

Uitrol actieplan mentaal welzijn

1. Situering

Het coronavirus heeft niet alleen gevolgen voor de fysieke gezondheid, maar heeft ook een grote impact op het mentaal welzijn van de bevolking. De Vlaamse Regering keurt daarom het actieplan mentaal welzijn 'Zorgen voor morgen' goed. Met dit plan wil ze een sterk signaal geven aan de bevolking dat ze de psychosociale gevolgen van de coronamaatregelen ernstig neemt en adequate oplossingen wil implementeren. De maatregelen uit het plan willen niet alleen de brede bevolking maar ook specifieke doelgroepen zoals zorgverleners, kinderen, jongeren, gezinnen, mensen met een psychische of sociaal-maatschappelijke kwetsbaarheid, mensen die ernstig ziek zijn geweest door covid-19 en hun naasten, en de naasten van overleden patiënten ondersteunen en versterken.

Zie <http://www.vlaanderen.be/nl/vlaamse-regering/beslissingenvlaamse-regering>

Voor de CAW's is 3,3 miljoen euro voorzien dat betekent concreet 46,47 VTE. (70.999,58euro/VTE) Hieronder geven wij op vraag van de overheid een voorzet over hoe we deze middelen gaan inzetten en welke output we hiervoor gaan leveren.

Concreet dienen we te bekijken hoe we deze middelen inzetten er van uitgaande dat deze eerst werden ingeleverd (besparingsronde) en we dus niet meer middelen hebben ten opzichte van het jaar 2019. Gezien de nieuwe context van een coronacrisis en de noden inzake psychosociaal welzijn die dit meebrengt, zullen we onze focus dus moeten verleggen.

Het uitgangspunt blijft wel dat deze focus past binnen onze decretale opdracht en de 25 sectorale doelstellingen cfr het BVR van 23 juni 2013.

Hieronder worden een aantal doelstellingen geconcretiseerd naar de corona-context en de post-coronatijsituatie. We focussen hierbij op onze vier prioritaire kernthema's die we als sector naar voor schuiven en waar we onze expertise en onze aanpak valoriseren.

Ook de noden en signalen die zowel vanuit wetenschappelijke hoek als vanuit de concrete praktijk ons bereiken in het kader van psychosociale ondersteuning tijdens en na coronatijden, zijn mee bepalend. We zijn er van overtuigd dat de CAW's vanuit hun decretale opdrachten en de aanwezige expertise op deze noden kunnen inspelen.

2. Concretisering actieplan mentaal welzijn vanuit CAW

De thema's waar we willen op inzetten:

- Slachtofferhulp: doelstelling 8 en 13: proactief aanbod aan nabestaanden
- Relaties en intrafamiliaal geweld: doelstelling 15 en 19
- Psychosociale begeleiding: doelstelling 18
- Jongvolwassenen: doelstelling 8 en 12

De verdere explicitering per thema en concretisering van het aanbod: in deze corona en post-coronatijden lees je hieronder.

Afhankelijk van de regionale en lokale noden en op basis van een omgevingsanalyse en rekening houdend met de beschikbare middelen wordt onderstaand aanbod ingezet en dit in afstemming met de partners in de ELZ.

2.1. Proactief aanbod aan nabestaanden van overleden bewoners en overledenen (cfr. nazorg ikv verlieservaring sectorale doelstelling 8 en 13)

Waarom doen we wat we doen?	Het verlies van een dierbare is een ingrijpende gebeurtenis. In tijden van corona wordt dit op scherp gesteld. We zetten specifiek voor nabestaanden van bewoners van residentiële voorzieningen in op een proactief psychosociaal hulpaanbod. Naasten van mensen die overleden (in een residentiële Voorziening) moeten vandaag op een heel andere manier afscheid nemen van hun geliefde en kunnen daardoor te maken krijgen met heel wat emoties en een moeilijke verwerking. Dit is een extra ondersteuningsaanbod naast het aanbod vanuit de voorzieningen (ook ziekenhuizen) zelf. Met dit aanbod willen we proactief tegemoet komen aan de hulp- of ondersteuningsvragen die nabestaanden – soms onmiddellijk en soms pas op een later tijdstip – hebben. We kunnen er namelijk niet zomaar van uit gaan dat wie nood heeft aan een gesprek en ondersteuning, zelf op zoek gaat naar de gepaste hulp.
Voor wie? Welke doelgroep?	- Families van overleden bewoners (via voorzieningen) - Familie en nabestaanden van overledenen (via begrafenisondernemers) - Familie en nabestaanden bij collectieve rouwmomenten (lokale initiatieven)
Wat doen met welk effect? Welke modules? Onthaal en begeleiding slachtofferschap	Via voorzieningen en begrafenisondernemers, collectieve rouwmomenten wordt dit aanbod aan de familie en nabestaanden bekend gemaakt. Indien nabestaanden dat wensen worden zij proactief gecontacteerd door een hulpverlener van het CAW voor een verder gesprek over hoe om te gaan met het verlies en indien zij het wensen ondersteunen we hen verder. Het effect is dat mensen zich door de samenleving toch weten ondersteund en erkend omdat zij in moeilijke omstandigheden moeten afscheid nemen van een dierbare. Zij worden geïnformeerd dat ze ook altijd later nog indien ze het nodig hebben bij het CAW terecht kunnen. Het is een doelgerichte info en preventieve actie naar een doelgroep die de komende maanden en het komende jaar het wel eens moeilijk zou kunnen hebben in het kader van rouwverwerking. De psychosociale ondersteuning bestaat er in om de cliënt te stimuleren

	dat hijzelf ruimte geeft aan het verlies en dit integreert in het terug opnemen van de dagdagelijkse rollen. Er wordt ook voor gezorgd dat de directe omgeving of een zelfhulpgroep kan fungeren als steunfiguren.
Wie?	De onthaalmedewerker/slachtofferhulp/hulpverleners getraind in hoe omgaan met verlies en rouwverwerking.
Engagementsverbintenis?	Indien mensen vragen voor een proactief contact (via de nazorgcoördinator) worden deze zo snel mogelijk gecontacteerd. Aantal trajecten (= onthaal en begeleidingen) : 45/VTE
Resultaatsverbintenis?	- Aanbod bekendmaken bij voorzieningen en begrafenisondernemers - Op vraag: aanwezigheid bij lokale/regionale/nationale rouwmomenten Output wordt driemaandelijks bezorgd: - Aantal proactieve contactnames - Aantal begeleidingen

2.2. Psychosociale begeleiding aan mensen met persoonlijke en psychische problemen (cfr. sectordoelelstelling 18)

Waarom doen we wat we doen?	De Corona-maatregelen leggen heel wat druk op ieder van ons en dit zeker op mensen die het al moeilijk hebben, geen sterk sociaal netwerk hebben, sowieso al met persoonlijke en psychische problemen te kampen hebben. Werkomstandigheden zijn veranderd en men werkt vaker van thuis uit, of men is niet meer aan het werk of heeft een deel van zijn inkomsten verloren sinds de quarantainemaatregelen. Dit brengt meer kans teweeg op een lager psychisch welbevinden en een risico op het ondervinden van psychologisch onbehagen. Mensen met een psychische kwetsbaarheid zijn bijzonder vatbaar voor gevoelens van angst of woede. We willen extra aandacht besteden aan alleenstaanden die geen huisgenoten hebben. Een zekere vorm van isolatie en het niet direct durven heropnemen van fysieke contacten kan de eenzaamheid nog versterken. Mensen stellen zich vragen bij hun emotionele reacties en over hoe omgaan met de gezondheidsrichtlijnen en veiligheidsmaatregelen die in functie van de exit-strategie steeds wijzigen. Mensen hebben angst om besmet te worden en anderen te besmetten. Onzekerheid en onvoorspelbaarheid en de exit-quarantaine maatregelen maken dat mensen de regie over hun leven minder in eigen handen kunnen nemen en afhankelijk zijn van wat anderen beslissen. Het onduidelijk zijn van de beslissingen in het kader van de exit-strategie en het niet
-----------------------------	---

	altijd toepassen van deze maatregelen door mensen in je directe omgeving kan de angst en de stress nog doen toenemen. We ondersteunen deze mensen in het (opnieuw) zoeken naar verbinding met zichzelf, met hun directe omgeving en met de samenleving zodat zij op een voor hen draaglijke manier kunnen omgaan met de corona-context.
Voor wie? Welke doelgroep?	- Medewerkers in de welzijns- en gezondheidszorg en de thuiszorg die niet direct wensen of terecht kunnen binnen hun eigen werkcontext voor hulp en ondersteuning. - Groepen en collectiviteiten die na een lockdown opnieuw hun activiteiten hernemen en waar de angst voor besmetting en het aanvaarden van het nieuwe normale tot spanningen leidt. - Maatschappelijk kwetsbare burgers met persoonlijke en psychische problemen
Wat doen met welk effect? Welke modules? - Onthaal en Begeleiding persoonlijke problemen	De psychosociale hulpverlening die we inzetten zien we als een kortdurende integrale hulpverlening vanuit een generalistische kijk die vertrekt vanuit kracht-, oplossings- en netwerkgericht werken. Deze wordt gratis aangeboden en voor een breed scala van problematieken waarbij we advies geven en indien nodig een aantal hulpverlenende gesprekken. We begeleiden, ondersteunen cliënten in een vroeg stadium zodanig dat ze op korte termijn hun psychische/ persoonlijke problemen kunnen hanteren en hun rollen in het persoonlijk, relationeel en maatschappelijk leven terug kunnen opnemen. Ons uitgangspunt is dat de balans tussen draaglast en draagkracht zoek is en deze balans moet hersteld worden. Meer specifiek voor de coronaperiode geven we een herkenning aan hun angsten, stress, eenzaamheid en persoonlijke problemen, met hen bekijken we vanwaar deze angsten en persoonlijke problemen komen, analyseren hoe de cliënt met deze situatie omgaat, welke de triggers zijn en hoe zij zelf denken daarmee te kunnen omgaan in het dagelijks leven. We ondersteunen hen in het zoeken van oplossingen en wijzen hen op hun eigen veerkracht en mogelijkheden. We ondersteunen deze mensen in het (opnieuw) zoeken naar verbinding met zichzelf, met hun directe omgeving en met de samenleving zodat zij op een voor hen draaglijke manier kunnen omgaan met de (corona)-context en kunnen dagelijks functioneren. (begeleide zelfhulp en/of psycho-educatie) De balans tussen draaglast en draagkracht is meer in evenwicht en de cliënt heeft zijn eigen mogelijkheden en veerkracht (her)ontdekt, hun directe sociale netwerk werd gemobiliseerd of uitgebreid. Steunfiguren worden aangereikt. Indien intensievere en langdurige begeleiding

	nodig omwille van aanwezige pathologie, psychische of psychiatrische stoornissen wordt doorverwezen naar de intensievere ggz. Voor groepen organiseren we groepssamenkomsten waarbij we algemene info geven over stressreacties en angstreacties en over de normale reacties die we allen hebben in deze coronatijden en wat de lockdown met ons doet en gedaan heeft. De bedoeling hiervan is een groepservaring te creëren (coping van gevoelens) waarbij mensen gestimuleerd worden over hun angsten en gevoelens te praten en hierdoor er toe aangezet worden om elkaar te ondersteunen. Gelijktijdig wordt het individuele begeleidingsaanbod bekend gemaakt zodat wanneer men vaststelt dat een collega of schoolvriend nood heeft aan bijkomende hulp en ondersteuning zij daartoe gestimuleerd worden om die hulp te gaan zoeken, de weg er naartoe gekend is en de hulp nabij is.
Wie?	De onthaalmedewerker/diensten psychosociale hulpverlening
Engagementsverbintenis?	- Aantal trajecten (= onthaal en begeleidingen) : 70/VTE.
Resultaatsverbintenis?	- Aanbod bekendmaken via geëigende kanalen (eigen campagne) en via website de zorgsamen - Aanbod zo laagdrempelig mogelijk aanbieden via de zorgraden zodat andere eerstelijns hulpverleners kunnen toeleiden - voor sommige doelgroepen uit kwetsbare buurten een proactief aanbod uitwerken: plan van aanpak ism GBO-partners. - Groepssamenkomsten organiseren voor scholen en voorzieningen Output wordt driemaandelijks bezorgd: - Aantal begeleidingen - Aantal groepsbijeenkomsten

2.3. Begeleiding aan personen met relationele problemen of in een scheidingssituatie, om de bedreigingen ten gevolge van relatieproblemen of scheiding en opvoedingsproblemen te beperken, de welzijnskansen van het gezin en/of alle betrokkenen te maximaliseren en een betekenisvolle en betrouwbare relatie tussen ouder en kind te creëren (cfr. sectordoelelstelling 19)

Waarom doen we wat we doen?	De Corona-maatregelen leggen heel wat druk op onze Vlaamse gezinnen. De lockdownmaatregelen en het aangewezen zijn op de directe familiekring en je partner maakt dat sluimerende spanningen makkelijker getriggerd werden. Experts geven aan dat het risico op escalatie binnen het gezin groot is, in het bijzonder in gezinnen waar kinderen en jongeren al in een moeilijke thuissituatie verbleven.
-----------------------------	--

	Mensen met een sociaal-maatschappelijke kwetsbaarheid hebben moeilijker toegang tot correcte informatie en hebben een verhoogde kans op eenzaamheid en isolement. Bovendien worden bestaande problemen bij inkomen, huisvesting, tewerkstelling, gezinsleven ... versterkt tijdens deze coronaperiode. Tegelijk zagen ze vaak de weinige bestaande ontmoetingskansen of –plaatsen verdwijnen omwille van de quarantainemaatregelen en hebben ze het veelal moeilijk om terug de stap daar naartoe te zetten.
Voor wie? Welke doelgroep?	- Kinderen en jongeren geconfronteerd met relatieproblemen in hun gezin en met echtscheidingen - Iedereen die spanningen in de relatie voelt en zonder hulp of ondersteuning er niet uit geraakt.
Wat doen met welk effect? Welke modules worden ingezet? - begeleiding relatie- en gezinsproblemen	Het verbeteren, hanteren van de relatie of constructief beëindigen van de relatie, het verbeteren van het functioneren van het gezin. Bevorderen van een goede communicatie in de relatie/ gezin. Met de partner(s) inzicht verwerven in de patronen die de actuele (gezins)relatie beïnvloeden. Ondersteuning bieden bij gebeurtenissen die de (gezins) relatie (dreigen te) verstoren. Bespreekbaar maken van de seksuele relatie. Partner(s) begeleiden of bemiddelen bij het beslissingsproces over het al dan niet voortzetten van de relatie. Bemiddelen in conflicten tussen ouder(s) en kinderen. Partner(s)/ gezinnen helpen een gezonde verhouding te vinden met hun sociale omgeving en met de verwachtingen vanuit verschillende sociale rollen. Gedragingen, meningen en gevoelens leren reguleren. Contextgericht werken naar alle gezinsleden (inclusief kinderen). Exploreren, ondersteunen en activeren van de cliënt in het verwerven van basisrechten en deze ook effectief realiseren.
Wie?	De onthaalmedewerker/ medewerkers die relatiebegeleidingen geven
Engagementsverbintenis?	- Aantal trajecten (= onthaal en begeleidingen) : 70/VTE.
Resultaatsverbintenis?	Output wordt driemaandelijks bezorgd: - Aantal begeleidingen

2.4. Psychosociale begeleiding aan slachtoffers en plegers van intrafamiliaal geweld en misbruik om de geweldspiraal te doorbreken zodat geweld stopt en in de toekomst wordt voorkomen; (cfr. sectorale doelstelling 15)

Waarom doen we wat we doen?	De coronamaatregelen zetten gezinnen nog meer onder druk waardoor stoppen kunnen doorslaan en geweld (fysiek, psychisch of economisch) meer voorkomt of sneller escaleert.
Voor wie? Welke doelgroep?	- Mensen die aangeven betrokken te zijn bij familiaal geweld.
Wat doen met welk effect? Welke modules? - Begeleiding IFG ambulant - Begeleiding IFG residentieel	Het stopzetten van het intrafamiliaal geweld binnen een conflictueuze (gezins)context. De geboden hulp wordt gecombineerd met aanklappende nazorg. Veiligheid installeren/ stoppen van het geweld. Werken rond het relationeel conflict, interactionele patronen. Ondersteunen van de emotionele verwerking. Inzicht in de geweldspiraal (bewustwording van de dynamiek in geweld). Basisinzicht in risicofactoren, mechanismen en gevolgen van gewelddadig gedrag. Verwerken van geweld met specifieke aandacht voor de kinderen (effect van geweld op de kinderen). Herstel van het individu/ gezin. Indien veiligheid in eigen context niet gegarandeerd: het aanbieden van tijdelijke opvang in een gestructureerde omgeving (huisreglement, structuur aanbieden, duidelijke afspraken,...) Hercontactname met de partner en traject met de gewelddadige partner. Exploreren, ondersteunen en activeren van de cliënt(systeem) in het verwerven van basisrechten en deze ook effectief realiseren.
Wie?	De onthaalmedewerker/medewerkers in de teams IFG en ketenaanpak
Engagementsverbintenis?	Bekendmaking van hulpverleningsaanbod ikv familiaal geweld en actieve partner in de ketenaanpak IFG. - Aantal trajecten (= onthaal en begeleidingen) : 45/VTE.
Resultaatsverbintenis?	Output wordt driemaandelijks bezorgd: - Aantal begeleidingen

3.5. een laagdrempelig onthaal en een rechtstreeks toegankelijk jeugdhulpaanbod, voor minderjarigen van 12 tot 17 jaar, voor jongvolwassenen van 18 tot 25 jaar, op maat van de gebruiker zodat de escalatie van problemen wordt voorkomen. (sectordoelstelling 8 en 12)

Waarom doen we wat we doen?	Dat deze coronacrisis ook jongeren en jongvolwassenen raakt en hen in moeilijkheden brengt, wordt door velen erkend. Een grootschalig onderzoek van Uit De Marge vzw bij bijna 2.500 kinderen en jongeren in kwetsbare situaties in Vlaanderen en Brussel brengt verontrustende cijfers. Vier op vijf kinderen en jongeren in maatschappelijk kwetsbare situaties heeft problemen met pre-teaching en huiswerk. Drie op vier heeft te weinig ruimte thuis. Meer dan de helft durft het huis niet uit, uit angst om het coronavirus op te lopen of uit angst een boete van 250 euro te krijgen. Meer dan de helft van de kinderen en jongeren voelt zich niet goed in zijn vel. Jongeren geven zelf verontrustende signalen, bijvoorbeeld over de moeilijke combinatie tussen studeren thuis helemaal alleen of in de drukte met broers en zussen, het verstikkend tekort aan sociale contacten, een grotere emotionele belasting omwille van oa onvoldoende financiële middelen en vele zorgen over de toekomst. Er gaapt ook een kloof tussen kinderen uit een middenklasse gezin met een grote tuin, voldoende slaapkamers en ontspanningsmogelijkheden, en kinderen die het met een klein appartementje zonder tuin in het midden van de stad moeten doen. Ook het gebrek aan computers en internet is een probleem. Heel veel kinderen en jongeren hebben helemaal niemand in de buurt bij wie ze terecht kunnen voor hulp bij huiswerk, problemen of onzekerheid en angst. De Corona-maatregelen isoleren jongeren nog meer en voor een aantal onder hen neemt de onveiligheid toe gewoonweg omdat er geen veilige thuis is. Denken we bijvoorbeeld ook aan de sofasurfers die bij kennissen of vrienden zoeken naar een plek om te slapen en te verblijven. Zij hebben het in deze coronatijden nog moeilijker.
Voor wie? Welke doelgroep?	- Jongeren van 12 tot 17 jaar - Jongvolwassenen (oa sofasurfers,)
Wat doen met welk effect? Welke modules zetten we in? - Alle bovenstaande modules specifiek voor jongeren	Ervaren hulpverleners luisteren naar de jongeren en geven erkenning aan hun gevoelens, gedachten en bezorgdheden. Samen met de jongeren bekijken we wat hen kan helpen en hoe ze best met hun gevoelens, onzekerheden en angsten kunnen omgaan. We zoeken naar steunfiguren die ze kunnen vertrouwen en waar ze terecht kunnen en we bieden eventueel een e-buddy aan. We exploreren, ondersteunen en activeren de jongeren/jongvolwassene in het verwerven van zijn basisrechten en zorgen er voor dat deze ook effectief worden gerealiseerd. Afhankelijk van de problematiek zetten we een begeleidingstraject uit

	en gaan we samen op weg om een aantal levensdoelen te realiseren en ondersteunen we de jongere/jongvolwassene daarbij.
Wie?	De JAC-medewerkers
Engagementsverbintenis?	- Aantal trajecten (= onthaal en begeleidingen) : 60/VTE.
Resultaatsverbintenis?	Een proactief aanbod naar kwetsbare jongeren: plan van aanpak Een grotere bekendmaking van het jongerenaanbod van de CAW's (JAC-campagne) Output wordt driemaandelijks bezorgd: -- Aantal begeleidingen