

# ‘Samen maken we het verschil voor mensen met diabetes type 1!’

**Stichting Diabetes+** bestaat drie jaar. Een mooi moment voor een terugblik: waarom is Diabetes+ opgericht en wat is er in de afgelopen drie jaar allemaal bereikt? **Cas de Heus** vertelt bevlogen over zijn missie: ‘We willen het beste halen uit (elk) leven met diabetes type 1 voor alle mensen met type 1 en iedereen eromheen. Dat is onze missie.’



**Waarom ben je Diabetes+ gestart?**  
‘Via een omweg heb ik zelf de diagnose diabetes type 1 gekregen. Ik was een dertiger, kende niemand met diabetes en voelde me er behoorlijk alleen in staan. Ik ben ondernemend, zag dat het anders zou moeten kunnen en heb een plan geschreven om mensen met type 1 bij elkaar te brengen en zo elkaar verder te helpen. Het plan verdween in de kast en ik ging verder met mijn leven. In 2017 kreeg ik een ongeluk en werd ik letterlijk stilgezet. Misschien heeft dat wel zo moeten zijn, anders was ik maar doorgeraasd met mijn drukke leven waarin ik diabetes niet altijd de aandacht gaf die het verdiende. Na mijn revalidatie kwam het plan als donderslag bij heldere hemel bij me terug en

← **Nathalie Ekkelmans** heeft diabetes type 1 en is journalist. Voor Diactueel interviewt ze professionals die in de diabeteszorg werken

besloot ik de belofte in te lossen die ik jaren ervoor met mezelf maakte: leven met type 1 in Nederland een stuk beter maken. Ik heb contact gezocht met Loes Heijmans, de enige die ik kende in de diabeteswereld. Zij bracht me in contact met Wietske Wits. Henk-Jan Aanstoot, oprichter van Diabeter, sloot aan bij het gesprek en hij was direct enthousiast. Zo zijn Loes, Wietske en ik aan de slag gegaan, vlak voor coronatijd.’

**Waar ben je trots op als je terugkijkt op de afgelopen drie jaar?’**

‘Ik ben vooral dankbaar voor waar we nu staan en dat we al heel veel mensen hebben mogen helpen. Mensen die vragen hebben over hun diabetes, ouders van kinderen met diabetes, partners... we krijgen soms echt schrijnende verhalen van mensen met type 1 die niet weten waar ze met hun vragen terecht kunnen. Dat is dan ook precies waarom we Diabetes+ zijn gestart. Ik geloof er heilig in dat we elkaar verder kunnen helpen als type 1'ers omdat



Cas de Heus

©Leonie van Someren

“ In 2017 kreeg ik een ongeluk en werd ik letterlijk stilgezet. Misschien heeft dat wel zo moeten zijn ”

we als geen ander weten hoe het is om diabetes te hebben. Zorgverleners doen enorm hun best, maar hebben gewoon weg de tijd niet. Met onze sociale media-kanalen, website, buddy-programma's, podcasts en events kunnen we ervaringen delen, naar elkaar luisteren en elkaar helpen. Trots ben ik ook op onze mooie raad van advies met professor Frank Snoek, dr. Stefan Cloudt, dr. Inge van Boxelaer en Brigitte Klinkenbijl en net zo trots ben ik op onze ruim honderd vrijwilligers. We zijn sinds 2021 een Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI), wat schenkers belastingvoordelen geeft. Daarnaast hebben we sinds kort het CBF-keurmerk en zijn we lid van Goede Doelen Nederland. Vooral zijn we een diabetespartij met impact en die niet meer weg te denken is uit het diabetesveld; dat doet me echt iets!’

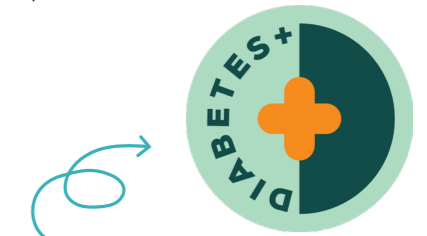
**Wat kunnen jullie betekenen voor mensen met diabetes type 1?**

‘Educatie door mensen met diabetes onderling en elkaar verder helpen vanuit onze eigen ervaring. Zo proberen we de juiste handvatten te geven op verschillende momenten in je leven met diabetes. Het is mooi om te zien dat daardoor mensen op een gegeven moment toch eens met een psycholoog gaan praten, toch durven te kiezen voor een insulinepomp, dat ze van elkaar leren hoe ze beter met hypo's om kunnen gaan of hoe ze hun kind kunnen steunen. Je bent nooit alleen met je diabetes. Het maakt niet uit wie je bent en hoeveel of hoe weinig je over diabetes weet, of je net diabetes hebt of al vijftig jaar. We kunnen elkaar verder helpen waardoor het leven met diabetes beter wordt. Dat doen we op allerlei ma-

nieren. Voor mensen met vragen over de insulinepomp hebben we pompbuddy's, samen sporten kan met een sportbuddy en er zijn ouderbuddy's voor ouders van kinderen die net de diagnose type 1 hebben gekregen.’

**Wat is je droom voor de komende jaren?**

‘De komende jaren gaan we groeien door nieuwe samenwerkingen aan te gaan, versterken en verbreden we bestaande samenwerkingen én gaan we met innovatieve projecten aan de slag. Ondertussen blijven we ons op allerlei manieren inzetten, geeft Wietske een gastcollege aan diabetesverpleegkundigen in opleiding en voeren we gesprekken met zorgverzekeraars in de hoop dat straks iedereen zelf kan kiezen welke pomp of sensor het beste bij hem of haar past. Diabetes type 1 is een leven lang leren. We helpen iedereen graag en dat blijven we de komende jaren met veel passie doen!’



Kijk op [diabetesplus.nl](https://diabetesplus.nl) voor meer informatie