



Hoe gaat het eigenlijk echt met jou?

@ease



[@ease | VU – YouTube](#)



GAAT HET ECHT
WEL  K MET
ONZE JONGEREN?



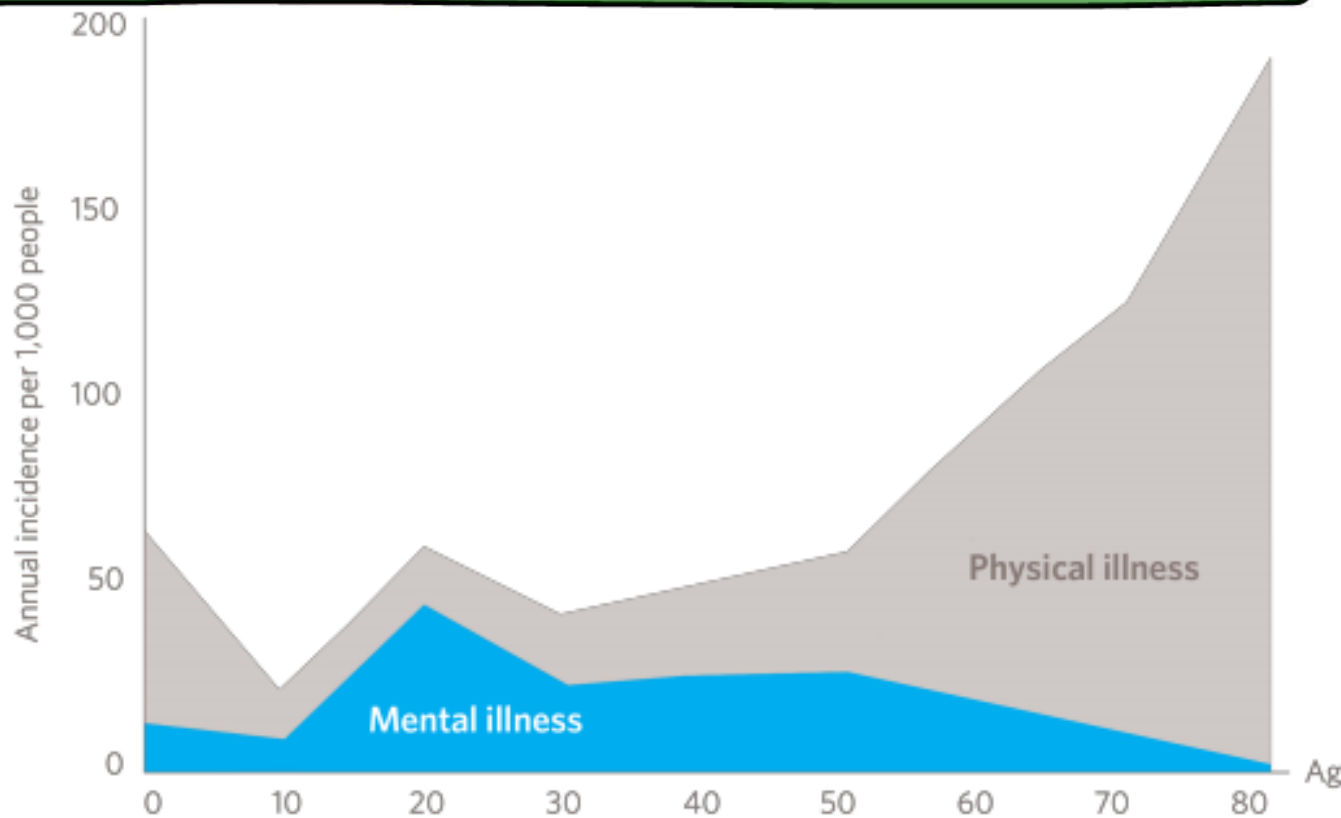
Vraag je wel eens hoe het echt gaat met je (klein) kind, nichtje, buurjongen of jonge medewerker?

Maak je wel eens zorgen over iemand?

Met 1 op de 4 jongeren gaat het niet OK



75% van alle
psychiatrische
stoornissen onstaat
voor 25e jaar
(Kessler et al, 2005)

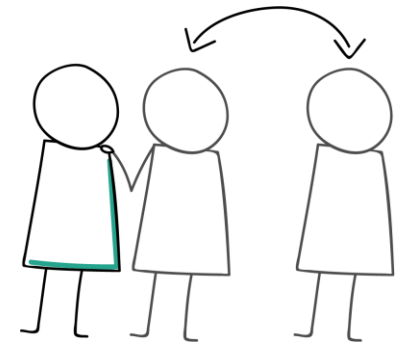


© Stichting @ease

Niet jeugdvriendelijk



- ✓ (H)erkennen
- ✓ Sluit niet aan op vraag van jongeren
- ✓ Moeilijk toegankelijk
- ✓ Wachtlijsten
- ✓ Knip met 18 jaar



- Schaamte
- Onbegrip

Onduidelijkheid

- Wachtlijsten
- Zorgkosten

- Wisselende hulpverleners
- Doorverwijzing



Leijdesdorff et al., 2021

© Stichting @ease

Hoe kan het anders?



*'No decision about me
without me'*

*'Ik ben meer dan
mijn diagnose(s)'*

*'Niemand zou
mogen overlijden
aan suicide'*



Pat McGorry



© Stichting @ease

INTERNATIONAL



YOUTH MENTAL HEALTH REFORM WORLDWIDE

© Stichting @ease

“headspace has revolutionised mental health care for young people and should be the gold standard for youth mental health globally”

PROF. PAT MCGORRY

Doelen

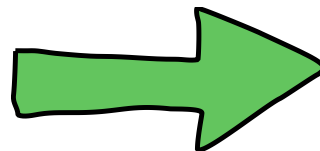


Algemeen

- ✓ Laagdrempelige ondersteuning, anoniem en gratis
- ✓ Aanbod sluit aan op vraag jongeren
- ✓ Normaliseren waar dat kan en interveniëren waar nodig

Onderliggende doelen

- ✓ Versterken van weerbaarheid en positieve gezonde ontwikkeling
- ✓ Preventie van verergeren klachten



@ease nederland

© Stichting @ease



Over @ease...



Praten bij @ease is altijd:
gratis
anoniem
zonder wachtlijst
zonder verplichtingen
gewoon @ease dus!

© Stichting @ease



Over @ease



- ✓ 12-25 jaar
- ✓ Binnenlopen of chatten
- ✓ In de wijk of op school
- ✓ Luisterend oor door leeftijdsgenoten
- ✓ Aansluiten op behoeften
- ✓ Preventie & overbrugging
- ✓ Laagdrempelig
- ✓ Persoonlijk #protocollen
- ✓ Weerbaarheid
- ✓ Wetenschappelijk onderzocht

© Stichting @ease

*Zit je ergens mee?
Praten helpt!*



*Loop gerust bij ons
binnen voor lekkere
thee & een luisterend oor.*



Kracht van jonge vrijwilligers...

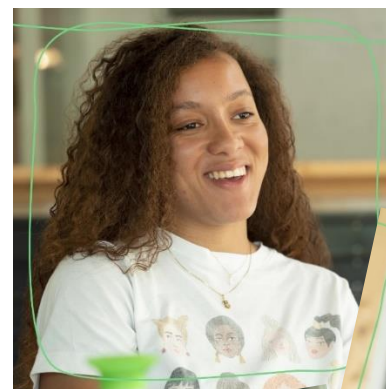


Vrijwilligers /
Leeftijdsgenoten

Professionals in huis

Psychiaters beldienst
Link naar crisisdienst

I love
to listen



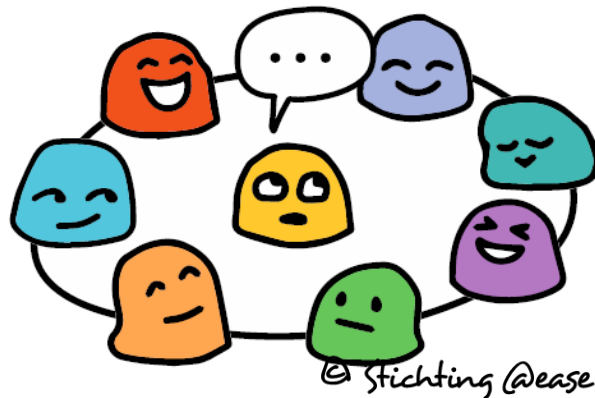
© Stichting @ease

@ease K?

Innovatief in het huidige zorglandschap



- ✓ Jongeren voeren de gesprekken
- ✓ Multidisciplinaire benadering
- ✓ De kracht van Social Media bij het herkennen en erkennen van klachten
- ✓ Wetenschappelijk onderzoek



Snelle ontwikkeling



- ✓ 2017: ontwikkeling model, werkbezoek Headspace DK, AUS, IRL
- ✓ 2017: oprichting landelijke Stichting @ease
- ✓ 2018: eerste vestiging in Maastricht
- ✓ 2018: tweede vestiging in Amsterdam
- ✓ 2019: praktijk evaluatie, professionaliseringsslag (communicatie, model, etc.)
- ✓ 2020: Heerlen & Rotterdam + Chat (signaalfunctie tijdens lockdown)
- ✓ 2021: 1^e proefschrift, 3 artikelen in toonaangevende tijdschriften
- ✓ 2022: Groningen, Leiden, Leeuwarden & extra vestigingen Adam
- ✓ 2022: F/U data @ease (3, 6, 12 maanden)
- ✓ 2022: Impact Social Media, landelijk management
- ✓ 2023: Zwolle, Haarlem, andere locaties

© Stichting @ease



Onze vestigingen

Haarlem

Amsterdam 4x

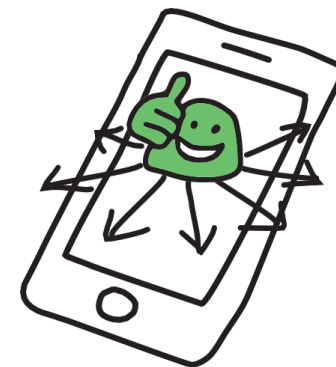
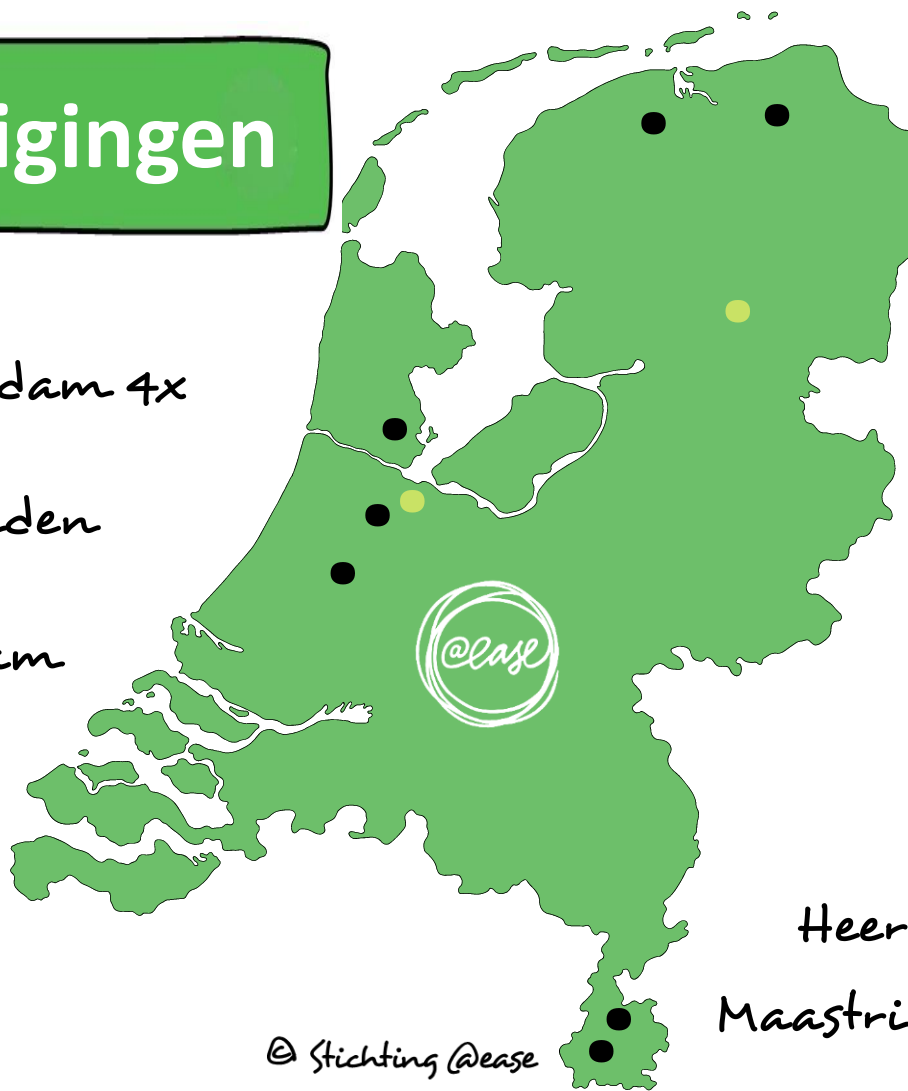
Leiden

Rotterdam

Leeuwarden

Groningen

Zwolle



+ Chat

Heerlen

Maastricht

© Stichting @ease

Onze vestigingen



@ease Rotterdam

Onze openingstijden

Woensdag van 15.30 uur tot 19.30

Afspraak maken is niet nodig

Je mag zonder afspraak bij ons langskomen. Wil je vooraf even iets afstemmen dan mag je dat doen:

via telefoon: 06-13485945

via email

via de chat

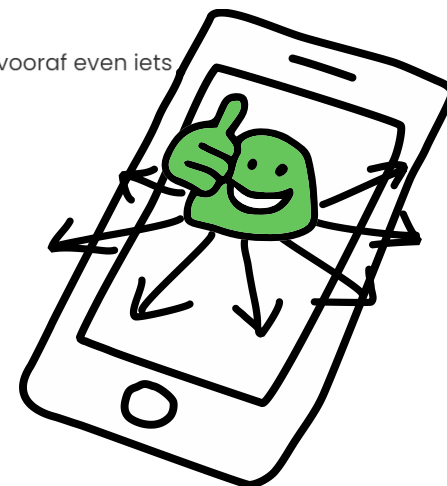
Ons adres

@ease Rotterdam

Hoogstraat 110 (Centrale Bibliotheek, 2e etage)

3011 PV Rotterdam

Chat sinds 01/03/2020



@ease op school | VO



- ✓ Gastlessen en voorlichting op scholen aan leerlingen en mentoren
 - ✓ Inzet op herkennen en erkennen van psychische klachten | dit gaat ook over jou
 - ✓ Normaliseren dat praten helpt
 - ✓ Route waar je terecht kan
-
- ✓ Samenwerking met Kikid
 - ✓ Kans | Gezonde school met de brede thema's op gezondheidsbevordering i.s.m. @ease

Mentimeter vraag 1



- Heb je zelf wel eens last van mentale problemen/uitdagingen?
- Ja-nee-soms

Mentimeter vraag 2



- **Lig je wel eens wakker en maak je je zorgen over:**
 - je kind, je gezondheid
 - Ervaar je wel eens stress of je je baan zal behouden
 - Geldzorgen?
 - Mantelzorg combineren met gezin, sociaal leven?
 - Scheidingssituatie of overlijden?
 - Of?

© Stichting @ease



Met het MBO-HBO en WO zijn:

- ✓ samenwerkingsafspraken met zorg coördinatoren
- ✓ Pilots op MBO en WO met pop up locaties
- ✓ HBO en WO zetten al vaak gericht in op mentale gezondheid | aansluiten bij events
- ✓ Beweging bottom up vanuit studenten die de methodiek van @ease willen realiseren
- ✓ Tilburg, Delft, Den Bosch
- ✓ Ondersteuning om lokale organisaties te binden om samen @ease te realiseren

@ease promotiemateriaal



- Tijdens specifieke schoolevenementen kunnen we een informatiestand inrichten om jongeren te informeren over @ease.
- Daarnaast brengen we onze flyers, posters en ander promotiemateriaal graag langs op school, zodat leerlingen geïnformeerd kunnen worden. Desgewenst kun je deze materialen ook zelf downloaden en verspreiden. Praten helpt!

@ease helpt!



“dat je ook **geen verwijzing** hoeft te hebben”

“En, dat het gewoon... ja dat het niet officiëlerig is eigenlijk, met echt een psycholoog en dingen maar dat je **gewoon met mensen** het er gewoon even over kan hebben en **dat ze ook naar je luisteren.**”

“Um yeah I really liked it [...] I would go again and I **also recommend it**”

“I read the webpage of @ease and it said: just walk in. So that's what I did.”

“**no waiting lists** as far as I know”

“They are everywhere, those green flyers. So you're doing a good job in promotion [laughs]”

“she said it's **free** [...] so I thought... why not here?”

“[...] huiselijk en een beetje licht zeg maar, het is niet zo'n klinische plek van; oh waar ben ik nu weer terecht gekomen. Nee, **het is best wel gezellig** en ik denk dat dat ook wel helpt.”

De **mensen** die hier werken **zijn vriendelijk**



@ease inloop helpt!

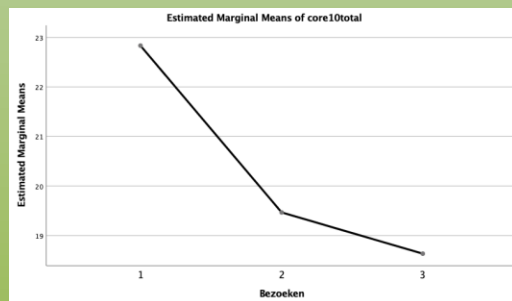


Bezoek 1, n=694

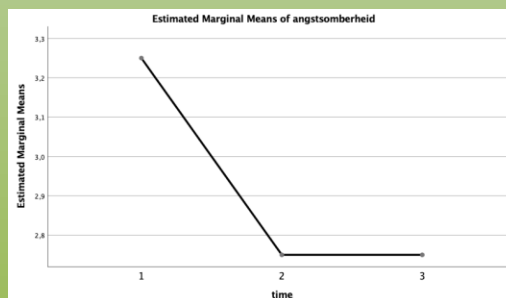
Bezoek 2, n= 100

Bezoek 3, n= 40

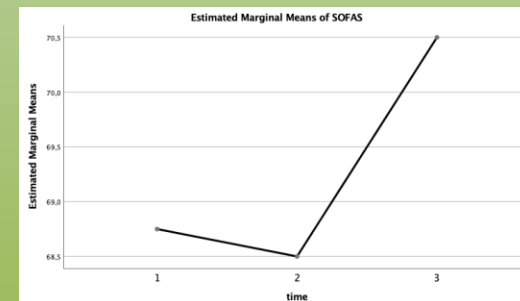
stress CORE 10



angst/somberheid EuroQoL



sociaal functioneren SOFAS



© Stichting @ease



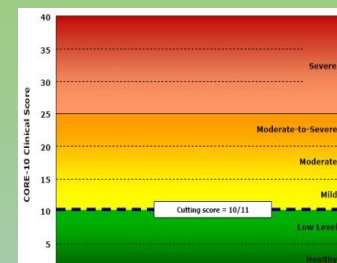
Kerncijfers (landelijk)



- ✓ Bezoekers hebben gemiddeld matige tot ernstige klachten
- ✓ Van de @ease bezoekers had 28% gedachten aan de dood, en 10% had specifieke plannen gemaakt over suicide
- ✓ 26% zag in de afgelopen 3 maanden een hulpverlener, zij hadden gemiddeld 6 afspraken
- ✓ 1/3 heeft een ouder met een psychische stoornis
- ✓ Jongeren zijn tevreden tot zeer tevreden met @ease



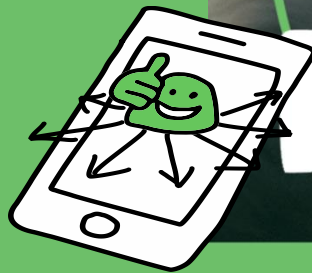
© Stichting @ease



Figuur 1. Interpretatie klinische scores CORE-10



www.ease.nl



Op zoek naar een luisterend oor?
Ga naar www.ease.nl



© Stichting @ease