



Stichting @ease

BESTUUR Thérèse van Amelsvoort, Rianne Klaassen,
Hans Du Prie, Jan Huizer
VOORZITTER BESTUUR Paul van der Velpen
LANDELIJK MANAGER Arianne Westhuis



ALLIANTIE
LAAGDREMPELIGE
INLOOPMOGELIJKHEDEN
MENTALE GEZONDHEID JONGEREN

VISIE

Wij vinden dat geen enkele jongere alleen met zijn zorgen rond moet blijven lopen. Praten helpt.

MISSIE

Wij willen jongeren tussen 12-25 jaar met psychische en sociale problemen of behoeften snel, gratis, anoniem en laagdrempelig ondersteunen via getrainde leeftijdsgenoten die luisteren en/of meedenken (al dan niet over passende andere hulp buiten @ease).

OPRICHTING

2017

AANTAL VESTIGINGEN

Het aantal vestigingen eind 2022: in 7 gemeenten zijn er 10 vestigingen. De groei-ambitie voor 2023: in 15-20 gemeenten actief.

DOELGROEP EN THEMATIEK

@ease is er voor jongeren tussen de 12-25 jaar en biedt hen een luisterend oor door getrainde leeftijdsgenoten bij psychosociale uitdagingen.

INZET VAN VRIJWILLIGERS

Onze vrijwilligers zijn aanwezig als gesprekspartner op onze locaties en via de chat. Daarnaast zijn ze outreachend actief op scholen en in de wijk waar ze bijvoorbeeld voorlichting geven over @ease. Ook organiseren ze regelmatig sociale activiteiten met en voor jongeren. De inzet van onze vrijwilligers is essentieel bij het normaliseren van psychische en sociale problemen. Ze geven letterlijk een gezicht aan de laagdrempeligheid van @ease. Bij @ease hechten we veel waarde aan de mening van jongeren. Via o.a. de @ease jongerenraad denken jongeren pro-actief mee.

HUIDIGE FINANCIERINGSBRONNEN

Jongeren die vrijwilliger zijn bij @ease doen dit gratis. Onze professionals zijn óf vrijwillig (gratis) actief voor @ease óf krijgen via hun reguliere werkomgeving de mogelijkheid om mee te draaien bij een @ease-locatie (in kind bijdrage).

De lokale vestigingen van @ease worden lokaal gefinancierd via een bijdrage van de gemeente en/of andere financier. Daarnaast doen we lokaal en landelijk een beroep op publieke en private fondsen, steunstichtingen en subsidieverstrekkingen. Particulieren en bedrijven kunnen @ease ook steunen via een donatie (@ease is ANBI gecertificeerd).

KERNACTIVITEITEN EN TYPE ONDERSTEUNING

@ease inloop: gratis, anoniem, mét of zonder afspraak langskomen tijdens openingstijden.

@ease chat: gratis, anoniem en online tijdens openingstijden.

@ease online | ENYOY i.o.: online zelfhulpplatform waar jongeren zelf aan de slag kunnen met oefeningen en psycho-educatie in een community van jonge (ervarings)deskundigen en psychologen.

@ease wetenschappelijk onderzoek: aan de kernactiviteiten van @ease is wetenschappelijk onderzoek verbonden om goed aan te sluiten op de doelgroep en om inzichtelijk te maken wat we doen en wat het oplevert voor de jongere en maatschappij.

Het type ondersteuning is het bieden van een luisterend en meedenkend oor door leeftijdsgenoten (met professionals op de achtergrond) en aansluitend op hetgeen jongeren zelf willen. Bij een @ease vestiging werken (ervaringsdeskundige) vrijwilligers samen met professionals uit sociaalmaatschappelijke organisaties en gezondheidszorg instellingen. We maken daarbij onderscheid in stafleden en achterwachtpsychiaters. De achterwachtpsychiater is tijdens openingstijden telefonisch bereikbaar voor consultatie en kan desgewenst de lokale crisisdienst verzoeken om naar de @ease locatie te gaan. Een staflid is altijd 'in huis' aanwezig bij de @ease locaties tijdens openingstijden en coacht de vrijwilligers ter plaatse.

WEBSITE

www.ease.nl



UITGANGSPUNTEN EN WERKWIJZE

Wat we willen bereiken met @ease is dat jongeren in Nederland eerder en gemakkelijker hulp kunnen vinden bij psychische en sociale klachten. Zo voorkomen we dat problemen escaleren/progressief toenemen en werken we aan het vergroten van de veerkracht van jongeren. Dat doen we door jongeren tussen 12 en 25 jaar een veilige plek te bieden waar ze zich gehoord voelen en waar ze gemakkelijk terecht kunnen als ze ergens mee zitten.

Onze werkwijze is zo ingericht dat we:

- de drempel verlagen om hulp te zoeken voor jongeren met (beginnende) psychische en sociaal-emotionele problemen;
- het verergeren van bestaande (psychische) klachten voorkomen;
- de eigen kracht en zelfstandigheid van jongeren stimuleren en
- aansluiten bij wat jongeren zelf willen: we normaliseren waar mogelijk en interveniëren alleen als dat nodig is.

Jongeren kunnen zonder verwijzing of diagnose gratis en anoniem langskomen bij een @ease-locatie of gebruik maken van de online chat. Een afspraak maken is niet nodig en jongeren mogen zo vaak komen als ze zelf willen. Via wetenschappelijk onderzoek wordt de effectiviteit van de @ease methodiek doorlopend getoetst. Momenteel is @ease ingediend bij het NJI om erkend te worden als effectieve jeugdinterventie.

Geen enkele jongere mag er alleen voor staan als het (l)even niet lekker loopt.

- We **geloven** dat veilig kunnen praten over problemen helpt en dat het ervoor zorgt dat jongeren zich iets minder alleen of hopeloos voelen.
- We **vinden** dat elk verhaal, elk probleem, elke zorg, elke vraag belangrijk genoeg is om geuit en gehoord te worden.
- We **onderzoeken** doorlopend het peer-to-peer-concept, waarbij jongeren elkaar kunnen steunen.
- We **vinden** dat het gemakkelijker moet worden voor jongeren om hulp te vinden en te krijgen.
- We **geloven** dat eerder hulp bieden ervoor zorgt dat grotere problemen kunnen worden voorkomen.
- We **vinden** dat jongeren hulp verdienen die aansluit op hun behoeften.
- We **geloven** dat niet iedereen op een wachtlijst voor psychische hulp terecht hoeft te komen.

WERKWIJZE

Bij @ease werken jongeren en professionals op een gelijkwaardige manier samen. Getrainde vrijwilligers (overwegend leeftijdsgenoten) bieden in 2-tallen een luisterend oor. Professionals van lokale (zorg) organisaties (@ease stafleden) coachen de vrijwilligers ter plaatse of sluiten aan bij een gesprek. Er is per locatie altijd een achterwachtpsychiater telefonisch beschikbaar voor overleg en deze legt - indien nodig conform lokale afspraken - direct verbinding met de lokale crisisdienst.

Het peer-to-peerconcept van @ease maakt het sterk: jongeren begrijpen elkaar en vinden het fijn om met elkaar te praten over hun problemen. Er is erkenning en herkenning van uitdagingen waar jongeren voor staan ("Hé, ik ben niet de enige die...") en er is het perspectief van de ervaringsdeskundige vrijwilligers dat situaties of gevoelens kunnen verbeteren ("Dat heb ik vroeger ook ongeveer zo meegemaakt, ik weet wat je voelt, het gaat nu beter met me, etc.").