

# Hoe een patiënten vereniging opstarten

binnen het netwerk van de



BELGISCHE  
CARDIOLOGISCHE  
LIGA VZW



Steun bieden aan patiënten met hart- en vaataandoeningen en hun naasten is altijd een belangrijk deel geweest van de missie van de Belgische Cardiologische Liga. Daarom wordt **deze toolkit voor het oprichten van een patiëntenvereniging** gratis ter beschikking gesteld. De Liga wil met de patiëntenverenigingen nauwe banden onderhouden om wederzijdse steun te bevorderen.

### Wat is een vereniging van hartpatiënten?

Het is een 'club' waar patiënten die met hartproblemen kampen samen deelnemen aan activiteiten om hun fysiek en mentaal welzijn te verbeteren.

Aansluiten bij het netwerk van verenigingen van de Liga zorgt voor:

- **Nationale zichtbaarheid**, nuttig om nieuwe leden aan te trekken,
- **Eén stem** naar de overheid en de medische wereld toe,
- **Ondersteuning** bij elke stap in het ontwikkelen van de vereniging.

Houdt u ons op de hoogte van de activiteiten die u organiseert, dan kan ook de Liga die delen op haar sociale netwerken en worden ze beter zichtbaar.

***Ter herinnering***, de Belgische Cardiologische Liga heeft als doel het aantal overlijdens aan hart- en vaataandoeningen in België te verminderen door kosteloze preventie aan te bieden die voor iedereen toegankelijk is. Daarom organiseert de Liga jaarlijks vier à vijf bewustmakingscampagnes.



Dit document behandelt **drie basisonderwerpen** in verband met de oprichting van een vereniging:

1. Voor welke juridische vorm kiest u?
2. Hoe leden aantrekken?
3. Welke activiteiten organiseren?

### Contacteer ons

[info@liguecardioliga.be](mailto:info@liguecardioliga.be)

Elyzeese-Veldenstraat 63  
1050 Elsene

+32 (0) 2 649 85 37



BELGISCHE  
CARDIOLOGISCHE  
LIGA VZW

# 1. Voor welke juridische vorm kiest u?

Tot een vereniging behoren houdt voor de leden een zekere verantwoordelijkheid in, op verschillende niveaus. Om dat in goede banen te leiden zijn twee rechtsvormen aanbevolen: **de Feitelijke Vereniging** en de **VZW**. We vergelijken beide formules hierna, zodat u kunt uitmaken welke rechtsvorm voor uw project geschikt is.

## DEFINITIES

**Een Feitelijke Vereniging** heeft geen rechtspersoonlijkheid. Zij kan zelf geen contract afsluiten of goederen bezitten. In een feitelijke vereniging zijn de leden dus **persoonlijk aansprakelijk** (*bijvoorbeeld wat schulden betreft*). Ook hun **persoonlijke bezittingen** genieten geen bescherming (*bijvoorbeeld tegenover schuldeisers van de vereniging*). Leden van de vereniging kunnen onderling de omvang van de aansprakelijkheid specificeren. Ten aanzien van derden zal elk lid **individueel aansprakelijk** zijn voor het geheel **van de schulden van de vereniging**.

Deze vorm is beter geschikt voor **activiteiten die weinig kosten en maar een paar keer per jaar plaatsvinden**.

**Een VZW** (Vereniging Zonder Winstoogmerk) heeft **rechtspersoonlijkheid**. Zij kan in eigen naam contracten afsluiten en goederen bezitten. Een VZW heeft dus **haar eigen aansprakelijkheid** en **eigen vermogen**. Een VZW dient een **onbaatzuchtig doel** te hebben, wat betekent dat de leden zich niet mogen verrijken via de activiteit van de vereniging. De VZW mag wel onbeperkt commerciële activiteiten ontwikkelen. Zij mag enkel **geen uitkeringen** doen aan haar leden of bestuurders. Voor het oprichten van een VZW hebt u **minstens twee leden** nodig.

Deze vorm is beter geschikt voor een vereniging die **meermaals per maand duurdere activiteiten** plant.

Feitelijke Vereniging	VZW
=	

Groep individuen streeft een **gemeenschappelijk doel** na

<b>Uitkeringen aan leden of bestuurders</b> niet toegelaten
---

<b>≠</b>
----------

Zonder structuur Enkel gebaseerd op een overeenkomst	Binnen de <b>structuur van een rechtspersoon</b> Dus ook meer rigide wat betreft afspraken (statuten)
---	--

<b>Individuele en hoofdelijke aansprakelijkheid</b> van de leden	In principe <b>geen aansprakelijkheid</b> voor de leden
--	---

Heeft geen eigen/afgescheiden vermogen → Kan als dusdanig <b>geen goederen</b> verwerven of <b>contracten</b> sluiten	Vermogen is <b>afgescheiden</b> van dat van de leden → Kan <b>goederen verwerven</b> en <b>contracten afsluiten</b>
--	--

Kan <b>geen personeel</b> aannemen	Kan <b>personeel aannemen</b>
------------------------------------	-------------------------------

Kan <b>geen schenkingen</b> of <b>legaten</b> aanvaarden	Kan <b>schenkingen</b> en <b>legaten</b> aanvaarden
--	---

Kan met het oog op het verkrijgen van <b>subsidies verplicht worden</b> om om te vormen naar VZW	Kan <b>subsidies ontvangen</b>
--	--------------------------------

<b>Minder administratie</b>	Meer administratie en boekhouding
-----------------------------	-----------------------------------

<b>Budget</b>	
---------------	--

<b>0 €</b>  Geen officiële oprichting nodig	Geen financiële inbreng nodig <b>Administratiekosten</b> bij de oprichting: <ul style="list-style-type: none"> <li>op papier = <b>197,11 €</b></li> <li>elektronisch (via e-griffie) = <b>142,42 €</b></li> </ul> <i>Belgische tarieven sinds 1 maart 2020</i>
---	---

## Voor welke juridische vorm kiest u?

De ene rechtsvorm is niet beter dan de andere. In de eerste plaats moet u nagaan op hoeveel leden u mikt en de frequentie van de activiteiten. U kunt trouwens van rechtsvorm veranderen mochten de activiteiten na verloop van tijd frequenter worden.

Het is in elk geval best om een **huishoudelijk reglement** op te stellen waarin **functies, taken** en andere aspecten staan die u noodzakelijk acht voor de goede werking van de vereniging, ongeacht de rechtsvorm.

### BOVENDIEN | Coronary Clubs

Het is eveneens mogelijk uw vereniging te koppelen aan de **Coronary Clubs**. Dat zijn clubs waar de bijeenkomsten verlopen onder toezicht van gespecialiseerde coaches en in aanwezigheid van een cardioloog of een arts. Bedoeling is de fysieke conditie die patiënten in het ziekenhuis op de dienst Revalidatie ontwikkeld hebben in stand te houden en te verbeteren.

Meer informatie : <http://www.cardiaquesmaissportifs.be/index.html>



## 2. Hoe leden aantrekken?

Om nieuwe leden te werven is goede communicatie cruciaal. U beschikt best over **affiches** en **brochures** die u ter beschikking stelt op strategische plaatsen om het doelpubliek te bereiken. Ook de **sociale media** zijn een doeltreffend middel om aan zichtbaarheid te winnen, bovendien kost het niets.

### TASTBAAR MATERIAAL | Affiches & Brochures

Met affiches en brochures kan men:

- Toelichten **waarom men het initiatief neemt en voor wie het bedoeld is**,
- Precies laten weten **waar en wanneer welke activiteiten** georganiseerd worden,
- **Contactgegevens** van de vereniging vermelden.

Om het ontwerpen van affiches en brochures te vereenvoudigen beschikt de Liga over **modellen** die u **met een paar muisklikken** kunt aanvullen: *te vinden in de file « **Marketinginstrumenten** » van de toolkit.*

### WAAR MOET DAT MATERIAAL AANWEZIG ZIJN?

Ideaal, zijn de plaatsen waar patiënten sowieso om medische redenen komen: **de praktijk van cardiologen en huisartsen, ziekenhuizen, hartrevalidatiecentra...**

Andere interessante plaatsen zijn, **gemeentehuizen, ziekenfondsen, buurtwinkels, enz.** En waarom zou u niet in de **plaatselijke pers** uitpakken met uw vereniging?

# DIGITAAL | Sociale Media

Er bestaan allerlei sociale media, met uiteenlopende functies. Hieronder vindt u de sociale media die het meest worden gebruikt door de verenigingen waarmee wij samenwerken, met hun eigenschappen.

**FACEBOOK** | <https://www.facebook.com/>

Als u een Facebookpagina maakt, kunt u daarmee:

- Via berichten communiceren over **komende activiteiten**,
- **Relevante artikels** en **evenementen** delen, bijvoorbeeld deze uitgaande van de Belgische Cardiologische Liga,
- Uw vereniging bekender maken en **leden aantrekken**,
- Contact houden met de leden, door middel van vragen of door naar hun mening te vragen via commentaren bij geplaatste berichten.

U kunt eveneens Facebookgroepen in het leven roepen, die alleen bedoeld zijn voor gedachtewisselingen onder de leden.

**In deze video's** vindt u meer uitleg over het aanmaken van een Facebookpagina en Facebookgroep: *te vinden in de file « **Facebook Handleiding** » van de toolkit.*

Ons pagina: [Ligue Cardio - Cardio Liga - Accueil | Facebook](#)

Tag: [@liguecardioliga](#)

**INSTAGRAM** | <https://www.instagram.com/>

Als u een Instagram-account maakt, kunt u:

- Activiteiten van de vereniging **in beeldvorm** delen,
- Een jonger publiek bereiken: 25 - 34 jaar.

Ons pagina: [Ligue Cardio Liga \(@liguecardioliga\) • Photos et vidéos Instagram](#)

Tag: [@liguecardioliga](#)



## TWITTER | <https://www.twitter.com>

Met een Twitter-account kunt u:

- **Korte** commentaar geven bij de actualiteit en bij relevante informatie,
- Uw gemeenschap **laten reageren**,
- **Publieke personen (politici, sportlui) aanspreken**.

Als u hoofdzakelijk sportactiviteiten organiseert, is het nuttig te weten dat heel veel sportlui via Twitter communiceren.

## DIGITAAL | Website

Een eigen website maken vraagt **tijd** en een **minimum aan technische kennis**. Zo'n site is beslist een troef, maar dankzij de sociale media kunt u ook zonder. Wilt u toch een website, dan raden wij u aan gebruik te maken van Wordpress, want dat is een van de makkelijkst te gebruiken platformen om websites te maken.

## WAAR MOET U DIGITAAL AANWEZIG ZIJN?

Ongeacht of u al dan niet een website hebt en al dan niet actief bent op de sociale media, is het alleszins nuttig dat **uw contactgegevens op andere websites staan**, bijvoorbeeld die van de Belgische Cardiologische Liga, van ziekenfondsen en van gemeenten en ziekenhuizen in uw streek.

Als u niet actief bent op sociale media maar toch de foto's van uw activiteiten wil delen, mag u die opsturen naar [info@liguecardioliga.be](mailto:info@liguecardioliga.be). De Liga zal de beelden met veel plezier delen met haar netwerk via haar accounts.

## Hoe leden aantrekken?

Goede communicatie zal **uw leden motiveren en verbinden**. Zo zullen ze zich ook zelf engageren en zich ontpoppen tot actieve leden van de vereniging.

Het heeft overigens weinig zin zich op alle sociale media te begeven of nog maar eens een website te maken: in de eerste plaats moet u uitmaken **wat u nodig hebt en hoeveel tijd de vereniging** eraan kan besteden.

### 3. Welke activiteiten organiseren?

Voor u kiest wat u zoal gaat organiseren, moet u **het doel van de vereniging vastleggen**. Een vereniging kan uiteraard meerdere doelen nastreven. Enkele voorbeelden:

- **Ruimte bieden** waar mensen hun verhaal kunnen doen,
- Het makkelijker maken voor uw leden om **op een gezonde manier te leven**,
- Uw leden aanmoedigen **samen naar motivatie te zoeken**,
- **Medische informatie** verstrekken,
- **Familie en vrienden bewust maken** van hart- en vaatziekten en **steun bieden**.

### WELKE SOORT ACTIVITEITEN?

Hier zijn alvast een paar ideeën voor activiteiten die u zou kunnen organiseren:



Sport

Wandelen, trainingen met een coach die in cardiologie gespecialiseerd is, turnen, volleybal, badminton, fietsen, aquagym, enz.



Maaltijden

In groep recepten bereiden die goed zijn voor het hart.

*Receptenboek van de Liga beschikbaar op de website*



Thematische

Gekoppeld aan evenementen in verband met het hart, zoals de Week van het Hart of andere campagnes van de Liga, de Wereld Hart Dag, enz.



Praatgroepen

Om ervaringen met elkaar te delen, maar ook tips voor een beter leven, enz.



Culturele uitstappen

Film, toneel, tentoonstelling, enz.



Informatiebijeenkomsten

Om de vereniging voor te stellen, nieuwe leden aan te trekken, met medewerking van vakmensen de gezondheid te promoten via bv. conferenties.

# WAAR DE ACTIVITEITEN ORGANISEREN?

Ziekenhuizen, scholen en gemeenten kunnen soms **kosteloos of tegen een kleine vergoeding ruimte ter beschikking stellen**. Vraag zeker na wat ter plaatse mogelijk is: een nee hebt u, een ja kunt u krijgen.

## HOE COMMUNICEREN?

**Deel uw foto's** met uw leden op de sociale media om nieuwe leden aan te trekken. Spoor uw leden aan om uw publicaties verder te verspreiden, dat zal een impact hebben op hun eigen gemeenschap, waar mogelijk geïnteresseerden bij zijn. Aarzel ook niet om de Liga te vermelden met tags op Facebook [@liguecardioliga](#) en Instagram [@liguecardioliga](#), om uw zichtbaarheid te vergroten.

**Deel sportactiviteiten, campagnes en evenementen** van andere organisaties, zoals de Belgische Cardiologische Liga of het European Heart Network, om uw leden erover te informeren en met hen regelmatig contact te kunnen houden zonder veel extra inspanning.

## Welke activiteiten organiseren?

Activiteiten vormen het hart van een patiëntenvereniging. Organiseer activiteiten die iedereen fijn vindt en **geniet van het samenzijn!**