

EEN ZOMER ZONDER ZORGEN?

Voor de derde keer duikelt TEJO Brugge met een nieuwsflash je e-mailbox binnen. In dit zomernummer brengen we opnieuw wat nieuws en achtergrondinformatie over onze werking. Na twee coronajaren hopen we dat de druk op de psychische hulpverlening wat vermindert. Maar een zomer zonder zorgen wordt het wellicht niet. De psychische problemen bij jongeren kun je geen halt toeroepen als de zomer voor de deur staat. Stress, depressie, angsten, intens verdriet nemen geen vakantie. Dus blijft TEJO op post, ook tijdens de zomermaanden.

WARME WOORDEN BIJ EEN AFSCHEID



Op 10 februari bereikte ons het droevige nieuws van het overlijden van Manu Ceenaeme, de allereerste voorzitter van TEJO Brugge. Hij stond aan de wieg van onze organisatie. Zijn gedrevenheid en enthousiasme zorgden ervoor dat TEJO in 2016 uit de startblokken schoot.

De eerste vrijwilligers houden de beste herinneringen over aan deze warme, charmante mens. Op 19 maart was er vanuit TEJO Brugge een herdenkingsmoment voor Manu. Een bestuurder, een onthaalmedewerkster en een therapeute getuigden over wat Manu voor hen en voor TEJO betekende.

Lees de warme afscheidswaarden op pagina 7 en 8.

ZO WERKT TEJO BRUGGE

In elke aflevering van TEJO Novella belichten we één van onze zeven krachtlijnen. In Novella nr. 2 hadden we het over het professioneel werken binnen TEJO. Dit keer bespreken we het kenmerk 'laagdrempelig'. De vijf andere pijlers zijn: gratis – onmiddellijk – vertrouwelijk en anoniem – kortlopend – empoweren (jongeren terug in hun kracht zetten).

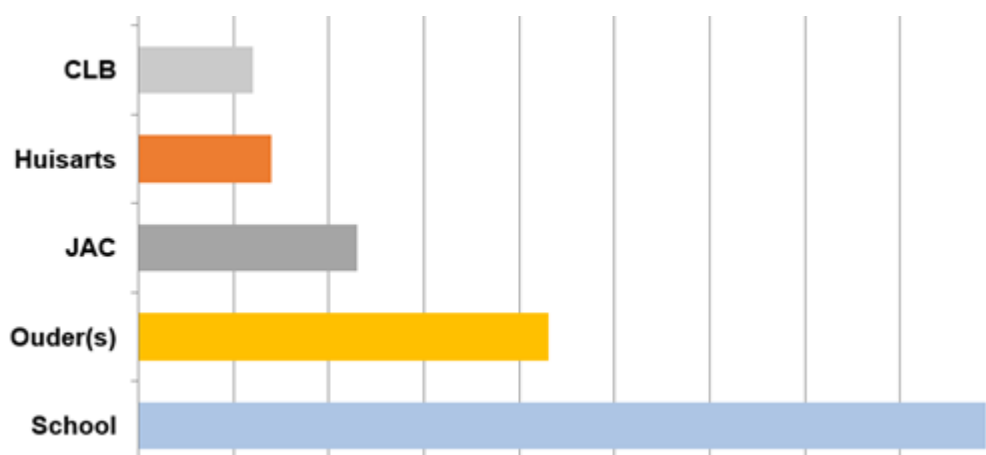
Laagdrempelig betekent voor TEJO dat je zonder barrières tot bij TEJO kunt geraken. Een telefoontje of mailtje met enkel de vraag om een afspraak te maken, zonder dat je daar direct veel uitleg of verantwoording moet voor geven, is voldoende. Of je kunt zelfs gewoon zonder afspraak tijdens de openingsuren binnenwippen in ons TEJO-huis.

Laagdrempelig houdt verder nog in dat je onmiddellijk je verhaal kunt doen. Dus geen diagnostische tests, geen vragenlijsten, geen intakedossier of vervelende vragen over je achtergrond of familie, maar onmiddellijk: 'waar kunnen we je mee helpen?', 'wat ligt er op je lever?', 'wat lukt er niet zo goed voor jou?'.

HUISARTSEN EN ANDERE DOORVERWIJZERS NAAR TEJO BRUGGE

Medicatie is niet dé oplossing voor jongeren die psychisch (even) in de knoop zitten. Dat weten huisartsen uiteraard. Hoopgevend is dat meer en meer huisartsen TEJO kennen en jongeren naar ons doorverwijzen.

De belangrijkste doorverwijzers zijn uiteraard de leerkrachten (24 %) en de ouders (12 %). Maar ook huisartsen, het JAC en het CLB spelen een belangrijke rol. Andere doorverwijzers zijn de bijzondere jeugdzorg, de politie, Awel en zoals te verwachten vrienden en vriendinnen.



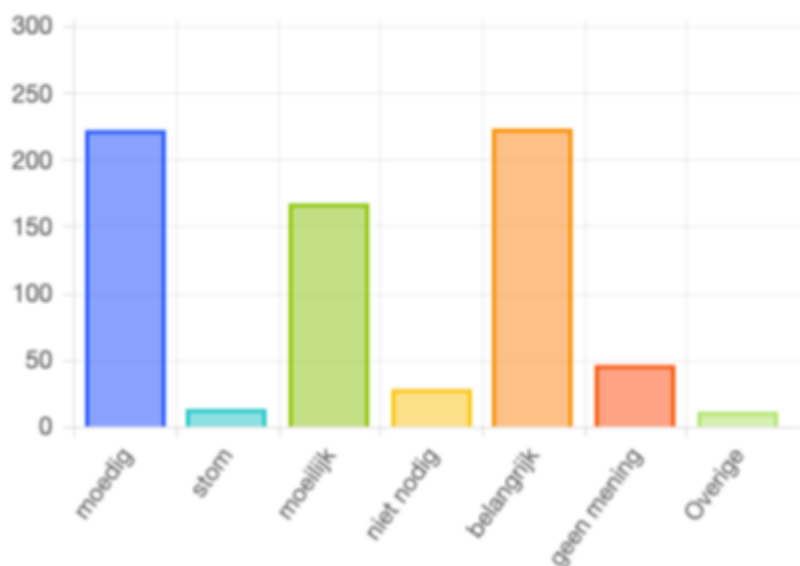
HOE DENKEN JONGEREN DAT HET ER BIJ DE PSYCHOLOOG AAN TOE GAAT?

In de voorbije maanden ging een medewerker van TEJO Brugge een aantal keren in klassen spreken over psychisch welzijn bij jongeren. De drempelvrees bij jongeren om naar de hulpverlening te gaan als je werkelijk in de knoop zit, was één van de gespreksthema's.

Uit die klasgesprekken blijkt dat er een aantal barrières zijn die jongeren ervan weerhouden om naar de psycholoog te stappen. Zo denken veel jongeren dat een psycholoog duur is (wat ook wel zo is als er geen terugbetaling is), ze vrezen dat ze heel veel op consultatie moeten gaan en dat het emotioneel zwaar is. Verder denken sommigen – onterecht – dat een depressie vanzelf overgaat of dat medicatie van de huisarts voldoende is.

Uit een nog lopend onderzoek van UGent blijkt nog een andere vaststelling. In onderstaande tabel lees je wat jongeren denken over psychologische hulp. Belangrijke vaststelling: hulp zoeken is volgens de jongeren belangrijk, maar vraagt vooral veel moed.

Hulp zoeken, wat vind jij daarvan?



TEJO OOK OPEN TIJDENS DE VAKANTIEWEKEN

Psychische problemen kun je geen halt toeroepen als de vakantie voor de deur staat. Daarom is TEJO Brugge ook bereikbaar tijdens de grote vakantie. Alleen op officiële feestdagen (11 juli, 21 juli, 15 augustus) zijn we gesloten.

Je kunt TEJO Brugge contacteren via e-mail (info.brugge@tejo.be), telefonisch (050 66 15 05 of 0468 35 34 74) of door gewoon aan te bellen (Stationslaan 14 – achterkant station) en dit tijdens onze openingsuren: maandag-dinsdag-donderdag 16.30u-18.30 u; woensdag 13 u – 16 u; zaterdag 10 u – 12 u.

FINANCIËLE STUEN VOOR TEJO BRUGGE

Bij TEJO Brugge kunnen jongeren GRATIS therapeutische hulp krijgen. TEJO is echter een vrijwilligersorganisatie die geen overheidssteun krijgt. We zijn dankbaar voor de scholen, serviceclubs en andere organisaties die via financiële acties onze werking ondersteunen. Jammer genoeg zorgde corona de voorbije twee jaren voor minder inkomsten vanuit die hoek. Vandaar dat we hopen op enkele privé-giften zodat we dit jaar ons financiële plaatje rond krijgen.

Wil je zelf onze werking ondersteunen? Giften vanaf 40 euro per jaar geven aanleiding tot een belastingvermindering van 45%. Gebruik hiervoor het rekeningnummer (via Koning Boudewijn Stichting): BE10 0000 0000 0404 – BIC BPOTBEB1 met gestructureerde mededeling ***018/0890/00742.

TEJO AANWEZIG OP VRIJWILLIGERSBEURS 11 JUNI

Ken je iemand die op zoek is naar vrijwilligerswerk? Of wil je zelf de handen uit de mouwen steken? Op de vrijwilligersbeurs van zaterdag 11 juni kun je kennismaken met 35 verschillende organisaties in het Brugse. TEJO is een van hen.

Op de TEJO-stand krijg je meer info over de vrijwilligers bij TEJO: onthaalmedewerkers, therapeuten en mensen die helpen in de praktische organisatie en het beleid van TEJO Brugge. Place to be: Wijkcentrum Xaverianen, Xaverianenstraat 30 Sint-Michiels (dichtbij hogeschool Vivés). Datum: zaterdag 11 juni van 13 u tot 17 u.

TEJO-MEDEWERKERS IN DE KIJKER

In de vorige TEJO Novella lieten we een ervaren therapeute aan het woord, één van onze anciens. Dit keer brengen we een nieuwkomer voor het voetlicht. Want TEJO is altijd gebaat met nieuw bloed in de organisatie. Haar naam is Myriam Taekens en we laten haar zelf aan het woord over haar engagement voor TEJO Brugge.

Lees het interview op pagina 6

ZORG VOOR MENTALE ZORG

TEJO Brugge is gelukkig niet de enige organisatie die ijvert voor het welbevinden van jongeren. In elke aflevering van TEJO Novelle brengen we enkele andere initiatieven onder je aandacht in de rubriek 'Zorg voor mentale zorg': ZoZo – aflevering 3.

BENJAMIN DALLE LANCEERT PLATFORM TEGEN PESTEN

Uit onderzoek blijkt volgens minister van Jeugd Benjamin Dalle dat één kind op de zes in Vlaanderen gepest wordt tijdens de jeugd. Eén kind op de dertig heeft er zelfs dagelijks mee te maken. Pestgedrag kan leiden tot traumatische gevolgen en de maatschappelijke kost loopt hoog op.

Minister Dalle lanceerde daarom een nieuw onlineplatform met initiatieven tegen (cyber)pesten. Op www.allesoverpesten.be worden initiatieven en tips gebundeld om leerkrachten, jeugdwerkers, ouders en andere mensen die omgaan met kinderen en jongeren beter te wapenen in de strijd tegen pesten.

STEUNPUNTEN VOOR STUDENTEN HOGER ONDERWIJS

Het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs engageert zich om het aspect jongerenwelzijn structureel uit te rollen. Op vraag van minister Weyts hebben ze www.moodspace.be ontwikkeld. Dit in nauwe samenwerking met academische experts. Ze bouwen dit uit met e-health, infotheek, etc. maar ook met krachtverhalen.

Lees meer hierover: <https://www.siho.be/nl/inspireer-studenten-met-jouw-verhaal>

WACHTLIJSTEN ... HOE LANG (NOG)?

Enkele maanden geleden was er op de VRT een Pano-reportage over toegenomen nood aan psychische hulpverlening voor jongeren. Voor de coronaperiode was er al een lange wachtlijst. Voor elke plaats die vrij kwam, stonden twee jongeren aan te schuiven. Zij die uit de boot vielen moesten zes tot negen maanden wachten voor ze bij een psycholoog, psychiater of Dienst Geestelijke Gezondheidszorg terecht konden. Uiteraard werden hun problemen er in die periode niet kleiner op.

Dat was voor corona. Ondertussen is de situatie alleen maar erger geworden. Tijdens corona zagen lage drempelinitiatieven zoals Awel, TEJO of Tele-onthaal de hulpvragen toenemen met 20 tot 40 %.

In het rapport 'Wachten op psychische hulp' lees je meer over het probleem van de wachtlijsten in de hulpverlening.

https://www.statengeneraalggz.be/wp-content/uploads/2021/01/Uitgebreid-rapport-wachttijden_Def2.pdf

We blijven ons standpunt herhalen: de mentale zorg in Vlaanderen wordt niet met zorg behandeld.

MEDEWERKERS IN DE KIJKER

In de vorige TEJO Novella lieten we een ervaren therapeute aan het woord, één van onze ancients. Dit keer brengen we een nieuwkomer voor het voetlicht. Want TEJO is altijd gebaat met nieuw bloed in de organisatie. Haar naam is Myriam Taekens en we laten haar zelf aan het woord over haar engagement voor TEJO Brugge.

TEJO NOVELLA: *Wat was jouw drive om je bij TEJO Brugge te engageren?*

MYRIAM: Toen ik met pensioen ging – zo'n twee jaar geleden - dacht ik definitief afscheid genomen te hebben van het werkveld. Ik was gedurende meer dan 34 jaar werkzaam in de Gemeenschapsinstelling De Zande te Beernem, een instelling voor meisjes tussen 12 en 18 jaar die geplaatst zijn door de jeugdrechter. Ik was er werkzaam als administratief medewerker, ooit gestart in het onthaal en wegens de corona begin 2020 geëindigd in het onthaal. De cirkel was rond. In die cirkel oefende ik door de jaren heen tal van administratieve taken uit in De Zande, gaande van boekhouding tot personeelsverantwoordelijke.

Ik ben altijd betrokken geweest met de tijdelijke bewoners van De Zande, je ziet veel, je hoort veel, je krijgt veel te lezen over "the girls". Af en toe was er ook contact. Via het onthaal komen de meisjes immers binnen en leer je hun context kennen. Een vriendelijk onthaal als eerste kennismaking met de Zande was voor mij heel belangrijk!

Toen ik de vacature als vrijwillig onthaalmedewerker bij Tejo te lezen kreeg, was de keuze voor mij snel gemaakt. De organisatie en de manier van werken spreken mij heel erg aan. Ik had immers gezien in de Zande welke ellenlange wachtlijsten er waren voor jongeren met psychische problemen, hoe de jongeren van hot naar her gestuurd werden, hoe het wachten was op een plaatsje in een instelling, bij een hulpverlening...

TEJO NOVELLA: *Hoe heb je TEJO Brugge leren kennen?*

MYRIAM: Dat er zoiets als Tejo bestond , een organisatie waar jongeren gratis hulp kunnen vragen, laagdrempelig, wist ik helemaal niet. Ik heb TEJO leren kennen door te surfen op de website van Stad Brugge onder de rubriek vrijwilligerswerk. Het initiatief stond me onmiddellijk aan en ik was dan ook meteen enthousiast om het onthaalteam te mogen vervoegen.

TEJO NOVELLA: *Wat spreekt je aan in je huidige functie als onthaalmedewerkster van TEJO?*

MYRIAM: Het ontvangen van de jongeren, het inplannen van de gesprekken, het telefonisch contact met jongeren, het beantwoorden van allerhande mails, zijn taken die ik mij als onthaalmedewerker goed eigen wil maken.

Een vriendelijk woordje, voor de jongeren, een gesprekje met de aanwezige therapeuten, een goede logistieke ondersteuning zijn voor mij als onthaalmedewerker belangrijk. Ik hoop dan ook mijn plekje in het team te vinden en verder te groeien in mijn taken.

Ik heb de eerste keren serieus gezweet, (en af en toe nog). Je moet slechts één keer om de veertien dagen het onthaal bemannen, zodat het moeilijk is om alle taken vlot te kunnen uitvoeren. Gelukkig heb ik al een paar keer mijn hulplijn kunnen invoeren , Randi, die coördinator is die mij telkens terug de goede weg opstuurt. Ook dat is voor mij als vrijwilliger belangrijk, dat ik goed ondersteund word. Ik ben in een warme organisatie terecht gekomen en hoop er toch een tijdje mijn steentje bij te dragen.

WARME WOORDEN BIJ EEN AFSCHIED

EERBETOON AAN DE EERSTE VOORZITTER VAN TEJO

Op 10 februari bereikte ons het droevige nieuws van het overlijden van Manu Ceenaeme, de allereerste voorzitter van TEJO Brugge. Hij stond aan de wieg van onze organisatie. Zijn gedrevenheid en enthousiasme zorgden ervoor dat TEJO in 2016 uit de startblokken schoot.

Op 19 maart was er vanuit TEJO Brugge een herdenkingsmoment voor Manu. De aanwezigen vertelden toen hoe ze de beste herinneringen bewaren aan deze warme en charmante mens. We laten een bestuurder, een onthaalmedewerkster en een therapeute hieronder vertellen wat Manu voor hen en voor TEJO betekende.



ANNEMIE VERLEYE (onthaalmedewerkster)

Manu was onze *grand frère*, onze grote broer. Hij was er steeds. Hij was er voor ons. Manu stond niet boven maar tussen ons, wars van autoritair leiderschap. Hij onderzocht alles, wikte en woog steeds elke stap. Hij had respect voor iedereen. Hij luisterde echt en onze mening deed ertoe. Die mening nam hij mee op in zijn goed doordachte beslissingen. Die beslissingen voelden goed aan, wellicht omdat we ons beluisterd en gerespecteerd hadden gevoeld.

Manu had een open geest. Er bestonden geen taboes. Elke stap die hij zette bij het pionieren van deze organisatie, deelde hij met ons, waardoor wij zijn enthousiasme voor TEJO Brugge mee overnamen. En wij draaiden op zijn energie en zijn bron van warmte, dé motor van TEJO.

Manu was een grote en warme persoonlijkheid. We konden altijd op hem rekenen, zoals we dit op een grote broer doen.

GERDA COLMAN (therapeute)

Manu was onze stichter en voorzitter. Ik ontmoette hem voor het eerst in een wachtzaaltje, waar ik aanschoof voor een sollicitatiegesprek bij de start van TEJO Brugge. Hij zat toen niet in de jury. Ik wist niet wie hij was, ik dacht, denk ik, dat hij ook kwam solliciteren. Dat is hem blijven typeren: hij was de stichter en voorzitter maar hij bleef steeds zeer bescheiden op de achtergrond, zeg maar. Machogedrag zat niet in zijn repertorium.

Ook in wat hij deed, toonde hij zich zo. Hij deed ronduit alles, van het meest onbenullige tot het meest belangrijke. En hij deed het allemaal met dezelfde, minzame glimlach. Niets was hem teveel. Zelf had ik bijvoorbeeld veel bewondering voor hem de keren dat hij naar allerlei plaatsen trok om daar met een TEJO-kraampje TEJO 'in the picture' te brengen. .

Manu was er eigenlijk altijd en overal. Ook op de dagen dat TEJO open was. Hij had zijn vaste stoel op een hoek aan de tafel van het personeel, zonder dat hij die echt opeiste. Daar was hij steeds in stilte aan het werk op zijn computer. Maar geen probleem als we hem aanspraken, je kon altijd op hem rekenen. Hij was de man van weinig woorden, geen babbelaar.

Het engagement van Manu was totaal en zonder bravoure. Naar ons toe straalde hij gewoonweg rust uit en dat maakte dat wij als therapeut meteen aan de slag konden bij de start nu zes jaar geleden. De selectie van de therapeuten was gebeurd aan de hand van een aantal parameters en nadien kregen wij alle krediet, alle vertrouwen. Op mij maakte dat een dankbare indruk. Toen ik hem daar bij zijn afscheid – toen hij naar Mechelen verhuisde - in onze lokalen in een korte toespraak over aansprak, reageerde hij met te zeggen dat hij zo rustig kon zijn juist door onze rustige uitoefening van ons vak. Als dat geen verbindende communicatie is! Dankjewel daarvoor, Manu.



PAUL LAMBRECHT (bestuurder)

Ikzelf ken Manu al 25 jaar, in Rotaryverband, daar hebben we goed samengewerkt , jarenlang in de commissie dienst aan de gemeenschap (DAG), waarvan hij en ik alternerend voorzitter waren. Daar heb ik zijn kennis , zijn interesse, zijn doorzicht in de noden die er in onze streek zijn, ervaren. Daar heb ik gezien hoezeer hij het Brugse sociaal netwerk door en door kende, hij kende echt iedereen en velen kenden hem.

Hij was een idealist, want om een TEJOhuis vanuit het niets op te richten moet je dat een beetje zijn, hij streefde naar een idealer wereld, waarin met de mentale gezondheid van jongeren beter zou worden omgaan.

Hij was naast idealist evenveel realist. Afkomstig uit een nuchter denkende familie in Poelkapelle was hij een man die je nooit zag zweven, hij bleef steeds met de voeten op de grond. Perfect was hij niet, maar nederig genoeg om wat beter kon, bij te willen sturen. Vele keren heb ik , en waarschijnlijk ook vele anderen onder u, met Manu van gedachten gewisseld, vaak gebeld , vaak gepingpongd per mail over verschillende

onderwerpen. Altijd was zijn blik een beetje ruimer en dieper dan de mijne, zijn kennis in het veld degelijker en zijn inzicht groter.

En Manu zelf? Wel, die beleefde met zekerheid mooie dagen in *zijn* TEJO in Brugge. Op vele gebieden laat hij ons een beetje verweesd achter.