



TEJO Novella

Nieuwsbrief TEJO Brugge
nr. 7 - januari 2024

EEN NIEUWE VOORDEUR VOOR TEJO



Neem dit bericht letterlijk, want voor een figuurlijke nieuwe voordeur voor TEJO Brugge is het nog iets te vroeg (10 jaar TEJO vieren we pas in 2016). Maar eind 2014 sta je bij TEJO Brugge letterlijk voor een nieuwe voordeur, met andere woorden: we verhuizen. We laten je nog even in spanning over ons nieuwe adres (tenzij je de voordeur op de foto herkent).

Ondertussen gaan we onverminderd verder met onze kernopdracht: psychologische hulpverlening aan jongeren die het (eventjes) moeilijk hebben. In 2023 openen we voor liefst 160 jongeren onze voordeur. Je leest meer over onze werking in deze 7^{de} aflevering van TEJO Novella.

TEJO QUIZ 8 MAART



**Gezellige quiz
opbrengst t.v.v.
het nieuwe TEJO-huis**

Vrijdag 8 maart 2024
19u30 (aanmelden) | 19u45 (start quiz)
Sint-Lodewijkscollege,
Magdalenastraat 30 in Brugge

Quizmasters
Nico Blonrock en Olivier De Rudder

Al wie sympathie heeft voor TEJO Brugge nodigen we uit om deel te nemen aan deze quiz. We houden het gezellig, maar vuren niettemin onze spitse vragen af op de deelnemers.

De quiz gaat door in het Sint-Lodewijkscollege, Magdalenastraat 30 Brugge (Sint-Andries) op 8 maart (aanmelden 19u30; start quiz 19u45). Inschrijven van je team (max. 4 leden) kun je via de weblink tejo.be/tejoquiz en na betaling van 40 euro op rekeningnummer BE60 7370 4420 5670.

JAARVERSLAG 2023

In ons jaarverslag 2023 doen we onze werking van het voorbije jaar uit de doeken. Organisaties die ons jaarverslag (10 pagina's) willen ontvangen, kunnen een aanvraag hiervoor indienen via info.brugge@tejo.be. In een van de rubrieken vergelijken we 2023 met het jaar ervoor.

Vergelijking 2022-2023: wat is gelijklopend / wat verschillend?

Verschillen met 2022

- Lichte stijging van aantal jongens; vooral bij de 15-jarigen
- Lichte daling van het aantal meisjes; vooral bij de 16 en 17-jarigen
- Meer verwijzingen door scholen: 33 i.p.v. 26
- Lichting stijgingen van verwijzingen door huisartsen: 10 i.p.v. 8

Gelijkenissen met 2022

- Gemiddeld een 3-tal gesprekken
- Studierichtingen SO (ASO, TSO, BSO) zijn sterkst vertegenwoordigd
- Verscheidenheid van hulpvragen blijft; iets meer vragen vanuit de thuis-context en problemen op school
- Overwegend jongeren uit regio Brugge
- Familie en scholen blijven de belangrijkste doorverwijzers.

NIEUWE VOORZITTER VOOR TEJO BRUGGE



Sinds eind 2023 is Paul Lambrecht de nieuwe voorzitter van TEJO Brugge. Hij treedt in de voetsporen van Manu Ceenaeme (voorzitter van 2016 tot najaar 2018) en Paul Lievens (van 2018 tot midden 2023).

De nieuwe voorzitter is geen onbekende in TEJO. Paul Lambrecht was in 2015 een van onze 'founding fathers' (samen met Manu Ceenaeme, Pierre Gantois, Lidwine Vander Heyde, Nico Blontrock, Joachim Vanspeybrouck).

Paul Lambrecht reageert alvast enthousiast op deze nieuwe uitdaging: *"Het is voor mij een eer en genoeg het vertrouwen te krijgen om te helpen de langetermijnvisie van TEJO in Brugge te bepalen, onze*

therapeutische maar ook financiële zelfstandigheid te bewaken en de relatie met TEJO-Vlaanderen te verstevigen."

ZO WERKT TEJO

De werking van TEJO Brugge is gebaseerd op zeven krachtlijnen: 1. Professioneel 2. Laagdrempelig 3. Gratis 4. Vertrouwelijk en anoniem 5. Empowerend. 6. Quasi onmiddellijk 7. Kortlopend

In elke aflevering van TEJO Novella belichten we een krachtlijn. In deze Novella zijn we toe aan onze 6^{de} pijler: QUASI-ONMIDDELLIJKE HULP.



Lange wachtlijsten zijn nefast voor de hulpverlening. Als je maandenlang moet wachten op een eerste gesprek met de psycholoog worden je problemen alleen maar erger en bovendien kan jouw problematiek zich uitbreiden tot andere levensdomeinen: spanningen thuis, slechte schoolresultaten, verlies van zelfvertrouwen, ... Uit onderzoek blijkt ook dat jongeren die te lang

moeten wachten, alternatieve hulp zoeken die soms minder effectief is (bv. info op internet, adviezen van leeftijdsgenoten, ...).

Bij TEJO zijn er geen wachtlijsten. Je wordt quasi-onmiddellijk geholpen. Je kunt zelfs zonder afspraak binnenspringen in ons TEJO-huis. Als het dan toch zo is dat er niet onmiddellijk een therapeut beschikbaar is, dan proberen we je toch snel te helpen en meestal lukt dat binnen de veertien dagen.

TEJO-PROJECT VAN DE WARMSTE WEEK



TEJO is op zoek naar enkele creatieve jongeren. Zij krijgen de kans om mee te denken over de inrichting van ons nieuwe TEJO-huis. Hoe kunnen we onze onthaalruimte zo inrichten dat het laagdrempelig en warm karakter van TEJO onmiddellijk voelbaar is? Hoe zorgen we ervoor dat jongeren er zich vlug thuis voelen? Met welke sensibiliserende en hoopgevende boodschap kunnen we onze muren aankleden? Binnenkort richten we ons naar jongerenorganisaties en individuele jongeren die daarover willen meedenken. Wie interesse heeft, mag een mailtje sturen naar info.brugge@tejo.be

VIND EEN PSYCHOLOOG

TEJO is uiteraard niet de enige instantie die laagdrempelige therapeutische hulp voor jongeren aanbiedt. En gelukkig staan we er niet alleen voor om het probleem van de lange wachtlijsten op te lossen. In onze vorige nieuwsbrief verwezen we naar een website voor wie op zoek is naar een zelfstandige psycholoog. We geven nu een nieuwe website met geconventioneerde psychologen. Belangrijk om weten is dat enkel deze zelfstandige psychologen werken aan terugbetalingstarief en dat je zelf in orde moet zijn met het ziekenfonds. Meer info via de weblink www.elpen.be

Toch past hierbij een kanttekening. Niettegenstaande het positieve effect van de nieuwe maatregel tot terugbetaling, blijven nog heel wat jongeren in de kou staan. Zie hierover meer in onze rubriek 'Zorg voor mentale zorg' (helemaal onderaan deze nieuwsbrief).

ZORG VOOR MENTALE ZORG

TEJO Brugge is gelukkig niet de enige organisatie die ijvert voor het welbevinden van jongeren. In elke aflevering van TEJO Novella brengen we enkele andere initiatieven onder je aandacht in de rubriek 'Zorg voor mentale zorg': ZoZo – aflevering 7.

JEUGDLEIDERS ALS AANSPREEKPUNT

Leiders in jeugdbewegingen zijn steeds vaker een eerste aanspreekpunt voor kinderen en jongeren die het moeilijk hebben. Het was een nieuwsitem op 20 oktober, op de Dag van de Jeugdbeweging. Lees het nieuwsbericht dat VRT daarover verspreidde via deze [link](#). Via ons

Warmste Weekproject “Binnen zonder bellen” wil TEJO de banden met de jeugdbewegingen verstevigen.

BIJNA HELFT VAN JONGEREN KRIJGEN NIET DE PSYCHOLGISCHE HULP DIE ZE NODIG HEBBEN

We blijven vanuit TEJO steeds maar op dezelfde nagel kloppen: jongeren die het nodig hebben geraken in 40 % van de gevallen niet tot bij de psycholoog. De lange wachtlijsten zijn een belangrijke, maar niet de enige noodzaak. Er heerst nog steeds een taboe om psychologische hulp te zoeken. Terugbetaling en zelfs gratis naar de psycholoog lost dit probleem niet op. Er is dus nood aan sensibilisering: wanneer is een probleem ernstig genoeg om hulp te zoek? Lees hierover het bericht van de krant De Standaard via [deze link](#).

HUISARTSEN SENSIBILISEREN

Volgens minister Vandenbroucke schrijven huisartsen veel te vlug antidepressiva voor aan jongeren. Hij wil alvast de huisartsen sensibiliseren met de campagne “Psychofarmaca: welke risico’s?”. Meer info via [deze link](#).