



# Nalaten aan plusminus – leven met bipolariteit

Hoe u de ander én ons kunt helpen



# Iets nalaten aan plusminus?

Nalaten is geen onderwerp waar we dagelijks over praten. Sommige mensen denken er zelfs nooit over. 'Mijn testament, dat komt nog weleens.' Of: 'Ik heb geen familie, dus het maakt mij niet uit wat er met mijn nalatenschap gebeurt.' Of: 'Mijn kinderen erven toch alles.'

Alsof een nalatenschap niet belangrijk is. Voor uzelf, als laatste wens. Maar ook voor mensen of organisaties die niet automatisch van u erven. Denk aan goede doelen, zoals plusminus. Voor ons kan uw nalatenschap veel verschil maken.

Plusminus - leven met bipolariteit is sinds 1 januari 2019 de nieuwe naam van de VMDB (Vereniging voor Manisch Depressieven en Betrokkenen). Plusminus is de vereniging van en voor mensen met een bipolaire stoornis en hun naastbetrokkenen. Om onze doelen te bereiken, zetten we in op lotgenotencontact, belangenbehartiging en voorlichting.

Velen weten uit eigen ervaring wat het is om een bipolaire stoornis te hebben. Of om een kind, partner, vader, moeder of iemand in uw naaste omgeving met deze stoornis te hebben. Wat dat voor het dagelijks leven betekent, voor wat je wel en wat je niet kunt, voor je beeld van de toekomst.

Plusminus wil haar leden dolgraag beter kunnen helpen. Nu en straks. We willen meer voorlichting over de bipolaire stoornis geven. Meer lotgenotencontact mogelijk maken. Meer wetenschappelijk onderzoek financieren. Nog beter de belangen behartigen.

Iedere vorm van steun helpt daarbij. Ook uit nalatenschappen. Voor de huidige generatie mensen met een bipolaire stoornis. En voor volgende generaties.

Wilt u daarom eens over nalaten aan plusminus nadenken? Deze brochure helpt u daarbij. We laten mensen aan het woord die de afweging al hebben gemaakt. En we leggen u stapsgewijs uit wat er bij het opstellen van een testament komt kijken. Bedankt alvast voor het lezen!

Henk Matthijssen  
Voorzitter plusminus



# Leven met bipolariteit, we zijn er nog niet.....

Plusminus is de vereniging van en voor mensen met een bipolaire stoornis en hun naastbetrokkenen. Wij maken ons sterk om de kwaliteit van leven en zorg voor mensen met een bipolaire aandoening te verbeteren en het taboe op psychische kwetsbaarheid te doorbreken. Dat doen we vanuit de overtuiging dat iedereen mee moet kunnen doen aan de samenleving.

Daarnaast bevorderen we de betrokkenheid van partners, ouders, kinderen, broers en zusters, maar ook van vrienden en burens. Om onze doelen te bereiken, zetten we in op lotgenotencontact, belangenbehartiging en voorlichting.

In 1987 werd de Nederlandse Stichting voor Manisch Depressieven (NSMD) opgericht, welke in 2000 werd voortgezet als de Vereniging voor Manisch Depressieven en hun Betrokkenen (VMDB). Op 1 januari 2019 is de naam VMDB gewijzigd in plusminus – leven met bipolariteit.

Er zijn een aantal redenen aan te voeren voor deze naamswijziging. Allereerst wordt de naam manisch depressief steeds meer vervangen door de term bipolair. Zo spreken wij tegenwoordig van de zorgstandaard bipolaire stoornissen. Een zorgstandaard is een omschrijving van de standaarden waaraan de zorgvoorziening die hoort bij een bepaalde aandoening minimaal dient te voldoen. Deze dient tevens goed te zijn afgestemd op de patiënt en diens situatie. Manisch-depressief is een benaming die afschrikt, zeker bij mensen die deze aandoening niet of nauwelijks kennen. Een tweede belangrijke reden zit in de nieuwe ondertitel 'leven met bipolariteit'. Daar waar in het verleden vooral de nadruk lag op kwaliteit van zorg ligt er nu ook nadruk op kwaliteit van leven. Herstel is steeds meer gericht op het leren leven met de beperkingen, zodanig dat iedereen een kwalitatief goed leven kan hebben. Tenslotte geven wij via de ondertitel aan dat wij er niet alleen zijn voor de mensen die de bipolaire stoornis hebben, maar juist ook voor hun naasten.

We zijn er trots op een patiënten- en betrokkenen-vereniging te zijn, en tevens een vereniging vóór en dóór de leden. De vereniging telt slechts één parttime betaalde kracht. Het overige werk wordt door vrijwilligers gedaan.

In de afgelopen jaren is meer bekendheid gegeven aan de bipolaire stoornis en veel mensen maken gebruik van lotgenotencontact. Onder andere via lotgenotengroepen in de regio, onze Landelijke Dagen en contact via onze Lotgenotenlijn. Zeer belangrijk zijn onze vrijwilligers die met verschillende activiteiten mensen voorlichting geven over de ziekte en hoe ermee om te gaan.

We zijn er nog niet. Hoeveel plusminus ook voor patiënten en hun omgeving heeft betekend, we kunnen onszelf nog lang niet opheffen. Bipolariteit is immers nog steeds niet te genezen. Wel kunnen we mensen met een bipolaire stoornis helpen om een zo goed mogelijk leven te leiden. Onze hulp blijft dus noodzakelijk. En daarbij kunnen we iedere vorm van steun gebruiken. Ook uit nalatenschappen van hen die weten hoe belangrijk ons werk voor mensen met een bipolaire stoornis is.

# Een testament in 6 stappen

In de Nederlandse wet is precies bepaald wie uw nalatenschap erft of erven als u daar zelf niets over hebt vastgelegd. Dat zijn in de eerste plaats uw wettige partner en kinderen. Heeft u die niet, dan vallen uw bezittingen automatisch aan uw ouders, broers en zussen toe. Zijn er geen verdere familieleden, dan gaat uw nalatenschap naar de staat. Wilt u wél invloed hebben op de verdeling van uw bezittingen na uw overlijden, dat moet u een testament laten opstellen door de notaris. Stapsgewijs gaat dat zó.

## Stap 1: uw bezit in kaart brengen

Waar bestaan uw bezittingen eigenlijk uit? Heeft u spaarrekeningen of waardepapieren? Kostbare schilderijen, muziekinstrumenten? Een huis? En welke schulden staan daar tegenover (hypotheek, leningen, enzovoorts)? Zet het rustig op een rijtje.

## Stap 2: de begunstiging vaststellen

Wie wilt u laten meedelen in uw nalatenschap? Maak eerst een overzicht van uw dierbaren. U kunt kiezen om iedereen een gelijk deel te geven, of juist een groter of kleiner deel. Misschien zijn er ook mensen die u wilt onterven. Meer informatie hierover is te vinden op: <https://www.erfwijzer.nl/onterven.html>.

Vervolgens zet u de goede doelen en organisaties op een rij die u op dit moment ook steunt. Welke wilt u geen, en welke wél een laatste gift geven? Komt plusminus in deze lijst voor? Wij hopen natuurlijk van wel.

## Stap 3: uw bezittingen verdelen

U kunt mensen en organisaties op twee manieren van u laten erven: via een erfstelling of door ze een legaat na te laten:

### [een erfstelling](#)

Een erfstelling is een percentage van uw nalatenschap. Degenen die u een erfstelling nalaat, worden uw erfgenamen genoemd.

Zij ontvangen hun aandeel ná aftrek van eventuele schulden en de uitkering van legaten.

### [een legaat](#)

Dit is een bepaalde vaste som geld of een bepaald goed (een antieke klok, een woning, alles kan).

Misschien goed om te weten: u kunt een organisatie als plusminus zowel (mede-)erfgenaam maken als legataris.

## Stap 4: een executeur benoemen

Een executeur is degene die uw nalatenschap afwikkelt, het contact met de notaris onderhoudt en mogelijk zelfs de uitvaart regelt. Dat kan een familielid zijn, of een vertrouweling. Wilt u liever geen bekende met deze verantwoordelijke taak belasten?

Notarissen treden ook vaak als executeur op. Daar zijn wel kosten aan verbonden. Stel in elk geval de persoon die u op het oog hebt van uw voornemen op de hoogte.

## Stap 5: met de notaris afspreken

Een testament is alleen officieel als het door een notaris is opgesteld. Hebt u al een notaris of kent u er een? Vraag anders eens rond in uw kennissenkring. Voor iets belangrijks als een testament moet u natuurlijk wel in zee gaan met een notaris die u volledig vertrouwt. Een eerste afspraak met een notaris is (vaak) gratis. Hij of zij kan u een overzicht geven van de kosten voor het opmaken van een testament. De notaris adviseert u over de gevolgen van uw wensen, vertaalt deze vervolgens in juridische bepalingen, en stuurt u een concept van het testament toe.

## Stap 6: uw testament ondertekenen

Bent u het met alle bepalingen in het concepttestament eens? Dan kan, vaak al bij de tweede afspraak, 'de akte passeren'. Oftewel: u ondertekent het document waarmee het een officieel testament is geworden. U krijgt een kopie van het testament mee naar huis. Uw notaris bewaart het origineel in een kluis en schrijft uw testament in het Centraal Testamentenregister in. U kunt een eenmaal opgesteld testament overigens te allen tijde wijzigen.

### Vrijgesteld van erfbelasting

Omdat plusminus is erkend als een algemeen nut beogende instelling (ANBI), hoeven wij geen erfbelasting af te dragen over de erfenis die u ons eventueel nalaat. Het volledige bedrag komt dus ten goede aan mensen met een bipolaire stoornis. Meer informatie is te vinden op <https://www.plusminus.nl/anbi/>.

## Waarom anderen plusminus in hun testament hebben opgenomen

### ‘Omdat ik iets terug wil doen’

“Ik heb zelf pas op 45-jarige leeftijd de diagnose bipolaire stoornis gekregen, nadat een hoop stress leidde tot een manische en daarna psychotische toestand, met als eindresultaat een gedwongen opname. Vervolgens heb ik de vereniging ‘ontdekt’ doordat ik een boek las waarin de naam genoemd werd. Inmiddels heb ik de ervaring dat de vereniging een hoop goeds doet voor mensen met de bipolaire stoornis en hun naasten en is het voor mij van belang dat zij meer financiële ruimte krijgen, zodat zij zich (nog) beter op de kaart kunnen zetten en hun naamsbekendheid kunnen vergroten. Hierdoor zullen meer mensen plusminus kunnen ‘vinden’ en zo eerder een luisterend oor en ondersteuning krijgen. “



Mijn zoon had al een tijdje last van stemmingswisselingen en gedroeg zich anders. Tijdens zijn puberleeftijd dachten wij niet aan een ziekte. Dat werd pas duidelijk toen bij hem op 20 jarige leeftijd de diagnose bipolaire stoornis werd gesteld.

Wat weet je dan weinig! Althans, wij wisten nauwelijks waar we aan toe waren. Via Google kwamen we op de website van de VMDB, nu plusminus. De informatie die we op de website vonden was zo belangrijk voor ons. Wilden we meer weten, dan konden we altijd bellen naar de lotgenotenlijn. Contact met mensen die hetzelfde is overkomen, is niet helemaal ons ding maar de voorlichtingsfunctie van plusminus heeft ons echt door die begintijd geloodst.

Nog steeds lees ik alles wat over de bipolaire stoornis wordt geschreven. Het helpt mijn kind en ons de stoornis te accepteren. Ik gun andere patiënten en hun naasten hetzelfde. Ik steun plusminus daarom waar en hoe ik maar kan. Sinds kort overweeg ik dat ook om dat via mijn testament te doen. Dat vind ik een mooie gedachte.”

### ‘Ze hebben ons er echt doorheen gesleept’

# In gesprek met de notaris

**We spreken notaris Karen Anne Hüpler (KAeP NOTARIS) over nalaten aan goede doelen en dan specifiek aan patiëntenverenigingen. Komt dat vaak voor? Waarom doen mensen het? En is het ingewikkeld om het te regelen?**

Notaris “Om maar meteen op die laatste vraag antwoord te geven: nee, het is niet ingewikkeld. Als je iets wilt nalaten aan een goed doel moet je dat vastleggen in een testament. Dat is niet anders dan dat je iets wilt nalaten aan een persoon. Het opstellen van een testament is voor notarissen dagelijks werk.”

En gebeurt het vaak? “Ja, ik zie steeds vaker dat mensen iets willen nalaten aan een patiëntenvereniging”, stelt de notaris. “Ik snap dat ook. Een patiëntenvereniging betekent heel veel voor patiënten en vaak ook voor hun familie. Ze vinden daar vaak de steun die ze ergens anders niet kunnen vinden. Van andere patiënten maar ook van medewerkers. Die begrijpen hen.”

Zij vervolgt: “Mensen realiseren zich ook heel goed dat het werk van deze organisaties geld kost. Ze vinden het dan een prettig idee dat ze iets terug kunnen doen. Dat geldt zowel voor de patiënt als voor hun familieleden. Ze vinden het belangrijk dat de activiteiten van de patiëntenvereniging en de belangenbehartiging van de leden ook in de toekomst kunnen worden voortgezet.”

Om wat voor bedragen gaat het? Notaris: “Dat verschilt heel erg. Het hangt af van de persoonlijke situatie. Mensen met kinderen laten over het algemeen niet al hun vermogen na aan een goed doel. Mensen zonder kinderen steeds meer. Zij realiseren zich dat het nalaten aan een neef of nicht betekent dat er vaak tot 40% van de waarde van de nalatenschap aan erfbelasting moet worden afgedragen aan de Belastingdienst. Nalaten aan een goed doel is vrijgesteld van erfbelasting. Sommige mensen kiezen voor één goed doel. Anderen verdelen hun vermogen over meerdere doelen.”

“Het is wel van belang dat je je hierover goed laat adviseren. Het opnemen van een vast bedrag kan in de praktijk tot problemen leiden in het geval dat de omvang van de nalatenschap bij overlijden veel lager is dan op het moment van het maken van een testament. Het opnemen van een percentage van de nalatenschap lost dit probleem op.”

Dus, doen? De notaris lacht: “Dat moet iedereen natuurlijk zelf beslissen!”

Karen Anne Hüpler  
Notaris te Utrecht



# Begrippen rond het onderwerp nalaten

## ANBI

Algemeen Nut Beogende Instelling. Wordt vastgesteld door de Belastingdienst. Giften aan een ANBI erkende instelling vallen onder een belastingvriendelijke regeling. Nalatenschappen aan een ANBI erkende instelling zijn vrijgesteld van erfbelasting. Ook plusminus heeft de ANBI-status. Zie verder

[www.belastingdienst.nl/rekenhulpen/anbi\\_zoeken/](http://www.belastingdienst.nl/rekenhulpen/anbi_zoeken/)

## Beneficiair aanvaarden

Speciale manier van aanvaarden waardoor de erfgenaam niet verantwoordelijk wordt voor eventuele schulden. Goede doelen aanvaarden altijd op deze manier.

## Bijzondere bepalingen

In een testament kunt u voorwaarden stellen. Bijvoorbeeld hoe de begunstiging besteed dient te worden.

## Executeur

Uitvoerder van de nalatenschap. Betaalt nog openstaande rekeningen, verdeelt de nalatenschap volgens het testament, en verzorgt de aangifte van eventueel verschuldigde erfbelasting. Is vaak een van de erfgenamen, een familielid of vertrouweling, of de notaris.

## Erfbelasting

Belasting over de nalatenschap die erfgenamen moeten voldoen. Goede doelen met ANBI-rangschikking betalen tegenwoordig geen erfbelasting.

## Testament

Document waarin men de laatste wilsbeschikking vast kan leggen. In het testament kan een gift worden opgenomen in de vorm van een legaat of in de vorm van een erfstelling. Wordt door de notaris opgemaakt en vastgelegd.

## Legaat

Dit is een bepaalde vaste som geld of een bepaald goed (een antieke klok, een woning, alles kan). Misschien goed om te weten: u kunt een organisatie als plusminus zowel (mede-)erfgenaam maken als legataris.

## Erfstelling

Een erfstelling is een percentage van uw nalatenschap. Degenen die u een erfstelling nalaat, worden uw erfgenamen genoemd. Zij ontvangen hun aandeel ná aftrek van eventuele schulden en de uitkering van legaten.

## Meer informatie?

Wilt u meer informatie over het onderwerp nalaten?

Belt u ons dan op werkdagen tussen  
09.00 uur en 17.00 uur op

**033-3032350**

U kunt ook een e-mail sturen naar  
**fondsenwerving@plusminus.nl**

Wij nemen dan zo snel mogelijk contact met u op.

Heeft u al besloten plusminus in uw testament op te nemen?

Laat ons dat dan alstublieft weten:  
we willen u er graag voor bedanken!

### Bezoek- en postadres

Plusminus bevindt zich in het Huis voor de Gezondheid en is gevestigd in het  
gebouw 'de Argonaut' in Amersfoort. Ons bezoekadres is:

Stationsplein 125, 3818 LE Amersfoort.

Ons postadres is: Postbus 3071, 1801 GB Alkmaar

