

Jaarverantwoording 2024 (tussentijdse rapportage)

Love Your Mind



Subsidiekenmerk: 23.02.00151

Datum: 3 januari 2025



Inhoud

1.	Inleiding.....	3
2.	Ingezette activiteiten en behaalde resultaten.....	3
	<i>Spoor 1: MindMaatjes (werving/opleiding/begeleiding/matching).....</i>	3
	<i>Spoor 2: Coaching en activiteiten door MindMaatjes.....</i>	7
	<i>Spoor 3: Online omgeving en chatspreekuur.....</i>	8
	<i>Spoor 4: Online en social mediacampagne.....</i>	9
	<i>Spoor 5: Fysiek spreekuur.....</i>	10
	<i>Spoor 6: Ervaringscafés en themabijeenkomsten.....</i>	11
	<i>Spoor 7: Weekend-/ontmoetingsactiviteiten.....</i>	11
	Projectmanagement/PR/Algemeen	13
3.	Verwachting van de activiteiten/prestaties in het volgende jaar	13
4.	Trends/ontwikkelingen en/of risico's	14

1. Inleiding

In dit verslag leest u de ingezette activiteiten en behaalde resultaten over het jaar 2024 (*inhoudelijke verantwoording*). De *financiële verantwoording* is als apart document geüpload. Bij het lezen van deze rapportage is het belangrijk om mee te nemen dat 2024 voor het project een uitdagend jaar was. Dit doordat de projectcoördinator elders een nieuwe uitdaging had gevonden en de daardoor ontstaande ruis. Er zijn 2 nieuwe projectcoördinatoren en een nieuwe projectmanager per mei en juni op het project gezet. Deze hebben enige tijd nodig gehad om het project goed te leren kennen en het zich eigen te maken.

Maar uiteindelijk is er weer volop ingezet op het werven van maatjes, coachen van jongeren naamsbekendheid maken in de diverse gemeentes en via de socials.

2. Ingezette activiteiten en behaalde resultaten

In ons projectplan/subsidieaanvraag hebben we verschillende beoogde doelstellingen per jaar benoemd. Hieronder is weergegeven in hoeverre deze doelstellingen zijn behaald.

Spoor 1: MindMaatjes (werving/opleiding/begeleiding/matching).

Werven van jongeren die willen deelnemen en jongeren die MindMaatje willen worden, opleiding MindMaatjes en matching deelnemers aan een MindMaatje.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

Het projectteam en MindMaatjes werven 8 nieuwe MindMaatjes.

Afgelopen jaar zijn 5 MindMaatjes gestart. In eerste instantie hadden jongeren zich aangemeld, maar 3 vielen af vanwege diverse redenen. Aan het einde van het jaar hebben zich nog eens 10 kandidaten zich aangemeld om te starten als MindMaatje, waarvan 1 uit Zoetermeer.

Het projectteam en MindMaatjes werven 30-40 jongeren die willen deelnemen aan Love Your Mind.

Afgelopen jaar zijn 10 jongeren aangemeld.

Inzet ExpEx, netwerkpartners, Bakkie Aandacht, ervaringscafés, pagina op JIP-website en overige social media.

- We hebben een 6-wekelijks overleg met de jongeren ExpEx-groep gevoerd;
- Ervaringscafés zijn maandelijks georganiseerd;
- De website is up-to-date en de agenda wordt goed bijgehouden;
- Het sociaalmedia-team is actief op Instagram en Tik Tok en posten wekelijks of soms zelfs vaker een bericht;
- We hebben vacatures uitgezet via *Den Haag doet* en het *Westland voor Elkaar* en *Zoetermeer voor Elkaar*.

Dit jaar hebben we onze campagne uitgebreid naar het Westland, Zoetermeer en Pijnacker-Nootdorp. Daarnaast zijn we voorzichtig gestart in Leidschendam-Voorburg. Samen met het jongerenteam hebben we nieuwe flyers ontwikkeld. De oude flyers waren te sterk gericht op

Den Haag en sloten daardoor niet goed aan bij de rest van Haaglanden. Dit bood ons de mogelijkheid om drie verschillende flyers te ontwerpen. Hoewel de vormgeving voor alle flyers consistent is, hebben we subtiele verschillen aangebracht in de inhoud.

We hebben ook gekozen voor een nieuwe lay-out, waarbij de kleuren, lettertypes en andere kenmerkende eigenschappen van de oorspronkelijke flyers behouden zijn gebleven. Dit project hebben we gerealiseerd in samenwerking met grafisch ontwerper Daan Bakker. Zijn betrokkenheid ging verder dan alleen het ontwerpen van de flyers. Hij bood ons socialmedia-team en de vrijwillige jongeren een presentatie aan over het ontwerpproces en de belangrijkste aandachtspunten op het gebied van vormgeving.

Hieronder ziet u de nieuw ontworpen flyer voor de gemeente Westland. Hier ziet u bijvoorbeeld dat er gekozen is voor een slogan en een Westlandsvlaggetje om zo meer aandacht te trekken.



Westland

De gemeente Westland, met meer dan 100.000 inwoners (bron: gemeente Westland), is inmiddels geen kleine gemeente meer in de regio Haaglanden. Toch behouden zowel het beleid als het sentiment van de inwoners nog steeds de kenmerken die typerend zijn voor kleinere gemeenschappen. Westlanders zijn trots op hun gemeente en dragen dit met enthousiasme uit.

Om die reden hebben wij ervoor gekozen om Love Your Mind een eigen flyer te geven die specifiek gericht is op deze gemeente. Hiermee willen we ervoor zorgen dat Love Your Mind vooral gezien wordt als een Westlands project, in plaats van een initiatief uit Den Haag. Tijdens onze promotietour merkten we direct het positieve effect hiervan. Het gebruik van het Westlandse vlaggetje en de slogan 'Ook bij jou in het Westland' sloeg aan en trok veel aandacht.

Deze aanpak leverde ons bovendien veel media-aandacht op. Zo kregen we een prachtig interview met een MindMaatje en zijn deelnemer in een lokale krant, die wordt verspreid onder maar liefst 70.000 huishoudens. Daarnaast waren we te gast in de talkshow *Aan Tafel*, die gemiddeld 100.000 kijkers trekt. Ook verscheen er een online artikel waarin de projectleider en de coördinator van de MindMaatjes uitgebreid spraken over Love Your Mind. Dit alles heeft vrijwilligers opgeleverd en heeft ons netwerk met professionals verder kunnen sterken.

Onderstaand enkele foto's en screenshots van deze bijzondere media-momenten.



'Wij zijn geen professionals, maar bieden wel die schouder om op te leunen!'

Speciaal voor jongeren in Haaglanden is Love Your Mind opgericht: een initiatief dat kwetsbare jonge mensen tussen de 14 en 23 jaar een extra stem in de rug geeft. Zeker in deze tijd, waarin er lange wachtlijsten voor psychologische hulp zijn, is dit hard nodig. In de Week van de Mentale Gezondheid spraken wij met Kayden (17) en haar MindMaatje Luc de Vrije (26) over dit bijzondere project.

DOOR BRUNGA MOORENSTORFF

Luc: "Toen ik een podcast hield over de zogenaamde 'Wachtwachters' uit Utrecht, dacht ik: Hoi, 2024 overbrugging naar de zorg voor jonge mensen hebben wij in onze regio ook nodig! Niet alleen voor jongeren die op de wachtlijst staan voor professionele begeleiding, maar ook als je op een andere manier in de knel zit kun je dat goed gebruiken. Bijvoorbeeld als je wordt gepast, ommekeer of last hebt van stress."

Westland
Love Your Mind staitte over spreken bij de Den Haag maar studeerde in het project aan het uitroepen naar de rest van de regio, zoals Leidschendam-Voorburg en Wassenaar. Op 7 oktober is het project ook in het Westland gestart. Luc is er blij mee: "Je maakt dat er veel behoefte aan is. We steunen jonge mensen, die het moeilijk hebben op allerlei manieren. Rijbewijs moet je Ervaring Café's, door te chatten. Of met begeleiding door een MindMaatje. We hebben nu al zo'n 20 MindMaatjes

jonge mensen tussen de 18 en 23 jaar: meestal e-cvartagelidkundigen, die weten wat het is om niet goed in je vel te zitten en graag andere jongeren willen helpen."

Wij weten uit eigen ervaring hoe het is om er even doorheen!

Zonder oordelen
"En MindMaatje is geen professionele psycholoog" benadrukt Luc: "Wij bieden vooral menselijk contact. De schouder waar je even op kunt leunen als je er doorheen zit. Soms wil je je vrienden niet met jouw problemen overdeelen, of begrijpen je ouders jouw problemen niet. Dan kun je bij ons terecht. Wij weten uit eigen ervaring hoe het is om er even doorheen te zitten en kunnen naar je verder te ondersteunen. Soms kunnen we ook praktische adviezen geven. Maar denk niet dat het alleen maar om moeilijke zaken gaat hoor. Wij organiseren ook gezellige activiteiten, waar je weet dat je samen bent met andere

mensen die jou net even beter begrijpen dan de buitenwereld."

Deelen van ervaringen
Aanvankelijk zette Luc zich vooral in voor het goed meezetten van Love Your Mind, maar inmiddels is hijzelf ook MindMaatje geworden en begeleidt hij andere jonge mensen, zoals Kayden. "Het leep niet zo lekker thuis om op school", vertelt Kayden. "Mijn ambulant begeleider was mij op MindMaatje. Dat was een goed idee: het helpt mij om valser uit huis te komen, en ik heb met Luc ook andere mogelijkheden dan met een professionele hulpverlener. Je bent bijna even oud, deelt sommige interesses en ervaringen. Daardoor heb je een andere klik."

Spannend
Begin met dit jaar werd het eerste contact gelegd, vertelt Kayden. "Tijdens een picknick maakte ik kennis met Luc. De gesprekken liepen eigenlijk vreedzaam. Het is niet zo dat we dagelijks contact hebben hoor. Het is meestal gewoon om te weten dat ik mijn ei kwijt kan bij hem als er iets is. Ik ga ook regelmatig naar de bijeenkomsten en activiteiten van Love Your Mind. Dat voelt ik even als een veilig plek, waar je jezelf kunt zijn en waar naar je geluisterd wordt. De buitenwereld is vaak te hard en de



© MindMaatje Luc (26) helpt andere jonge mensen zoals Kayden (17) om beter in hun vel te zitten. (2023) - 202

verschillen mensen om te ga er graag naar toe."

'De buitenwereld is vaak te hard en direct als je niet goed in je vel zit'

"Dat vind ik zo fijn om te horen, want dat is precies de bedoeling!" reageert Luc. "Die bijeenkomsten zijn bedoeld als een veilig plek, waar je jezelf kunt zijn en waar naar je geluisterd wordt. De buitenwereld is vaak te hard en de

Maar je een training van 3 maanden, waar je bent hoe je een goed gesprek moet voeren, en hoe je een kant gaan met de soms best pittige dingen die je je leven krijgt, van degene die je begeleidt."

Ervaringsdeskundige
Meest je aan bepaalde voorwaarden voldoen om MindMaatje te worden? Luc: "Het belangrijkste is dat je empathisch bent en begrip heb het veel van mentale problemen te hebben. Ik maakde journalistiek, dus dat is heel wat anders dan hulpverlening. Maar omdat ik zelf ook wel eens heel heb gezeten, kan ik mij heel goed in de drogeloop van Love Your Mind verplaatsen. Bovendien krijg je als Mind-

Informatie
Sinds 7 oktober is Love Your Mind ook in het Westland gestart. Ben je tussen de 14 en 23 jaar en heb je moeite met mentale of fysieke problemen, of ben je tussen de 18 en 23 jaar en heb je zelf MindMaatje willen worden? Klik dan op [https://loveyourmind.nl/mandmaatjes/](#) en meld je aan!

Zoetermeer

Net als het Westland is Zoetermeer een grote gemeente binnen de regio Haaglanden. Omdat Zoetermeer minder een eigen, uitgesproken identiteit heeft en vooral bekend staat als forenzenstad, hebben we ervoor gekozen hier geen specifieke flyer voor te maken. In plaats daarvan hebben we de Haaglanden-flyer gebruikt, die beter aansluit bij de binding die veel

inwoners van Zoetermeer met Den Haag hebben. Bovendien is de afstand dankzij de RandstadRail eenvoudig te overbruggen.

In Zoetermeer hebben we ons daarom gericht op het benutten van bestaande professionele netwerken om onze doelgroep te bereiken. Zo namen we deel aan jongerenoverleggen, waaruit we een waardevol netwerk hebben opgebouwd. Dit leidde tot diverse leuke initiatieven, zoals een online Q&A in samenwerking met *stichting Epic Youth* (online jongerenwerk). Daarnaast werkten we samen met *VSV-regio Haaglanden* en *MBO Rijnland* aan andere projecten om onze boodschap verder te verspreiden.



Community aan het woord: Love Your Mind

donderdag 14 november 2024



Community aan het woord: Love Your Mind

Wij zijn Rachá Nahoe en Steven van der Knaap. Wij zijn projectleiders van Love Your Mind.

Love Your Mind is ontstaan door jongeren die mee hebben gedaan aan Maatschappelijke Diensttijd (MDT) 'ge voor goud'. Hier kwam een grote behoefte naar voren voor overbruggingszorg als gevolg van de grote wachtlijsten in de jeugdhulp en Geestelijke Gezondheids Zorg (GGZ).

Door en voor jongeren

Love Your Mind is een project door en voor jongeren om wachtlijden voor jeugdhulp/ondersteuning of Geestelijke Gezondheids Zorg (GGZ) dregeijker te maken en zwaardere zorg te voorkomen. Het project is voor jongeren van 14 tot 23 jaar. Jongeren die aan een luisterend oor voldoende hebben zijn ook van harte welkom.

Ervaringsdeskundigen

Een groot deel van onze MindMaatjes zijn ervaringsdeskundige en weten dus hoe het is om last te hebben van mentale problemen op jonge leeftijd. Zij hebben in een speciale training van Love Your Mind geleerd om deze ervaringen in te zetten zodat zij andere jongeren daarmee kunnen helpen.

Hierbij kun je denken aan het geven van informatie, advies & (h)erkenning. Echt een steunje in de rug! MindMaatjes zijn geen vervanging van professionele hulpverlening maar een aanvulling. Dit kan fysiek door een MindMaatje te koppelen aan een jongere maar ook via onze chat functie.

Samen eten tijdens ervaringscafés

Ook organiseren wij vanuit Love Your Mind elke 2e donderdag van de maand ervaringscafés. Tijdens een ervaringscafé eten we samen en doen we een eke maand een andere activiteit of workshop. Deze ervaringscafés zijn gratis. Een veilige plek waar iedereen zichzelf kan zijn en waar je andere jongeren kan ontmoeten die ook mentale uitdagingen hebben.

Ervaringscafés zijn er nu in Den Haag en Delft maar wij zijn voornemens dit ook in Zoetermeer te starten. Tot die tijd zijn jongeren uit Zoetermeer altijd welkom in Den Haag.

Daarnaast hebben wij eens in de maand een weekend uitje. Dan gaan we met deelnemers en MindMaatjes iets leuks doen. Ook deze uitjes zijn gratis voor de deelnemers van Love Your Mind.

Ben of ken jij iemand die wel een MindMaatje kan gebruiken?

Neem dan een kijkje op www.loveyourmind.nl

Ben jij tussen de 18 en 35 en wil je wat betekenen voor jongeren uit Zoetermeer?

Check de website en meld je aan als MindMaatje! www.loveyourmind.nl

Ook is een artikel geplaatst op Zoetermeer tegen eenzaamheid, te vinden op [Community aan het woord: Love Your Mind](#)

Pijnacker-Nootdorp

Pijnacker-Nootdorp is een kleine gemeente, gelegen tussen grote steden. Net als in het Westland heerst hier een hechte gemeenschap en een dorpsgevoel. In de week voor Kerst hebben we een promotieronde gehouden en waardevolle contacten gelegd met huisartsen en de lokale welzijnsorganisatie SWOP. Daarnaast hebben we flink geflyerd. Voor deze gemeente hebben we, net als voor Delft en Westland, gekozen om deze specifiek te benoemen op de flyer.

Ook hier merkten we direct dat dit reacties opleverde. Wat deze contacten ons precies gaan brengen, blijft nog even spannend. Helaas hebben we vanuit de lokale media in Pijnacker-Nootdorp voorsnog geen interesse kunnen wekken.



8 MindMaatjes hebben de tweedaagse opleiding van LWPC gevolgd.

Dit zijn er dit jaar 5 geweest.

28 MindMaatjes krijgen professionele begeleiding door LWPC.

Dat zijn er dit jaar 7 geweest. Zij worden gecoacht door LWPC. Om te leren van andere jongeren hebben ze intervisie samen met ExpEx.

28 MindMaatjes zijn gekoppeld aan 30 of 40 jongeren door LWPC.

Dat zijn er dit jaar 7 geweest. We willen pas MindMaatjes koppelen als ze de training hebben gevolgd. En de training kan pas doorgaan als we minimaal 5 MindMaatjes hebben.

Spoor 2: Coaching en activiteiten door MindMaatjes.

Coachen van deelnemers en activiteiten door ExpEx/MindMaatjes.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

28 MindMaatjes coachen en doen 1- op1 activiteiten voor 30-40 jongeren voor de duur van een half jaar.

7 MindMaatjes begeleiden dit jaar jongeren door: contact via whatsappen met 1-op-1 gesprekken. De jongeren vinden de aandacht heel fijn, meestal via WhatsApp. En zij vinden het leuk, voelen zich niet eenzaam, gehoord en gezien, overwinnen angsten en durven de drempel over te gaan door deel te nemen. Zij zijn uit hun reguliere omgeving en niet bezig met hun beperkingen en dagelijkse sleur.

De MindMaatjes nemen de jongeren waar gewenst ook mee naar de ervaringscafé's en mee naar weekenduitjes.

Spoor 3: Online omgeving en chatsprekuren.

Een pagina op de website van JIP Haaglanden of een eigen website gelinkt aan die van het JIP, met informatie in de vorm van artikelen, teksten en video's en een chatvoorziening gericht op mentale gezondheid.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

- **Door het projectteam is een online omgeving over mentale gezondheid voor jongeren gecreëerd met belangrijke bijdrage door de ExpEx.**

Dit jaar zijn we gestart met lanceren van de chat. Deze is in juli gestart met 1 betrokken mindmaatje. We zagen een steeds grotere interesse in de chat vanuit MindMaatjes en om deze reden konden we uitbreiden naar 2 keer per week. En aan het einde van het jaar waren we open op woensdagmiddag, donderdagmiddag en vrijdagmiddag, alle drie de dagen van 14.30 – 16.30 uur. We gaan per 1 februari 2025 over naar Direct Message op social media. Het projectteam heeft de wens om deze chat ook in de avonden beschikbaar te maken. Dit is alleen mogelijk als er een wat meer ervaren MindMaatje (die bijvoorbeeld ook (ervaringsdeskundige)hulpverlener van beroep is) hier beschikbaar voor is.

Tevens proberen wij via de online kanalen aandacht te vragen voor thema's als suïcide, depressie, en gebruiken we content van Youz die wij reposten. Tijdens belangrijke weken, zoals de week van mentale gezondheid, hebben wij hier extra aandacht voor op de socials.

- **De website wordt door minimaal 5.000 jongeren bezocht per jaar (dit is gebaseerd op cijfers van de website van het JIP en ervaringen met andere projecten, waarvan 3.000 unieke bezoekers).**

Binnen dit project kunnen wij helaas geen jaarcijfers ophalen vanuit de site. Dit omdat er dan extra betaald moet worden om een Pro-abonnement te krijgen. Graag kiezen wij ervoor om dat geld uit te geven aan het project zelf. Wel kunnen wij de afgelopen 30 dagen terugkijken. Met een gemiddelde van 425 per maand zitten we op ruim 5000 bezoekers. In december zien wij dat 86% procent van onze website bezoekers nieuwe bezoekers zijn. 14% zijn terugkerende bezoeken.

- **Nieuwe deelnemers voor LYM zijn via social media, met behulp van de campagnes, geworven.**

Wij zien dat bij het werven van nieuwe deelnemers zien wij dat vooral de kracht zit in een persoonlijke benadering. Dit zowel tijdens ervaringscafé's en via netwerkpartners in de GGZ.

- **Door het inzetten van social media, met in het specifiek Instagram, is relevante kennis en informatie over mentale gezondheid sneller en beter bij de doelgroep aangekomen.**

Zie antwoord hierboven.

- **Circa 300 chatgesprekken worden per jaar gevoerd.**

Om dit aantal te bereiken zal de chat eigenlijk dagelijks open moeten zijn. Daar is op dit moment geen ruimte voor bij de MindMaatjes. Ook zien we dat een chat pas goed gaat

lopen als hij vaker en langer bereikbaar is. Hier werken wij naartoe en hopen dat dit volgend jaar meer vorm gaat krijgen. We hebben nu in totaal 3 chatters gehad en ook 3 terugbellerzoeke gehad. Hoewel dit nog niet veel is zijn de chatters wel tevreden.

“Bedankt voor de mooie woorden, doet me goed.”

- **Per week worden circa 7 jongeren via de chat gesproken en doorverwezen naar andere Love Your Mind onderdelen indien gewenst.**

Hier is op dit moment nog geen sprake van. Dit omdat de aantallen zoals hierboven genoemd nog niet gehaald worden. Wel hebben we enkele chats met succes kunnen doorverwijzen naar partners zoals bijvoorbeeld het COC.

Spoor 4: Online en social mediacampagne.

Campagne en promotie LYM middels advertenties op social media en flyers, etc.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

Instagram/TikTok wordt goed bezocht.

We zien een steeds groter bereik op onze Instagram pagina. De projectcoördinator en projectmedewerker hebben samen met de werkgroep socials & website gezeten om hier een uitgebreide strategie op te gaan maken. Ook zijn er afspraken gemaakt over hoe het in te vullen en vorm te geven.

De werkgroep socials & website heeft een uitgebreide analyse gemaakt op de piektijden van de engagement op de pagina. Op deze manier kunnen we gericht posten om de doelgroep goed te kunnen bereiken. Ditzelfde is gedaan voor TikTok.

Er wordt wekelijks op social media gepost.

Binnen het social media team zijn de volgende afspraken gemaakt.

- Iedere dag minimaal 1 story;
- 1 keer per week een post delen van andere instagram pagina's rondom mentale gezondheid (en makers taggen) om in te spelen op netwerk van de pagina;
- 3 keer per week een eigen post delen;
- 1 keer per week ervaringscafé/chat/weekend uitje promoten;
- 1-2 keer per week interactie met volgers.

Elke maand wordt er 1 social media advertentie uitgezet

We zijn het laatste kwartaal gestart met betaalde advertenties. We zijn gestart met 2 verschillende soorten advertenties om te kijken met welke advertentie we het grootste bereik heeft en om de meewerkende jongeren vast te laten wennen aan de betaalde posts. In Pijnacker Nootdorp en Delft gericht op jeugd en in het Westland gericht op de opvoeders en kunnen zien welke targets het best werken.

Er vindt groei plaats in het volgersaantal. Per maand campagne beogen we 500 jongeren uit de regio te bereiken.

We zien een groei op onze social media kanalen. Afgelopen zomer zagen we dat het volgersaantal met 6,8 procent is gestegen. In het 4e kwartaal van 2024 heeft de instagram pagina van Love Your Mind 216 volgers, ten opzichte van 15 oktober 2024 is dit een stijging van 15,5%. Het grootste percentage van ruim 38% van deze volgers komt uit Den Haag, ook zien we in deze statistieken de randgemeenten Zoetermeer en Delft terug.

Er vindt groei plaats in de engagement (likes, reacties, etc.)

De engagement zie we flink stijgen. De volgers die we erbij krijgen reageren op polls en liken post's of verhalen. We kunnen 3 maanden terug kijken. Afgelopen zomer zagen we een stijging van 7,3 procent. Dit betekent dat er ongeveer 44 betrokken accounts zijn. In het laatste kwartaal is dat gestegen naar 4764.

De afgelopen 90 dagen zijn er 16,100 weergaven geweest, waarvan 43,4% afkomstig van advertenties. Deze weergaven zijn voor 55,9% met niet-volgers geweest. Van de weergegeven zijn er 351 interacties geweest op deze pagina, waarvan 13% met niet-volgers. Met de targets bereiken we met slechts één post al duizenden jongeren in regio Den Haag, Westland en Zoetermeer.

LinkedIn

Halverwege dit jaar is de projectleiding gestart om ook LinkedIn opnieuw veelvuldig te gebruiken. Om zo onze successen te kunnen delen met het netwerk maar ook om het netwerk alert te houden op ons bestaan. We zien een grote groei in impressies (meer dan 10.000). Ook zien we dat we als project meer dan 6.000 leden hebben bereikt. We hopen deze stijgende lijn vast te kunnen houden in het nieuwe jaar!

Spoor 5: Fysiek spreekuur.

Een laagdrempelig spreekuur voor jongeren die behoefte hebben aan een gesprek met een MindMaatje (een leeftijdsgenoot) over mentale gezondheid. Een fysieke locatie kan ook gekoppeld worden aan andere kantoorgebouwen of leegstaande panden.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

- **Er is wekelijks een fysiek spreekuur gerealiseerd die bezet wordt door MindMaatjes ondersteund door professionals van het JIP.**

Eerder is besloten dit vorm te geven als Chat. Dit omdat er te weinig ruimte en animo van jongeren binnen het JIP was om dit open te laten. Door de nauwe samenwerking met het JIP en de contacten met jongeren weten we dat er nog steeds geen animo voor jongeren is voor een fysiek spreekuur.

Er zijn 75 tot 100 jongeren die behoefte hebben aan face-2-face contact op het spreekuur.

Zie antwoord hierboven.

Spoor 6: Ervaringscafés en themabijeenkomsten.

Events waarbij deelnemende jongeren, nieuwe jongeren, hun omgeving en MindMaatjes samenkomen.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

- **Er is maandelijks een ervaringscafé voor deelnemers en geïnteresseerden.**

Dit jaar is er bijna elke maand een ervaringscafé in Den Haag geweest, met uitzondering van augustus i.v.m. de zomervakantie. Elke maand heeft een ander thema en de organisatie zorgt samen met jongeren voor een afwisseling in thema's (inhoudelijk in het kader van mentale weerbaarheid of gericht op de tijd van het jaar). Bijvoorbeeld: Verbinding maken en uit je comfortzone komen (workshop), Halloween en hamburgers maken, Sinterklaas- Bingo met cadeau's en pannenkoeken bakken en Kerstdiner.

In de tweede helft van het jaar is veel geïnvesteerd in contacten met andere Haaglandse gemeentes om daar in 2025 ook te starten met ervaringscafés. In Delft zal dit een herstart zijn.

- **Per jaar komen circa 175 jongeren met eventueel hun netwerk naar de ervaringscafés.**

Gemiddeld zijn afgelopen jaar 10-14 jongeren met hun netwerk per keer naar de ervaringscafés geweest. We hebben dus nog niet 175 jongeren behaald per jaar, maar zien zeker een stijgende lijn in het bezoekersaantal. En hiervan komen ook steeds vaker de jongeren weer terug.

- **Er is maandelijks een themabijeenkomst voor de deelnemers van Love Your Mind.**

Op dit moment worden de thema's gekoppeld aan de maandelijkse ervaringscafés en uitjes.

- **Per jaar komen er circa 100 deelnemers naar de themabijeenkomsten.**

De themabijeenkomsten zijn gekoppeld aan de maandelijkse ervaringscafés. Dus met 10-14 jongeren per bijeenkomst is dit doel behaald.

- **Het gemakkelijker wordt om (elkaar) eventuele hulp te bieden dan wel te ontvangen.**

Samen koken en samen eten werkt verbindend. Jongeren hebben hier behoefte aan en om samen te zijn. Doordat dezelfde jongeren terugkomen naar de Ervaringscafés wordt de drempel lager om elkaar te steunen.

Spoor 7: Weekend-/ontmoetingsactiviteiten.

Activiteiten georganiseerd in het weekend waar jongeren samen kunnen komen en het sociaal netwerk van de jongeren wordt vergroot.

Beoogde en behaalde resultaten jaar 2:

- **Maandelijks is er een weekenduitje voor de deelnemers van Love Your Mind.**

Dit jaar is er in de zomervakantie een start gemaakt met de weekenduitjes. Deze worden vormgegeven en georganiseerd door Bureau LWPC. Vanaf augustus is er een schema gemaakt om maandelijks uitjes te organiseren en deze is terug te vinden op de site. Samen met de jongeren wordt de inhoud bepaald van de uitjes. Dit is om zowel betrokken jongeren, MindMaatjes en deelnemers zoveel mogelijk ruimte te geven om te participeren en de uitjes zelf vorm te geven. Activiteiten dit jaar waren een gezellige picknick, boulderen, pompoenlantaarns maken, spellenhuis en bowlen.

Dit jaar waren de activiteiten nog vooral in en rondom Den Haag. Volgend jaar willen wij deze verspreiden over Haaglanden. Zodat vanuit elke kern deelnemers en MindMaatjes kunnen participeren.



- **Per jaar komen er circa 100 deelnemers naar het weekenduitje.**

Gemiddeld kwamen per uitje 5 à 6 jongeren. Hiermee hebben we het doel nog niet behaald. We merken dat dezelfde jongeren terugkomen.

- **Vanuit ontspanning en gezellig samenzijn vergroten deelnemers hun sociale contacten en ontwikkelen een sterker sociaal konvooi.**

We zien dat jongeren tijdens uitjes open durven te zijn naar elkaar en tegenover andere MindMaatjes. Ook zien wij verbindingen ontstaan tussen onze deelnemer maar ook onderling tussen de MindMaatjes. Want beide groepen hebben op hun eigen manier iets wat hen bindt. Dit is mooi om te zien. Zo lijken de weekenduitjes een nog bredere cohesie te veroorzaken op verschillende lagen in het project.

We hebben ook gemerkt dat ondanks dat de activiteit voor de jongere nog iets te spannend was deze wel aanwezig was voor de contacten met elkaar.

- **Door elkaar op regelmatige basis te ontmoeten groeit het onderlinge vertrouwen en kunnen vriendschappen ontstaan.**

Hiervoor zullen wij langer de weekenduitjes moeten draaien. Wat ze wel zien is dat deelnemers van de weekenduitjes vaak ook naar ervaringcafés gaan. Hierdoor zien verschillende deelnemers elkaar vaker dan 1 keer per maand en dat is zeker bevorderlijk voor de onderlinge banden.

- **Met wie niet fysiek aanwezig is onderhouden we contact per telefoon en/of WhatsApp, zodat we kunnen vragen of er wellicht iets speelt waar ondersteuning bij gewenst is. Op deze manier kunnen we een waakvlamfunctie vervullen; aan vroegsignalering doen en daar waar nodig snel schakelen en gepaste hulp bieden.**

De coördinator van de weekenduitjes heeft per app contact met deelnemers en MindMaatjes. Mochten er signalen zijn decompensatie of ander bezorgdheden schakelt zij met de beschikbare projectcoördinatoren of medewerkers die gepaste hulp kunnen aanbieden. De projectcoördinatoren bellen zo nodig met deelnemers om te kijken of er meer nodig is en zetten dan hun netwerk in.

Projectmanagement/PR/Algemeen

De activiteiten zoals vermeld in het projectplan onder 'projectmanagement' zijn verricht. Hierop aanvullend zijn de volgende overleggen structureel gevoerd: projectgroep-overleg (stond even op een lager pitje vanwege de veranderingen, maar wordt weer nieuw leven in geblazen) en eens in de 6 weken een jongerenoverleg.

3. Verwachting van de activiteiten/prestaties in het volgende jaar

Dit jaar is uitgebreid campagne gevoerd in het Westland, Zoetermeer en Pijnacker-Nootdorp. Wij hopen dat dit we dit op termijn terug gaan zien in aanmeldingen van deelnemers.

Het resultaat is dat we de mogelijkheden hebben vergroot om te kunnen starten met ervaringscafés in Delft, Naaldwijk en Pijnacker-Nootdorp. Ook zien we steeds meer aanbiedingen voor bijvoorbeeld weekenduitjes vanuit lokale partijen in de randgemeentes die ons project een warm hart toedragen.

We hebben ondertussen ook 1 MindMaatje buiten Den Haag geworven. We verwachten dat dit komend jaar zeker meer wordt.

4. Trends/ontwikkelingen en/of risico's

Met de uitbreiding in Haaglanden is het voor de projectleiding belangrijk om het overzicht te behouden en taken goed te verdelen. Dit zorgt ervoor dat alle gemeentes voldoende aandacht krijgen. Tegelijkertijd merken we dat het spanningsveld groeit tussen de beschikbare uren en het steeds grotere gebied dat we moeten bedienen. Dit vraagt om een eerlijke en realistische verdeling van taken, niet alleen tussen de verschillende gemeentes, maar ook tussen de projectleiding en de medewerkers.

De aandacht die nodig is voor zo'n groot werkgebied legt extra druk op de projectleiding, die hier niet altijd voldoende ruimte voor heeft. Hierdoor worden in de praktijk soms keuzes gemaakt over welke activiteiten wel of niet doorgang vinden. Dit kan spanningen veroorzaken, zowel binnen het team als bij samenwerkingspartners. In 2025 zal de projectleiding vaker moeten beslissen of het haalbaar is om deel te nemen aan specifieke evenementen of netwerkbijeenkomsten. Wat dit betekent voor bijvoorbeeld de instroom van nieuwe deelnemers in Den Haag, is nog onduidelijk.

Daarnaast ervaren we vanuit gemeentes waar we nog niet zo actief zijn, een toenemende vraag om daar meer zichtbaar te worden. Vooral via netwerken en gemeentelijke contacten lijkt de behoefte groot, terwijl de beschikbare uren hiervoor beperkt blijven.

De kwetsbaarheid van het MindMaatjes-programma blijft ook een aandachtspunt. Na verloop van tijd bleek dat veel MindMaatjes na hun schooljaar stoppen. Daarom hebben we ingezet op bredere werving buiten het onderwijs, zodat we meer duurzame MindMaatjes kunnen aantrekken om jongeren langdurig te ondersteunen.

Ook PR blijft een belangrijke pijler voor het komende jaar. De kracht van herhaling speelt hier een grote rol. Daarom zullen we bewuste keuzes maken in onze mediabenedering. Bij nieuwe en interessante initiatieven blijven we actief de media opzoeken om onze zichtbaarheid te vergroten.

Momenteel ontwikkelen we posters die we breed kunnen verspreiden in heel Haaglanden. We overwegen daarbij ook opties zoals wegclame of advertenties bij bushokjes om ons bereik verder te vergroten.