. Vermeld s.v.p. uw naam en adresgegevens. Dan zorgen wij voor een correcte afhandeling.

DE KRACHT VAN WEERBAARHEID

Psychiatrische aandoeningen ontstaan vaak op jonge leeftijd. Gewoon kind zijn, vrienden maken, een opleiding volgen en werk vinden, is dan ineens niet meer vanzelfsprekend. De oorzaak? Soms genetisch bepaald, soms een traumatische gebeurtenis en soms simpelweg 'domme pech'. Dat betekent dat het iedereen kan overkomen!

Weerbaarheid sleutel tot verbetering. Het brein is zo complex dat behandeling en genezing van psychiatrische aandoeningen een grote uitdaging blijft. We zijn ervan overtuigd dat weerbaarheid de sleutel tot verbetering is. Daarbij richten we ons specifiek op jonge mensen. Hoe kun je klachten voorkomen of sneller ontdekken? En hoe geef je mensen de kracht om hun leven zodanig in te richten dat ze goed kunnen leven met hun psychi-

sche kwetsbaarheden? Medisch wetenschappelijk onderzoek is nodig, waardevol en duur! Bij de onderzoeksprojecten zijn verschillende teams van gedreven onderzoekers betrokken, de ontwikkeling van e-health tools en webapplicaties is kostbaar en brein- of labonderzoek gebeurt met zeer specifieke apparatuur. Met giften van donateurs, bedrijven en stichtingen steunt Jonge brein onderzoekfonds Limburg medisch wetenschappelijk onderzoek van de vakgroep Psychiatrie en Psychologie van Maastricht UMC+. Onderzoek dat echt verschil kan maken!

Wilt u steunen? Dat kan op verschillende manieren. Eenmalige gift of structureel steunen. Elke gift, klein of groot, is welkom. Schenken aan een goed doel heeft bovendien fiscale voordelen. Een schenking is meestal aftrekbaar voor de inkomstenbelasting. Wij helpen u graag hierbij!

Heeft u binnenkort een feest en overweegt u om geen cadeaus maar een donatie voor een goed doel

COLOFON

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Jonge brein onderzoekfonds Limburg. Jonge brein onderzoekfonds Limburg is een samenwerking van Health Foundation Limburg en Maastricht Universitair Medisch Centrum*. Heeft u vragen over het fonds? Neem dan contact op via onderstaande gegevens.

Contactgegevens: Jonge brein onderzoekfonds Limburg
Gaetano Martinolaan 85, 1e etage, 6229 GS Maastricht
T: 06 5073 9831
E: info@jongebreinonderzoekfonds.nl
I: www.jongebreinonderzoekfonds.nl

Texten: Thérèse van Amelsvoort - Jos Cortenraad - Flore Joskin - Stijn Michielse - Paula Sniijders, Simone Verhagen en Nele Volbragt

Eindredactie: Flore Joskin - Paula Sniijders - Ellen van de Ven

Indien u deze nieuwsbrief liever digitaal of op een ander adres wilt ontvangen, stuur dan een mail naar info@jongebreinonderzoekfonds.nl.



**Jonge brein
onderzoekfonds
Limburg**

voor de generaties van nu en morgen



Maastricht UMC+



te vragen? Een prachtig idee! Hiervoor kunt u bij ons een **giftbox** bestellen.

Start een actie. Steun Jonge brein onderzoekfonds Limburg ook door zelf in actie te komen. U kunt het zo gek niet bedenken of er is een actie aan te verbinden. Kook met uw vrienden voor al uw relaties en maak er een benefietdiner van, organiseer een fancy fair of regel een sponsorloop of fietstocht. En er zijn nog veel meer ideeën te bedenken. Wij helpen u graag verder.

Steun ons als organisatie. Uw bedrijf of stichting kan sponsor worden van een onderzoek. We kijken graag samen met u wat het beste past. Neem contact met ons op via T 06 5073 9831 of via p.sniijders@hfl.nl.

U kunt uw zeer welkome gift overmaken naar:
NL11 INGB 0657 5268 35, BIC: INGBNL2A
t.n.v. Jonge brein onderzoekfonds Limburg.