

Voorstel Jongerenraad

Datum	April 2023	Aanspreekpunt jongerenraad	Jurjen Haverdil en Joep Bolderman
Portefeuillehouder	Marco Bennink		
Onderwerp	Mentale gezondheid		
Adviezen			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Aandacht op school zorg voor een laagdrempelige open deur. School heeft een belangrijke rol bij de eerste signalering. 2. Maak het bespreekbaar, maak het normaal. 3. OIJ-jong-App voor jongeren kan oplossing bieden voor: <ul style="list-style-type: none"> • In beeld brengen van activiteiten. • Verbinding zoeken met andere jongeren (die zelfde vragen en problemen hebben). • Hulp bij studiekeuzes (Zie ook het eerdere advies Onderwijs. Mentoren kunnen hier misschien ook een bijdrage aan leveren). • Noodknop als het echt slecht met je gaat. 4. Aanbod activiteiten en zorgmogelijkheden meer zichtbaar maken en makkelijker vindbaar. 5. Advies voor Buurtzorg Jong: denk ook aan de leeftijd 18 plus die lastig uit de Corona komt. 			
Samenvatting van de adviezen			
<p>Veel jongeren worstelen met mentale gezondheid door verschillende redenen. Daarbij is de stap naar professionele hulp soms moeilijk en ze schamen zich hiervoor. Scholen (middelbare school of MBO) zouden het onderwerp bespreekbaar kunnen maken. De jongeren denken dat school een belangrijke rol kan spelen bij de eerste signalering en opvang van de jongeren. Een luisterend oor is soms genoeg. Daarnaast kunnen jongeren elkaar helpen door verhalen te delen en door lotgenoten te vinden. Buurtzorg Jong maakt hierin mooie stappen, maar de jongerenraad zou hiernaast ook graag een digitale app bieden, die nog laagdrempeliger is. Deze app kan ervoor zorgen dat jongeren die echt in de problemen zitten of zelfs suïcidale gedachten hebben, snel een eerste noodlijn kunnen vinden bij andere jongeren. In die app kunnen we ook bekendheid geven aan (preventieve) activiteiten die er zijn. De jongeren hebben veel gesproken over jongeren in de middelbare school leeftijd, maar beseffen dat er ook een grote groep is, die iets ouder is die nog veel last heeft van de Corona. Zij zouden hulp moeten krijgen in het leggen van contacten. Laagdrempelige activiteiten voor hen zijn bijvoorbeeld een Car-meet.</p>			

Advies Activiteiten en ontmoeten

Adviezen

1. Aandacht op school: waar kun je binnenlopen? Belangrijk dat jongerenwerk aanwezig is. Maar ook laagdrempelig een open deur bieden. School heeft een belangrijke rol bij de eerste signalering. Lesmateriaal voor leraren, leer herkennen wat abnormaal gedrag is. (wordt nu op Almende opgepakt).
2. Maak het bespreekbaar, maak het normaal.
3. OIJ-jong-App voor jongeren kan oplossing bieden voor veel:
 - In beeld brengen van activiteiten.
 - Verbinding zoeken met andere jongeren (die zelfde vragen en problemen hebben).
 - Hulp bij studiekeuzes (Zie ook het eerdere advies Onderwijs. Mentoren kunnen hier misschien ook een bijdrage aan leveren).
 - Noodknop als het echt slecht met je gaat.
4. Buurtzorg Jong heeft al mooi aanbod, maar we moeten het meer zichtbaar maken. Dit zelfde geldt voor groepen van GGNet en ander aanbod.
5. Advies voor Buurtzorg Jong: denk ook aan de leeftijd 18 plus die lastig uit de Corona komt.

Aanleiding

De jongeren signaleren dat er veel mentale problemen zijn bij jongeren. Bijna iedereen in de jongerenraad kent wel een jongere in zijn of haar directe omgeving die hier mee worstelt. Ook binnen de jongerenraad zijn er ervaringen. Constaties zijn onder andere:

- "Als ik naar een psycholoog ga, denken mensen dat ik gek ben. Ik doe dat liever niet."
- "De toegang moet laagdrempelig zijn, anders komen jongeren niet."
- "Op school zien we de eerste signalen dat het niet goed gaat met een jongere. Zou mooi zijn als het daar gelijk wordt opgevangen."
- "Op sommige scholen wordt hier veel aandacht aan besteed, bij andere scholen niet en voelt de klas ook niet veilig genoeg om dit te bespreken."
- "Jongeren slapen weinig, omdat er veel van ze wordt gevraagd (school, baantje, socials)."
- "Veel jongeren zijn ook moeilijk uit de Corona tijd gekomen en daar is niets aan gedaan. Hele dagen alleen binnen zitten in een donkere kamer zitten gamen, dat heeft jongeren beschadigd."
- "Als het niet goed gaat met iemand in mijn omgeving weet ik niet waar ik dit kan melden."
- "Er zijn wel activiteiten om mentale problemen te voorkomen, maar ik zou niet weten waar ik ze moet vinden."

Wat wordt met het advies bereikt

- Jongeren weten de bestaande hulp en elkaar beter te vinden.

Uitvoering

Wat kunnen wij als jongerenraad

Advies 1: Samen met Buurtzorg Jong in gesprek met het Almende College. Vanuit het Graafschap College is al het aanbod gekomen om te komen kijken wat zij doen aan preventie en opvang.

Advies 3: Samen met Buurtzorg Jong en een docent op het Graafschap College is begonnen aan het opzetten van de app.

Wat is laaghangend fruit (makkelijk te realiseren voor de organisatie)

Eventuele ondersteuning bij de app.

Wat zijn grotere adviezen die meer tijd en geld kosten of voor de langere termijn gelden

Het bespreekbaar maken van het onderwerp.