



@ease opent tweede inlooplocatie voor jongeren in Heerlen

Vanaf 7 december 2022 opent @ease (spreek uit at ease) in Heerlen een tweede inlooplocatie bij jongerencentrum The Break. Elke woensdag van 13.00 tot 16.00 uur kunnen jongeren tot 25 jaar er binnenlopen voor een luisterend oor. Ze kunnen hun verhaal kwijt bij getrainde (en soms ervaringsdeskundige) leeftijdsgenoten. Bij de inlooplocaties zijn zorg- en welzijnsprofessionals van lokale instanties aanwezig. Voor de jongeren die langskomen, maken we het zo 'easy' mogelijk om over problemen of zorgen te praten. Gesprekken bij @ease zijn namelijk altijd gratis, anoniem en een afspraak maken is niet nodig.

Jongerencentrum The Break

In **The Break** organiseert JENS, lokale aanbieder voor preventieve en ambulante jeugdhulp, regelmatig activiteiten voor de jeugd uit de buurt. Voor jongeren is het een veilige plek waar ze iets leuks kunnen doen, anderen ontmoeten of gewoon even kunnen chillen. De verbinding met @ease voelt logisch: als er behoefte is om even door te praten met iemand die *jouw* leefwereld goed snapt, dan zijn de jonge vrijwilligers van @ease een fijne gesprekspartner. 'Niet zo officieel of zorg-achtig' aldus de jongeren.



Debora op 't Einde (locatiemanager van @ease in Heerlen en Maastricht): *"In Heerlen hebben we de afgelopen tijd veel contact gehad met jongeren in de wijk of op school. We luisteren naar hun verhalen en geven ook uitleg over wat ze bij @ease kunnen verwachten. Je ziet dat ze daarna gemakkelijker bij ons binnenstappen of online chatten. Veel gaat over vertrouwen natuurlijk. Daarom is het zo belangrijk dat we ook samenwerken met bijvoorbeeld de jongerenwerkers van JENS."*



Karima Sedki (Programmamanager 'In de buurt' bij JENS): *"We weten dat jongeren niet altijd even gemakkelijk kunnen praten over wat er op school of thuis aan de hand is. Er is veel schaamte en veel jongeren zijn al lang gewend om hun eigen problemen te moeten oplossen. Er veilig en vooral anoniem over kunnen praten kan wat lucht geven. Mooi als dat bij leeftijdsgenoten kan!"*



@ease Heerlen

In Heerlen is @ease opgezet in samenwerking met de gemeente Heerlen, JENS, HOZL, Maastricht University, Koraal, Met GGZ, Mondriaan, Maastricht UMC+, en Alcander. Jongeren kunnen langskomen bij de inlooplocatie in Carbon6 en bij jongerencentrum The Break. Een afspraak maken is niet nodig, maar mag wel via heerlen@ease.nl. In Heerlen is er altijd ruimte voor (ervaringsdeskundige) jongeren die als vrijwilliger willen meedraaien in ons team. Voor meer informatie en openingstijden zie www.ease.nl.

Maatschappelijke impact @ease

De druk op de GGZ is enorm. Met onze laagdrempelige inloopvoorzieningen werken we domeinoverstijgend en buiten de reguliere kaders én tegelijkertijd in een professionele setting met diverse zorgprofessionals (psychiaters en psychologen zijn standaard betrokken in de @ease teams). Normaliseren van (psychische) klachten en alleen intervenieren als dat nodig is, heeft een positieve invloed op het beperken van de instroom richting de GGZ en/of jeugdzorg. Ervaring bij @ease leert dat sommige jongeren met enkele gesprekken weer verder kunnen. Zij komen niet in het zorgsysteem terecht. Jongeren die toch meer hulp nodig hebben, kunnen - terwijl ze op een wachtlijst staan - blijven langskomen bij @ease. Dit haalt de druk van de ketel en ze voelen zich minder alleen.

Onderdeel van wereldwijde Youth Mental Health Movement

Stichting @ease is de Nederlandse variant van de succesvolle Australische organisatie Headspace (www.headspace.org.au). Headspace werd in 2006 opgericht door de Australische overheid en biedt inmiddels in meer dan 145 laagdrempelige centra jongeren gratis hulp en ondersteuning. De resultaten zijn zeer positief! In verschillende landen (Denemarken, Canada, Israël, Ierland, België, Frankrijk, Duitsland, etc.) zijn succesvolle vergelijkbare initiatieven te vinden. Ze werken onderling samen binnen een wereldwijde en wetenschappelijk onderbouwde Youth Mental Health Movement. Ook bij @ease is wetenschappelijk onderzoek een vast onderdeel van de werkwijze. In Nederland heeft @ease op dit moment vestigingen in Maastricht, Amsterdam, Heerlen, Rotterdam, Groningen, Leiden en Leeuwarden. De vestigingen in Zwolle en Haarlem openen begin 2023.