

# BELEIDSPLAN 2022-2023



**Stichting Student en Leefstijl**

Adres: Europa 1, 2672 ZX Naaldwijk

E-mail: [nederland@studentenleefstijl.nl](mailto:nederland@studentenleefstijl.nl)

Tel: +31 (0) 634986327

KvKnr. 69697426 | Rekeningnr. NL40RABO0323947131 | Website [www.studentenleefstijl.nl](http://www.studentenleefstijl.nl)

*De informatie van dit document is onder voorbehoud van wijzigingen*

## Inhoud

## 1. Stichting Student en Leefstijl

Stichting Student en Leefstijl (voorheen Stichting Student en Voeding) is in 2017 opgericht om kennis en vaardigheden aangaande voeding en leefstijl onder geneeskundestudenten te vergroten met als belangrijkste doel implementatie van onderwijs over voeding en leefstijl in de artsenopleiding ([Van Dam-Nolen, 2017](#), [Coppoolse HL, Seidell JC, Dijkstra SC](#)). Zij doet dit door een platform te bieden aan de lokale besturen die op hun eigen geneeskundefaculteit actief zijn om het tij te keren. Leefstijl als preventieve maatregel dan wel medicijn moet weer prioriteit worden van artsen, patiënten, burgers, bedrijfsleiders en overheidslieden ([ZonMW, 2017](#)).

### 1.1 Wat en waarom

#### WHAT

Kennis, vaardigheden en bewustzijn aangaande voeding en leefstijl onder geneeskundestudenten vergroten met als belangrijkste doel implementatie van onderwijs over voeding en leefstijl in de artsenopleiding.

Toekomstig artsen uitdagen om zowel preventieve als curatieve voeding- en leefstijlinterventies terug in de spreekkamer te brengen.

#### WHY

De maatschappij schreeuwt: wie biedt er duidelijkheid omtrent voeding en leefstijl? Hoe draag ik verantwoording voor mijn eigen lichaam? Is er een alternatief voor de pillen die in grote getalen over de toonbank rollen? Zijn er mogelijkheden om medicatie af te bouwen? Kan ik vrij worden van ziekte? Waar vind ik artsen die mij van actueel advies kunnen voorzien? Wie biedt mij houvast in de wildernis, genaamd 'social media'? Lifestyle coaches, foodbloggers en personal trainers hebben gezien dat het geld in de vrije markt voor het oprapen ligt nu de medische wetenschap de antwoorden niet meer lijkt te hebben, de zorgsector niet is ingericht op gezondheid als verdienmodel en (para)medici onderling aan het uitvechten zijn wie met de scepter mag zwaaien. De alternatieven zijn populairder dan ooit. Het kost ook wat, maar dat vervaagt in het motto dat gezondheid je toch het meest waard zou moeten zijn. Wat is de prijs die de gezondheidszorg voor deze zoekende mensen betaald?

- In 2018 had 50,2% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder overgewicht (BMI >25) waarvan 15,0% obesitas (BMI >30)
- 5% van de Nederlanders zou op basis hun BMI in aanmerking komen voor bariatrische chirurgie
- Ruim 1 miljoen Nederlanders hebben diabetes type II, elk jaar komen er 50.000-65.000 bij
- TNO liet zien dat een besparing aan medische kosten van 2.7 miljard euro in 5 jaar mogelijk is, als 40% van de mensen met diabetes mellitus type 2 in remissie komt.

- Circa 7,5 miljoen Nederlanders hebben 1 of meer chronische aandoeningen
- 50 % van de volwassenen lijdt aan een chronische aandoening die primair of mede het gevolg is van bewegingsarmoede, chronisch overgewicht, slechte voeding, drank/drugs, slaapgebrek of chronische stress
- Ruim 1 miljoen Nederlanders slikken antidepressiva
- 80% van de coassistenten en huisartsen geeft aan meer behoefte te hebben aan onderwijs over voeding.

## 1.2 Kernwaarden

### #Students

De Stichting biedt een platform aan geïnteresseerde **jonge artsen** om te kunnen investeren in hun eigen gezondheid en die van hun toekomstige patiënten. Tevens brengt zij studenten, artsen en wetenschappers binnen en buiten Nederland samen, zodat zij zich **gezamenlijk** met paramedici over de grote voedingsvraagstukken in de zorg kunnen buigen. Eigen initiatieven en ideeën worden toegejuicht en er wordt meegewerkt om deze ook te realiseren.

### #Experienced

De Stichting vindt het belangrijk dat de nieuwe generatie artsen wordt toegerust met de juiste **kennis** om onderzoek naar voeding- en leefstijlinterventies op waarde te kunnen schatten en relevante uitkomsten op een heldere manier naar de praktijk te vertalen en **met de patiënt te bespreken**. Tevens wordt gefocust op het belang van multidisciplinair werken en tijdig doorverwijzen naar andere zorgprofessionals.

### #Lifestyle

De Stichting vraagt aandacht voor het belang van voeding- en leefstijlinterventies ter verbetering van de **kwaliteit van leven**, hetzij curatief dan wel preventief. Ook vraagt zij aandacht voor **stressreductie** onder toekomstig artsen en werkt zij samen met bedrijven die effectieve tools ontwikkelen om de zorg productiever te maken.

### #Food

Wij geloven in '**voeding op recept**' en brengen daarom de voedingstuinbouw en de medische wereld nader tot elkaar. Een eerste stap tot verbinding is gezet door de Stichting in juni 2018 officieel te vestigen in het World Horti Center (WHC) te Naaldwijk.

## 1.3 Doelstelling

De Stichting heeft ten doel: het bevorderen van welzijn en welbevinden van mensen, in het kader van het vorenstaande:

- Bevorderen van initiatieven en organiseren van activiteiten op gebied van voedings- en leefstijl-interventies ten aanzien van medisch studenten;
- Als platform ter verspreiding onder toekomstige artsen van kennis over voeding, leefstijl en productiviteitsmanagement;

- Stimuleren van wetenschappelijk onderzoek op dit gebied door het verbinden van studenten, artsen en wetenschappers.

## 2. Huidige situatie

'Stichting Student en Leefstijl' is in 2016 geïnitieerd door drie geneeskundestudenten, te weten Wilma Oosthoek, Karel Sleurink en Jochem Bosch, en is officieel opgericht als 'Stichting Student en Voeding' op 21 september 2017. Onze missie resulteerde in de ontwikkeling van de *Students Experienced in Lifestyle and Food (SELF)* cursus, die op alle geneeskundefaculteiten wordt georganiseerd. De oprichters van Student en Leefstijl hebben om dit te faciliteren op elke faculteit een apart bestuur aangewezen om de cursussen te organiseren. Daarnaast houdt ieder lokaal bestuur zich bezig met implementatie van leefstijlgeneeskunde in het basiscurriculum op de eigen faculteit. Het landelijke bestuur zorgt ervoor dat de activiteiten goed verlopen, en werkt aan de verdere groei van de Stichting op nationaal niveau, door samenwerkingscontracten aan te gaan en deel te nemen aan vergaderingen waar gesproken wordt over veranderingen in de zorg als het aankomt op de rol van preventieve dan wel curatieve leefstijlinterventies.

In het seizoen 2020-2021 zal de Stichting zich focussen op de volgende activiteiten:

- Jaarlijks terugkerende extra-curriculaire cursus *Students Experienced in Lifestyle and Food (SELF)* op alle Geneeskunde-faculteiten in Nederland.
- Op iedere faculteit een werkgroep bestaande uit verscheidene professionals (o.a. artsen, wetenschappers, bewegingsexpert, paramedici, geneeskundestudenten, onderwijskundigen), die zich bezighoudt met implementatie in de artsenopleiding.
- Ondersteunen van opleidingsdirecteuren en -coördinatoren bij de implementatie van Leefstijlgeneeskunde en Positieve Gezondheid door middel van samenwerking tussen Student & Leefstijl, Arts & Leefstijl en het instituut voor Positieve Gezondheid.
- Organiseren van een jaarlijks congres aangaande voeding- en leefstijl binnen de gezondheidszorg.
- Community platform voor SELF-alumni, oud-bestuursleden en studenten en jonge dokters met interesse in Leefstijlgeneeskunde. Zij worden hier met elkaar verbonden en geïnformeerd over bijvoorbeeld stages en wetenschappelijke literatuur.
- Meedenken en meeschrijven bij het leerboek Voeding van Maarten Soeters in samenwerking met Bohn Stafleu van Loghum.
- Ontwikkelen van een E-learning over Leefstijlgeneeskunde in samenwerking met verscheidene partijen.

Overige/maatschappelijke projecten:

- Het beschikbaar stellen van de *Students Experienced in Lifestyle and Food (SELF)* cursus aan HAIO's en arts-assistenten, i.s.m. Vereniging Arts en Leefstijl.

- Positief bijdragen aan het maatschappelijke debat over leefstijlgeneeskunde door contact met partnerorganisaties, wat bijvoorbeeld heeft geleid tot een gezamenlijke voedingsvisie. En via media en de politiek, zowel nationaal als internationaal.

### 3. Activiteiten van de organisatie

In lijn met de missie en visie van de Stichting worden drie hoofdactiviteiten ondernomen, te weten:

- De **SELF cursus**
- Bijdragen aan **implementatie** van voeding en leefstijl in het geneeskundecurriculum door onder andere oprichting van dan wel deelname aan werkgroepen
- Betrokkenheid bij, dan wel organisatie van, **maatschappelijke projecten** in samenwerking met lokale partners

Voor meer informatie [www.studentenleefstijl.nl](http://www.studentenleefstijl.nl)

#### 3.1 Students Experienced in Lifestyle and Food (SELF)

*Students Experienced in Lifestyle and Food (SELF)* is een extra-curriculair onderwijsprogramma dat in het seizoen 2016/2017 is ontwikkeld in het Erasmus MC te Rotterdam en is uitgerold op alle geneeskundefaculteiten in Nederland. Middels deze activiteit bieden wij enthousiaste medisch studenten de kans om vertrouwd te raken met de basisprincipes van voeding en leefstijl. Er worden masterclasses gegeven door de beste vakspecialisten van Nederland, evenals workshops en excursies naar bedrijven die onze visie uitdragen. De studenten worden uitgedaagd om interactief mee te doen met de lezingen, zodat de opgedane kennis in de praktijk kan worden toegepast.

##### 3.1.1 Leerdoelen

- De student kan de basisbeginselen van de voedingsleer beschrijven dan wel toepassen
- De student is in staat om wetenschappelijk onderzoek, en de hieruit voortkomende richtlijnen, over voeding en leefstijl te beoordelen en te vertalen naar de praktijk
- De student kan de waarde van leefstijlinterventies beschrijven en de huidige stand van zaken omtrent preventieve dan wel curatieve leefstijlinterventies bij fysieke dan wel mentale aandoeningen benoemen
- De student heeft inzicht in het eigen kunnen en leert om bij gebrek aan kennis tijdig door te verwijzen naar betrokken paramedici
- De student neemt kennis van de te beïnvloeden determinanten bij obesitas en het belang van een langdurige follow-up bij patiënten die bariatrische chirurgie hebben ondergaan
- De student neemt kennis van voeding- en leefstijlfactoren die de ontwikkeling van het kind in de periconceptionele fase kunnen beïnvloeden en is vervolgens in staat om (toekomstige) ouders van advies te voorzien

- De student is op de hoogte van de totaalaanpak die nodig is om alle kinderen gezonder te laten eten en leven
- De student neemt kennis van het belang van stressreductie, slaap en productiviteitsmanagement en de toepassing hiervan binnen het eigen functioneren en het herstelproces van patiënten
- De student ervaart wat leefstijlinterventies met een lichaam doen en is in staat om de opgedane kennis te vertalen naar de praktijk
- De student kan met behulp van kennis over gespreksvoering en de psychologie van gedragsverandering enkele leefstijlinterventies implementeren
- De student neemt kennis van de invloed van de voedingsmiddelenindustrie op de keuzevrijheid van de consument/patiënt
- De student neemt kennis van de technologische ontwikkelingen op het gebied van voeding, leefstijl en productiviteitsmanagement en de grootste uitdagingen die de maatschappij in de toekomst te wachten staan

*Sociale determinanten zijn niet meegenomen in de leerdoelen, omdat wij van mening zijn dat dit momenteel voldoende wordt gedoceerd in de geneeskundeopleidingen (valt enigszins onder leerdoel 'totaalaanpak die nodig is om alle kinderen...').*

## 3.2 Implementatie

Stichting Student en Leefstijl voelt zich geroepen om als faciliterend orgaan te dienen in het verwezenlijken dat voeding en leefstijl als rode draad in de geneeskundecurricula komt. Dit doet zij middels het oprichten van werkgroepen, genaamd 'Voeding & Leefstijl in Gezondheid en Ziekte'. Tevens sluiten bestuursleden aan bij al bestaande werkgroepen op de verschillende geneeskundefaculteiten. In 2020 komt er een nieuw Raamplan Geneeskunde waar wij onze bijdrage aan leveren. Voor de huidige activiteiten kan de website geraadpleegd worden onder het tabblad 'Implementatie'.

### 3.2.1 Kennissynthese

De kennissynthese 'Voeding en leefstijl in het geneeskundecurriculum' brengt in kaart hoe het exact gesteld is met het aantal uren voeding- en leefstijlonderwijs op de verschillende geneeskundefaculteiten in Nederland. Iedere faculteit analyseert zijn eigen curriculum met behulp van geneeskundestudenten, die ca. 10 uur meehelpen voor een vrijwilligersvergoeding van 100 euro. Wij hopen na de afronding meer aanknopingspunten te hebben om voeding en leefstijl op een doelgerichte wijze terug te brengen op plaatsen in het curriculum waar het nu nog ontbreekt: een handreiking voor de werkgroepen/onderwijsontwikkelaars dus. De resultaten zullen met zoveel mogelijk betrokkenen rondom de totstandkoming van het nieuwe Raamplan worden gedeeld. In het najaar van 2019 zal de Kennissynthese worden gepubliceerd.

### 3.3 Maatschappelijke betrokkenheid

Naast de reguliere bezigheden is voor ieder lokaal bestuur een rol weggelegd in het ondersteunen dan wel organiseren van maatschappelijke projecten met als doel gezondheidsbevordering van de lokale bevolking. Deze betrokkenheid is geen verplichting, maar een optionele toevoeging aan het takenpakket van het lokale bestuur en draagt bij aan het uiteindelijke doel de patiënt de gezondheid in eigen hand terug te geven. Een voorbeeld van dergelijke lokale initiatieven is het 'Gezond010' project waarmee Student en Leefstijl Rotterdam een nauwe samenwerking kent.

### 3.4 S&L Congres

Jaarlijks zal er vanuit het landelijke bestuur een congres georganiseerd worden in samenwerking met de partners van de Stichting om (ex-)SELF'ers en overige geïnteresseerde (geneeskunde)studenten samen te brengen. Wat staat centraal?

- Overdracht van nieuwe kennis
- Ontmoeten van studenten van andere faculteiten om zo elkaar tot inspiratie te zijn en praktijkervaringen uit te wisselen
- Verbinden van studenten met kennisprofessionals en bedrijven om zo gezamenlijk grote veranderingen in de zorg te kunnen realiseren op het gebied van voeding en leefstijl.

## 4. Toekomst

### 4.1 Ontwikkelen 'best practices' ten behoeve van implementatie

Om onze visie na te streven ligt de focus momenteel op het oprichten van werkgroepen, die implementatie van onderwijs over voeding en leefstijl in de bachelor- dan wel mastercurriculum gaan realiseren. Op iedere faculteit willen wij professionals (artsen, wetenschappers, diëtisten, onderwijscoördinatoren, et cetera) bij elkaar brengen om gezamenlijk onderwijsconcepten te ontwikkelen en plannen in te dienen en om themacoördinatoren op onderwijs over voeding en leefstijl aan te stellen.

### 4.2 Uitbreiden activiteiten naar (para)medische opleidingen

In samenwerking met Vereniging Arts & Leefstijl zullen de SELF-cursussen in cursusjaar 2019-2020 tegen betaling ook beschikbaar worden gesteld aan arts-assistenten en huisartsen in opleiding (HAIO's). Arts-assistenten en HAIO's die lid zijn bij Arts & Leefstijl (A&L) kunnen de SELF-cursus tegen gereduceerd tarief volgen. De gehele cursus kost 125 euro voor niet-leden van A&L en 100 euro voor leden van A&L. Het bijwonen van slechts één cursusavond kost 25 euro voor niet-leden van A&L en 20 euro voor leden van A&L.



## 5. Financiën

### 5.1 Beschikking vermogen

Stichting Student en Leefstijl is als ANBI verplicht (financiële) administratie openbaar te publiceren. Uit deze administratie moet blijken welke bedragen zijn ontvangen en uitgegeven. Volledig (financieel) inzicht behoort tot de belangrijkste informatiebronnen van een ANBI. Jaarlijks wordt een verslag opgesteld van de verrichte activiteiten en hieruit voortvloeiende financiële consequenties. Hierbij wordt benadrukt dat de Stichting Student en Leefstijl geen winstoogmerk heeft. Bestuurders van de Stichting Student en Leefstijl zetten zich vrijwillig in. Wel zijn bestuursleden gerechtigd voorgeschoten uitgaven en/of reiskosten te declareren bij de penningmeester.

Geen bestuurder mag over het vermogen van de Stichting beschikken alsof het diens eigen vermogen betreft. Het vermogen van de Stichting zal hierbij risicomijdend worden beheerd.

Indien sprake is van het behalen van de doelstellingen van de Stichting Student en Leefstijl, kan de Stichting worden opgeheven. Volgens de statuten geeft de Stichting vervolgens aan naar welke ANBI het batig saldo wordt gedoneerd. Dit doel zal in overleg met het bestuur worden bepaald.

### 5.2 Werving van gelden

Het is geen doelstelling van de Stichting om actief vermogen te verwerven of subsidies en bijdragen te verkrijgen. Werving van gelden dient om de onkosten van de te bereiken doelstellingen te dekken. Gelden zullen voornamelijk worden gewonnen door sponsoring, fondsen, donaties, subsidies en bijdrage voor activiteiten. Hier volgt een overzicht van de verschillende bronnen:

- Sponsoring: Tweerichtingsverkeer. Sponsor ondersteunt financieel en/of materieel, waarbij gesponsorde een evenwaardige tegenprestatie biedt.
- Fondsen en donaties: Eenrichtingsverkeer. Financiële of materiële bijdrage zonder tegenprestatie.
- Subsidies: Financiële bijdrage van (overheids)instanties om bepaalde activiteiten te realiseren.
- Bijdrage voor activiteiten: Eigen bijdrage van gasten en/of deelnemers voor activiteiten. De werving van gelden gebeurt op kleinschalige manier via contacten met relaties, privé en zakelijk.

### 5.3 Globaal overzicht kosten Stichting

Het behalen van de doelstellingen van de Stichting gaat gepaard met de nodige kosten. Hieronder een schatting van de kosten over het huidige boekjaar. Hierbij wordt nogmaals benadrukt dat de Stichting geen winstoogmerk heeft.

**Begroting Stichting Student en Leefstijl 2022- 2023**

Boekjaar van 1 september 2022 t/m 31 augustus 2023

Versie 29 augustus

Inkomsten					Uitgaven				
	Begroting incl. BTW	Begroting excl. BTW	Resultaten incl. BTW	Resultaten excl. BTW		Begroting incl. BTW	Begroting excl. BTW	Resultaten incl. BTW	Resultaten excl. BTW
<b>01. Professionalisering</b>					<b>01. Professionalisering</b>				
Menzis		€ 2.500,00			Reiskosten bestuursmeetings	€ 1.000,00			
<b>Subtotaal</b>	€ -	€ 2.500,00	€ -	€ -	Vergaderkosten	€ 750,00			
<b>02. Educatie landelijk</b>					<b>02. Educatie landelijk</b>				
BKV	€ -	€ 100,00			Supervergaderingen	€ 1.500,00			
Inschrijfgeld online SELF	€ -	€ 100,00			Congreskosten	€ 2.000,00			
<b>Subtotaal</b>	€ -	€ 200,00	€ -	€ -	Persoonlijke ontwikkeling	€ 1.500,00			
<b>03. Landelijke fondsen, donaties en subsidies</b>					<b>03. Stimulering Positieve gezondheid</b>				
IPH in liquidatie		€ 25.000,00			Workshop SVG	€ 1.500,00			
Overige donaties					---				
<b>Subtotaal</b>	€ -	€ 25.000,00	€ -	€ -	<b>Subtotaal</b>	€ 1.500,00			
<b>04. Landelijk overig</b>					<b>04. PR &amp; Marketing</b>				
Reservering 21/22		€ 17.014,38			Marketing	€ 1.000,00			
Teruggave belastingdienst					Social media	€ 1.500,00			
<b>Subtotaal</b>	€ -	€ 17.014,38	€ -	€ -	<b>Subtotaal</b>	€ 2.500,00			
<b>Totaal</b>	€ -	€ 44.714,38			<b>05. Community</b>				
					Platform	€ 750,00			
					Opnames	€ 750,00			
					Evenementen	€ 1.000,00			
					<b>Subtotaal</b>	€ 2.500,00		€ -	€ -
					<b>06. Overig</b>				
					Onvoorziene kosten	€ 1.414,38			
					Buffer volgend jaar	€ 4.000,00			
					<b>Subtotaal</b>	€ 5.414,38			
					<b>TOTAAL</b>	€ 44.714,38			

## 6. Organisatie

### Stichting Student en Leefstijl

- KvK nummer: 69697426 (te Rotterdam)
- RSIN nummer: 857972340
- Bankrekeningnummer: NL40 RABO 0323 9471 31 ten name van Stichting Student en Leefstijl
- Adres: Europa 1, 2672 ZX Naaldwijk
- E-mail: nederland@studentenleefstijl.nl
- Telefoon: +31 (0) 634986327
- Website: www.studentenleefstijl.nl

### 6.1 Bestuur

- Voorzitter: mevr. Selena Migdis
- Vicevoorzitter: mevr. Stephanie Zaaijer
- Penningmeester: mevr. Serena van Oosten
- Secretaris: dhr. Lex van den berg
- PR & Marketing: mevr. Claire Bonke
- Acquisitie en externe relaties: mevr. Elise Wessels
- Acquisitie en externe relaties: mevr. Magda Verkleij

### 6.2 Werknemers

Het bestuur van Stichting Student en Leefstijl bestaat ten tijde van schrijven uit bovengenoemde zes personen. Naast het bestuur, dat als landelijk coördinerend orgaan functioneert, zijn er op elke medische faculteit lokale 'bestuurders' (commissies) die zich vrijwillig inzetten voor de organisatie van activiteiten op de desbetreffende faculteit.

#### 6.2.1 Verantwoordelijkheden landelijk bestuur

- Beleidsvoering omtrent visie, missie, korte- en lange termijndoelen
- Faciliteren lokale besturen
- Organisatie Supervergaderingen
- Organisatie jaarlijks terugkerend Student en Leefstijl congres
- Lobbyen bij ziekenhuizen, dan wel overheidslieden, zorgverzekeraars, banken en overige partijen/stakeholders om voeding en leefstijl in het geneeskundecurriculum te krijgen
- Verzorgen van presentaties en lezingen om de visie en missie van de Stichting uit te dragen
- Fondsen- en sponsorwerving om Stichting financieel gezond te houden
- Contactlegging met potentiële samenwerkingspartners
- Beheer social media
- Onderhouden en updaten website

### 6.2.2 Verantwoordelijkheden lokale 'bestuurders' (commissies)

*Aan onderstaande verantwoordelijkheden kan indien van toepassing invulling worden gegeven door de lokale commissies.*

- Organisatie SELF
- Deelname aan bestaande werkgroepen dan wel het oprichten van een werkgroep, genaamd 'Voeding & leefstijl in gezondheid en ziekte' om implementatie een stap dichterbij te brengen.
- Verzorgen van presentaties en lezingen met betrekking tot promotieactiviteiten dan wel om de visie en missie van de Stichting uit te dragen
- Beheer eigen Facebookpagina, onderhouden contact *SELF*'ers gedurende cursus, uitvoeren projectvoorstellen studenten
- Aanleveren updates voor de website
- Werving lokale sponsors, onderhouden contact sponsors en samenwerkingspartners
- In samenwerking met lokale initiatieven projecten opstarten en/of activiteiten organiseren, indien passend binnen de visie en missie van Stichting Student en Leefstijl

### 6.2.3. Verantwoordelijkheden adviesraad

*Functie die bekleed kan worden door ex-bestuursleden voor maximaal één jaar.*

- Benaderbaar voor advies en supervisie indien hier door het huidige bestuur om wordt gevraagd
- Geven van lezingen en presentaties voor de huidige bestuursleden om kennis en kunde te delen
- Beschikbaar voor lezingen en presentaties indien hiertoe een verzoek wordt gedaan vanuit externe partijen