MIND US

JAARVERSLAG 2022

VOORWOORD

2022; het jaar dat MIND Us officieel van start gaat. Om precies te zijn op 31 maart tijdens een geweldig evenement bij Quardin in Rotterdam. In aanwezigheid van onze erevoorzitter Hare Majesteit Koningin Máxima. Wat is er sindsdien al veel gebeurd! In samenwerking met heel veel verschillende partners én - voor ons vanzelfsprekend - met jongeren. Wat zijn we er trots op dat we onze ambitie om krachten te bundelen, om vernieuwende initiatieven te stimuleren en om de juiste aandacht te krijgen voor mentale problemen van jongeren, vanaf de start met zo veel energie zo'n impuls hebben kunnen geven.

Op 6 december 2022 hebben we het MIND Us actieplan voor de komende jaren 'Het gaat om jou!' gepresenteerd op Paleis Noordeinde. De acties die daarin staan beschreven zijn gericht op zichtbare en aantoonbare resultaten voor de jongeren en sluiten aan bij hun leefgebieden; wijk & vrije tijd, onderwijs & opleiding en online.

Ook presenteerden we die dag onze Raad van Richting, waarmee wij de inspraak van jongeren in ons beleid een extra dimensie. Want alleen samen met de jongeren kunnen wij zorgen voor een leefomgeving waarin jongeren begrip ervaren, ze worden ondersteund, waarmee ze zich verbonden voelen en die ruimte biedt voor hun persoonlijke ontwikkeling.

In ons jaarverslag delen we graag de hoogtepunten en resultaten van 2022. En we gaan door, er is nog genoeg te doen.

Namens MIND Us team en bestuur,
Wim van der Meeren, voorzitter

WIM VAN DER MEEREN
Voorzitter

VOORWOORD

OVER MIND US

De druk op jongeren is groot en steeds vaker ervaren ze psychische problemen. Dat kan grote gevolgen hebben voor hun toekomst en de toekomst van de maatschappij. MIND Us werkt aan een gezonde ontwikkeling van jongeren: om kwetsbaar te zijn, te groeien, te leren en te ervaren. Zodat ze weerbaarder worden, grip krijgen op hun mentale gezondheid en hulp weten te vinden als dat nodig is.

MIND Us bundelt krachten, stimuleert (vernieuwende) initiatieven en zorgt dat mentale problemen van jongeren de juiste aandacht krijgen. Samen met jongeren, beleidsmakers, gemeentes, ondernemers en wetenschappers creëren we een podium waar jongeren zich gezien en gehoord voelen. En waar hun oplossingen leiden tot meer veerkracht en een goede mentale gezondheid. MIND Us, samen voor een mentaal gezonde jeugd.

HOE WERKEN WE SAMEN?

MIND Us zet zich op drie manieren in voor jongeren om samen met hen te werken aan hun mentale gezondheid.

LUISTEREND OOR

VERKEN JE VEERKRACHT

MENTAAL GEZONDE OMGEVING

WAAR RICHTEN WE ONS OP?

We richten ons op de drie leefgebieden van jongeren waarin we samen de meeste impact kunnen maken:

1. In de wijk en vrijetijdsbesteding.
2. Op school of in de opleiding.
3. Online.

WAARBIJ WE ONS STEEDS DE VRAAG STELLEN:

- Wat is er nodig?
- Wat is er al?
- Wat moet er gebeuren?

MET ALS RESULTAAT

- Jongeren die hulp nodig hebben kunnen sneller en passendere hulp vinden.
- Jongeren hebben meer vaardigheden om zichzelf en anderen te ondersteunen, zij ervaren meer veerkracht om met tegenslagen om te gaan.
- Er is een zichtbare afname in elementen en factoren in de omgeving van jongeren die negatief bijdragen aan hun mentale gezondheid.
- Minder jongeren hebben crisis- of specialistische zorg nodig.

OVER MIND US

JONGEREN

MIND Us is er van, door en voor jongeren. MIND Us gelooft in de creativiteit en denkkracht van de jongeren in Nederland. En juist zij vormen de basis voor MIND Us en staan mede aan het roer om tot de beste oplossingen te komen. Samen met de jongeren creëren we een podium waar jongeren zich gezien en gehoord voelen. En waar de oplossingen leiden tot meer veerkracht en een goede mentale gezondheid.

BRAINSTORMSESSIE BNNVARA, QUARDIN EN MIND US

Op 19 september kwamen jongeren van Quardin en MIND Us samen om te praten over een productie van BNNVARA over de mentale
gezondheid onder jongeren.

De vragen die hierbij voorop stonden waren:
Wat is je grootste wens op het gebied van mentale gezondheid?
Wat wil je anders zien?
Wat is je boodschap voor de samenleving?

MEETING OF MINDS

De basis van de jongerenparticipatie

In juli tijdens de 'Meetings of MINDS dag' kwamen jongeren samen om een basis te leggen om een structurele betrokkenheid te creëren binnen MIND Us.

De jongeren zijn met de rollen aanjager, ambassadeur, klankbord, geweten en inspirator aan de slag gegaan en hebben daar in een invulling aan gegeven.

We kunnen met deze basis verder om jongeren een duidelijke rol te geven binnen MIND Us

Ruim vijftig jongeren hebben zich verbonden aan MIND Us. Tijdens bijeenkomsten geven zij input voor de plannen van MIND Us.

± 50 JONGEREN
aan ons verbonden

"Voor mij betekent me inzetten voor mentale gezondheid bij MIND Us dat je meer in verbinding komt te staan met anderen en met jezelf. Door je open op te stellen en ervaringen met elkaar te delen binnen MIND Us wordt iets wat zwaar kan zijn een stuk lichter."

Jongere bij MIND Us

JONGEREN

RAAD VAN RICHTING

Jongeren zijn de drijvende kracht achter MIND Us. Om de jongeren ook echt een duidelijke stem te geven in de besluitvorming hebben we de Raad van Richting in het leven geroepen.

De Raad van Richting vervult een belangrijke rol binnen MIND Us door toezicht te houden op het beleid en de algemene gang van zaken van ons team en bestuur. Met hun waardevolle inzichten en ideeën geven de jongeren duidelijke richting aan ons werk en de strategieën die ons bestuur hanteert. In december 2022 bestaat de Raad van Richting uit drie leden die zich inzetten voor de verbetering van de mentale gezondheid van jongeren. In 2023 wordt de Raad van Richting uitgebreid tot zeven jongeren.

Op 6 december 2022 werden de eerste drie leden van de Raad van Richting met veel enthousiasme voorgesteld aan het bestuur en alle partners van MIND Us. Met veel trots zijn Cheyenne Baly, Isaac Jean Arnold en Hanna Gonsalves voorgesteld als de eerste jongeren die samen met ons de Raad van Richting gaan vormgeven. Hun inzichten, expertise en ervaringen zullen van waarde zijn voor de vormgeving, inhoud en selectie van de overige vier leden. Blikverruimers begeleidt de Raad van Richting bij hun werk.

ISAAC JEAN ARNOLD
Lid Raad van Richting

Wat heeft de Raad van Richting tot nu toe voor jou betekend?

"Het heeft al veel mooie dingen voor mij betekend. Het belangrijkste is het vinden van een manier om structureel een bijdrage te leveren aan de jongeren in Nederland. Daarnaast heeft het mij in laten zien dat mijn sterke punt, luisteren, zelfs in de beleidswereld een kwaliteit kan zijn. Door dit inzicht weet ik dat ongeacht wat mensen zeggen, luisteren belangrijk is. Kortom, de Raad van Richting heeft ervoor gezorgd dat ik met mijn sterkste punt structureel een bijdrage kan leveren aan jongeren in Nederland."

FREDERIEKE VRIENDS
Directeur MIND Us

"Met de Raad van Richting hebben we de jongeren een unieke positie gegeven in onze organisatie. Naast dat ze ons helpen de juiste koers te kiezen en de projecten vorm te geven op een manier dat ze ook aansluiten op de leefwereld van de jongeren leggen we als bestuur ook verantwoording aan ze af. Immers; alles wat we doen, doen we voor de jongeren. Zij zijn de enige die ons ook kunnen vertellen of we daarin het juiste doen. We zijn trots dat we ons als organisatie daarmee dienstbaar opstellen aan ons hogere doel: zichtbare impact op de mentale gezondheid van de Nederlandse jeugd!"

SAMENVATTING

WIJK EN VRIJE TIJD

In samenwerking met de Vereniging Nederlandse Gemeenten is gestart met de ontwikkeling van een toolkit die gemeenten inspireert en van praktische kennis en tools voorziet. Dit heeft als doel om met de mentale gezondheid van jongeren aan de slag te gaan. We hebben met diverse gemeenten en de VNG gesprekken gevoerd over welke behoeften er zijn en ook welke good practices er landelijk al worden uitgerold.
Ook hebben we in 2022 met tientallen gemeenten adviesgesprekken gevoerd over hoe zij mentale gezondheid kunnen opnemen in hun beleidsplannen en gezondheidsnota's.

SUPPORT NETWERK

MIND Us ontwikkelt een online leertool om het support netwerk van jongeren te ondersteunen waarin de volgende vraag centraal staat: 'Hoe kunnen we mensen in de omgeving van jongeren bewust maken van hun rol als supportfiguur en het vertrouwen geven die rol goed in te vullen?'. We hebben een conceptontwikkelaar de opdracht gegeven om een behoefteanalyse uit te voeren onder jongeren en mogelijke eindgebruikers van de tool. Daarnaast is er een onderzoek verricht naar het huidige aanbod en bestaande trainingen en de plek die een nieuwe leertool daarin kan innemen. De conclusie die hieruit getrokken werd is dat er behoefte is aan deze leertool en dat er op dit moment nog geen passende training bestaat. MIND Us gaat deze leertool in 2023 ontwerpen en verder ontwikkelen.

ALLIANTIE INLOOPVOORZIENINGEN

In december 2022 is na een klein jaar voorbereiding de 'Alliantie laagdrempelige inloopmogelijkheden mentale gezondheid jongeren' met steun van FNO van start gegaan. De alliantie heeft als doel een landelijke dekking te realiseren met laagdrempelige inloopmogelijkheden waar jongeren hun mentale gezondheid kunnen versterken. In de alliantie hebben zes organisaties hun handen ineengeslagen. Deze krachtenbundeling was een belangrijke eerste stap naar landelijke opschaling.

> "De afgelopen maanden hebben we vanuit vertrouwen en met een gedeeld besef van urgentie én potentie onze samenwerking stap voor stap vormgegeven. Het voelt stevig MIND Us als bondgenoot te hebben in het realiseren van onze ambitie: Alle jongeren in Nederland inloopplekken dichtbij, waar ze terecht kunnen en gezien worden met al hun kwetsbaarheden, én hun krachten."

Marloes Dekker - oprichter Jimmy's
Alliantie laagdrempelige inloopmogelijkheden

SAMENVATTING

SAMENVATTING

ONDERWIJS & OPLEIDING

In november 2022 is er een grote bijeenkomst georganiseerd voor leerlingen, studenten en onderwijsprofessionals van vo tot wo. De diverse stakeholders en hun rollen rondom een onderwijsinstelling zijn geïdentificeerd. Door de aanwezigen is uitgesproken dat MIND Us een belangrijke meerwaarde heeft in aanvulling op de inzet van bestaande partijen. De volgende actiepunten zijn benoemd die dienen als basis voor het actieplan:

- Mentale gezondheid moet structureel worden ingebed in het onderwijs, van bestuur tot conciërge tot docent.
- De keuze om een lesprogramma over mentale gezondheid in te zetten op school moet worden vereenvoudigd.
- Binnen de opleiding van docenten moet meer aandacht komen voor mentale gezondheid.
- Prestatiedruk moet worden verlaagd en daarbij zetten we in op omgevingsfactoren zoals toetscultuur en zelfregulerende vaardigheden bij jongeren.

HBSC ONDERZOEK

Op 14 september werd het Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)-rapport, met daarin de resultaten van 20 jaar onderzoek naar het welzijn en de gezondheid van jongeren in Nederland, uitgereikt aan Hare Majesteit Koningin Máxima. De uitkomsten van dit onderzoek bieden belangrijke inzichten om te komen tot de juiste aanpak van mentale problemen bij jongeren. Met name de mentale gezondheid van meisjes in Nederland is tussen 2017 en 2021 sterk verslechterd.

SAMENWERKING GEZONDE SCHOOL EN WELBEVINDEN OP SCHOOL

Gezonde School en Welbevinden op school zetten zich onder andere in voor het welzijn van scholieren en studenten op het vo en mbo. Samen met deze partijen hebben we in diverse werksessies een samenwerking uitgewerkt die inzet op het versnellen en verstevigen van de aandacht op welzijn en het vergroten van de hiertoe benodigde kennis bij onderwijsinstellingen. Deze samenwerking zal in 2023 verder geconcretiseerd worden. De stem van jongeren (oa. Gezonde Generatie, LAKS en JOB MBO) wordt meegenomen in de koers en gezamenlijke visie voor het onderwijs.

MIND Us heeft op aanvraag van en met tientallen vo, mbo, hbo en wo instellingen adviesgesprekken gevoerd over studentenwelzijn en de opzet en/of uitwerking van een aanpak. Daaruit zijn een aantal best practices naar voren gekomen die we landelijk delen via de socials. Ook hebben we partijen aan elkaar gekoppeld om onderling kennis te delen en hebben we doorverwezen naar databases van onderwijsraden en kennisinstellingen.

SAMENVATTING

SAMENVATTING

ONLINE

De online leefwereld is heel belangrijk voor jongeren waarin content creators / influencers een grote rol spelen. Daarom werken we vanuit MIND Us nauw samen met diverse influencers. Veel van deze influencers hebben aangegeven dat ze regelmatig privéberichten ontvangen van volgers met betrekking tot hun mentale gezondheid. Voor sommigen gaat het zelfs om honderden directe berichten. Daarom voelen zij zich zeer verantwoordelijk voor het welzijn van hun volgers en willen ze op de juiste manier reageren op deze berichten. Verschillende influencers geven aan dat ze graag de juiste verwijzing naar hulplijnen en lokale inloopvoorzieningen willen bieden, maar vaak niet weten welke ondersteuning beschikbaar is. Om hierbij te helpen, heeft MIND Us de best practices voor hulp en ondersteuning aan jongeren op een overzichtelijke en visuele manier in kaart gebracht in de vorm van een routekaart voor influencers.

Op 27 september is tijdens een werkbezoek van Koningin Máxima gesproken over de rol van sociale media op de mentale gezondheid van jongeren en is de eerste versie van de routekaart gepresenteerd.

ONLINE PLATFORM

In 2022 maakten we een eerste stap richting een landelijk platform voor jongeren, vol met kennis over mentale gezondheid, peer-to-peer contact en laagdrempelige steun in de vorm van chat en telefonie.

Samen met jongeren en zeven betrokken partijen hebben we opgehaald waar jongeren behoefte aan hebben op een online platform. In de periode september - december 2022 hebben we met deze zeven organisaties samengewerkt aan een gezamenlijke droom voor het online platform. Eind december is tijdens de lancering van het actieplan MIND Us deze droom met trots gepresenteerd. In 2023 gaan we verder met de concretisering en realisatie.

ROUTEKAART

> "Ik ervaar onze samenwerking als waardvol omdat MIND Us partijen verbindt en veel aanjaagkracht laat zien. Daarnaast delen we belangrijke uitgangspunten: We geloven in de kracht van jongeren en in het samen met hen ontwikkelen, omdat zij het beste weten wat ze nodig hebben."

Roline de Wilde, Directeur-Bestuurder De Kindertelefoon

SAMENVATTING

HIGHLIGHTS

MEI
Werkbezoek studenten Leiden

JUNI
Werkbezoek mbo

SEPTEMBER
Lancering MIND Us routekaart

MAART
Lancering MIND US
30 maart 2022

JULI
Meetings of MINDS day

OKTOBER
Covid's impact on our youth
Week van de mentale gezondheid

APRIL
CoolHaven Connect

NOVEMBER
Brief: 'Je bent niet alleen'
Aan tafel bij Jinek over de brief

AUGUSTUS
Werkbezoek Studenten
ontvangstweek Delft

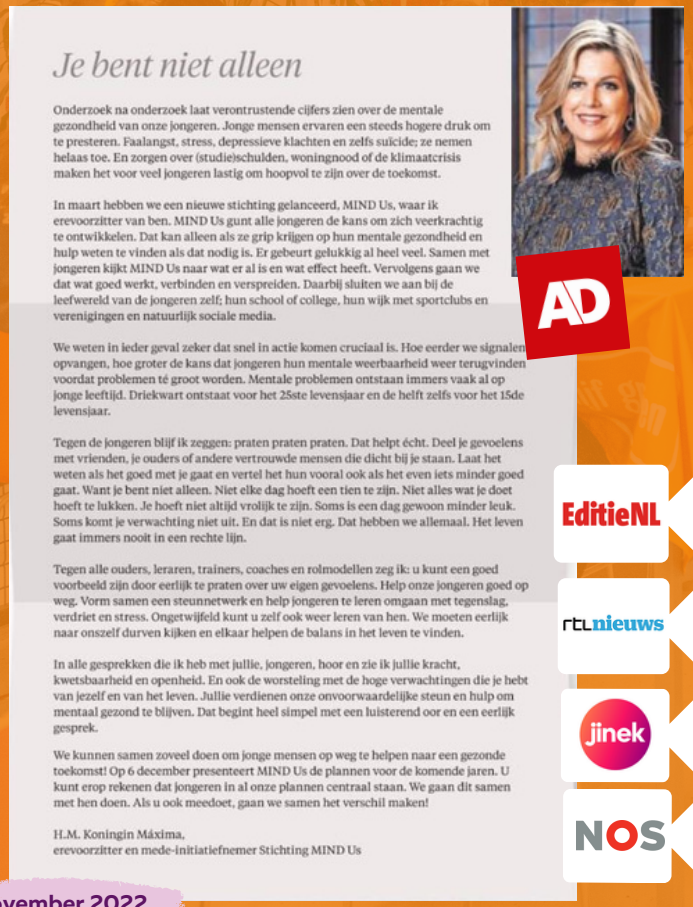
DECEMBER
Lancering actieplan 'Het gaat om jou!'
6 december 2022

HIGHLIGHTS 2022

Interactieve pagina

PUBLICATIES

In het afgelopen jaar heeft MIND Us een enorme hoeveelheid aandacht en publiciteit gegenereerd, waardoor ons initiatief een breed publiek heeft bereikt en een blijvende impact heeft gemaakt. Zo hebben we exposure gekregen via televisieprogramma's, radioprogramma's, postcasts en andere media. Ook hebben we meegewerkt aan veel interviews en artikelen. We zijn enorm trots hoe we de media het afgelopen jaar hebben weten te bereiken en we daarmee het onderwerp de aandacht hebben gegeven die het verdient.



Je bent niet alleen

Onderzoek na onderzoek laat verontrustende cijfers zien over de mentale gezondheid van onze jongeren. Jonge mensen ervaren een steeds hogere druk om te presteren. Faalangst, stress, depressieve klachten en zelfs suïcide; ze nemen helaas toe. En zorgen over (studie)schulden, woningnood of de klimaatcrisis maken het voor veel jongeren lastig om hoopvol te zijn over de toekomst.

In maart hebben we een nieuwe stichting gelanceerd, MIND Us, waar ik erevoorzitter van ben. MIND Us gunt alle jongeren de kans om zich veerkrachtig te ontwikkelen. Dat kan alleen als ze grip krijgen op hun mentale gezondheid en hulp weten te vinden als dat nodig is. Er gebeurt gelukkig al heel veel. Samen met jongeren kijkt MIND Us naar wat er al is en wat effect heeft. Vervolgens gaan we dat wat goed werkt, verbinden en verspreiden. Daarbij sluiten we aan bij de leefwereld van de jongeren zelf; hun school of college, hun wijk met sportclubs en verenigingen en natuurlijk sociale media.

We weten in ieder geval zeker dat snel in actie komen cruciaal is. Hoe eerder we signalen opvangen, hoe groter de kans dat jongeren hun mentale weerbaarheid weer terugvinden voordat problemen té groot worden. Mentale problemen ontstaan immers vaak al op jonge leeftijd. Driekwart ontstaat voor het 25ste levensjaar en de helft zelfs voor het 15de levensjaar.

Tegen de jongeren blijf ik zeggen: praten praten praten. Dat helpt écht. Deel je gevoelens met vrienden, je ouders of andere vertrouwde mensen die dicht bij je staan. Laat het weten als het goed met je gaat en vertel het hun vooral ook als het even iets minder goed gaat. Want je bent niet alleen. Niet elke dag hoeft een tien te zijn. Niet alles wat je doet hoeft te lukken. Je hoeft niet altijd vrolijk te zijn. Soms is een dag gewoon minder leuk. Soms komt je verwachting niet uit. En dat is niet erg. Dat hebben we allemaal. Het leven gaat immers nooit in een rechte lijn.

Tegen alle ouders, leraren, trainers, coaches en rolmodellen zeg ik: u kunt een goed voorbeeld zijn door eerlijk te praten over uw eigen gevoelens. Help onze jongeren goed op weg. Vorm samen een steunnetwerk en help jongeren te leren omgaan met tegenslag, verdriet en stress. Ongetwijfeld kunt u zelf ook weer leren van hen. We moeten eerlijk naar onszelf durven kijken en elkaar helpen de balans in het leven te vinden.

In alle gesprekken die ik heb met jullie, jongeren, hoor en zie ik jullie kracht, kwetsbaarheid en openheid. En ook de worsteling met de hoge verwachtingen die je hebt van jezelf en van het leven. Jullie verdienen onze onvoorwaardelijke steun en hulp om mentaal gezond te blijven. Dat begint heel simpel met een luisterend oor en een eerlijk gesprek.

We kunnen samen zoveel doen om jonge mensen op weg te helpen naar een gezonde toekomst! Op 6 december presenteert MIND Us de plannen voor de komende jaren. U kunt erop rekenen dat jongeren in al onze plannen centraal staan. We gaan dit samen met hen doen. Als u ook meedoet, gaan we samen het verschil maken!

H.M. Koningin Máxima,
erevoorzitter en mede-initiatiefnemer Stichting MIND Us

AD

EditieNL

rtlnieuws

jinek

NOS

LANDELIJKE AANDACHT:

Hart van Nederland

NOS

RTL BOULEVARD

NOS jeugdjournaal

AD

De Publieke Tribune

De Telegraaf

nu.nl

npo radio 1

VNG

TRAJECTUM

COOLHAVEN CONNECT

Project Buitenkans

PDZ

ZN

PUBLICATIES

SOCIALE MEDIA:

ORGANISATIE

ORGANISATIE

Het team van MIND Us is in het eerst jaar uitgegroeid van drie naar acht personen (totaal 4,1 fte). Onder leiding van directeur Frederieke Vriends zijn de volgende taken belegd in het team:

- Project en Programmamanagement
- Jongerenparticipatie
- Communicatie
- Fondsenwerving
- Secretariaat

Ruim 50 jongeren zijn betrokken die op diverse momenten meedenken en werken aan de doelstellingen van MIND Us.

Het team wordt geleid door een zevenkoppig bestuur en een Raad van Richting.

De financiële jaarrekening van 2022 lees je hier.

TEAM MIND US

Het team van MIND Us heeft zich in het eerste jaar flink uitgebreid en met de enorme inzet van iedereen zijn er veel resultaten bereikt. Medewerkers waren in de eerste maanden na de oprichting van MIND Us in dienst bij partnerorganisatie MIND totdat we als stichting ook onze eigen werkgeverspositie konden invullen. We hanteren in dit werkgeverschap dezelfde CAO als onze partner organisatie MIND (CAO Sociaal werk Nederland). Deze CAO zorgt voor heldere salarisindicaties voor team en directie.

BESTUUR

Onze bestuursleden vormen een actief en betrokken bestuur en stellen hun netwerk en expertise op diverse manieren beschikbaar. Daardoor hebben we met een relatief klein team aan medewerkers een geweldige impact kunnen realiseren in ons eerste jaar.

Bestuur en directie handelen volgens vastgestelde statuten en een directie regelement. Een overzicht van nevenfuncties van de bestuursleden is opvraagbaar. De leden van het bestuur ontvangen voor hun werkzaamheden geen beloning; zij zetten zich belangeloos in. Ook zijn aan hen geen leningen, voorschotten of garanties verstrekt.

In 2022 heeft het bestuur zeven keer vergaderd.

WIM VAN DER MEEREN

ARNE POPMA

JOSÉ MANSHANDEN

CHRIS ROELEN

ADNAN TEKIN

SHARON DIJKSMA

OUSSIMA TAJMOUT

ORGANISATIE

PARTNERS

24 PARTNERS
aan ons verbonden

FINANCIËLE PARTNERS

FONDS 21

erasmus+

GGD GHOR

Trimbos instituut
Netherlands Institute of Mental Health and Addiction

Alles oké? SUPPORTLIJN

GGD Amsterdam

QUARDIN

iPH INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

GEZONDE SCHOOL

NEDERLANDSE VERENIGING VOOR PSYCHIATRIE

ALLES IS GEZONDHEID

@ease

DE GEZONDE GENERATIE

NJi Nederlands Jeugdinstituut

113 zelfmoord preventie

ALLIANTIE LAAGDREMPELIGE INLOOPMOGELIJKHEDEN MENTALE GEZONDHEID JONGEREN

MIND

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

JOIN US

boer&croon management solutions

VNG

MBO Raad

INSTITUUT VOOR PUBLIEKE WAARDEN

DE KINDER TELEFOON.NL

Zorgverzekeraars Nederland

Transformers Community

PARTNERS

MIND US

MIND US - Jaarverslag 2022