



GGD
Amsterdam

Thrive rapportage 2023



thrive

a dam mentaal
gezond

Inhoud

Actielijn 1: Mentaal gezonde stad	4
Actielijn 2: Mentaal gezonde buurt	8
Actielijn 3: Mentaal gezond onderwijs	11
Actielijn 4: Mentaal gezond aan het werk	14

Voor u ligt de voortgangsrapportage van het programma Thrive Amsterdam mentaal gezond. Als kennisdeler, aanjager en verbinder werkt Thrive binnen een netwerk van partners en bewoners die zich inzetten voor de verbetering van de mentale gezondheid van de Amsterdammers. 2023 was het eerste jaar van de aanpak 2023-2026.

In deze rapportage vindt u een overzicht van activiteiten, events en campagne-activiteiten, met daarbij een grote nadruk op samenwerking. Het resultaat van de aanpak van Thrive is dus -ook- te beschrijven in het aantal (tot stand gebrachte) samenwerkingen.

De aanpak voor een mentaal gezonde buurt is na de start van Thrive, in 2019, verder uitgebouwd en ingericht. Daarbij is, in lijn met het leidende gemeentelijke principe 'Ongelijk investeren voor gelijke kansen', met name ingezet op de stadsdelen Nieuw-West, Noord en Zuidoost.

In de aanpak voor de komende jaren worden de volgende actielijnen¹ gevolgd:

- Mentaal gezonde stad
- Mentaal gezonde buurt
- Mentaal gezond onderwijs
- Mentaal gezond aan het werk

In de aanpak staat het leefgebied/vindplaats van de doelgroep centraal. Dit biedt de mogelijkheid om via verschillende routes verschillende doelgroepen te bereiken. Het sluit aan bij de diverse en inclusieve samenleving van Amsterdam. Thrive neemt het initiatief om via haar netwerk van partners signalen en behoeften op te halen en te onderzoeken welke interventies passende ondersteuning bieden. De uitvoering van de per actielijn genoemde subdoelen gebeurt altijd in co-creatie met de Amsterdammers en partners in de stad.

Tijdens dit eerste jaar van het meerjarige uitvoeringsplan zijn verschillende soorten interventies uitgevoerd. De basis is gelegd om ook de komende jaren verder te bouwen aan informele en formele netwerken van en met partners, gericht op het bevorderen van veerkracht en mentale gezondheid van Amsterdammers. Thrive blijft gesprekken voeren, verbindingen leggen tussen partners, kennis, data en informatie delen, behoeftes in kaart brengen en draagt zo bij aan de sociale cohesie en dus aan een veerkrachtige stad.

¹ Zoals ook geformuleerd in de nationale aanpak '[Mentale gezondheid: van ons allemaal](#)', de interdepartementale samenwerking van de ministeries VWS, OCW, en SZW.

Actielijn 1: Mentaal gezonde stad

SUBDOEL ACTIELIJN 1:

1.1 Normaliseren praten over mentale klachten en vergroten van de vaardigheden van Amsterdammers om met elkaar het gesprek aan te gaan

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: Sport & Bos, stadsdelen Noord, Nieuw-West en Zuidoost, JouwGGD.
- Externe partners: Noord beweegt, Sciandri, Hush Hour, vestigingen van de OBA, Flying Squad/ Sociaal Cement, diverse organisaties uit de sociale basis, ADAM toren, Boogieland, Young Amsterdam, JP Vision, UvA, VU, HvA en InHolland, Diversity Talks, studentenvereniging Marula, Dock, Dynamo, Venzo Swazoom, UpTalk (@ease, Arkin MindMasters en De Luisterlijn)

Toelichting (tussen)resultaten:

- **Uptalk** is een door Thrive gecoördineerde samenwerking van aanbieders van laagdrempelig ondersteuningsaanbod voor jongeren. In 2023 is de Luisterlijn aan het aanbod toegevoegd, zodat Uptalk 24/7 bereikbaar is. Huisartsen, buurtteams, jongerenwerkers, etc. hebben promotiemateriaal ontvangen voor UpTalk.
- De **Mental health art tour** is een expositie die op diverse OBA-locaties, in vijf verschillende stadsdelen, langs gaat. In 2023 is de expositie te zien geweest

in Noord en Oost. Rond de expositie worden lokale activiteiten geprogrammeerd die ontmoeting en interactie tussen de bewoners stimuleren.

- Stadsdeel Oost heeft de Expositie Open over Depressiviteit van Stichting Open your Mind, naar hun stadsdeel gehaald. De fototentoonstelling bestaat uit 30 beelden van jongvolwassenen in de leeftijd van 18 t/m 35 jaar die vertellen over hun psychische kwetsbaarheid. Rondom de tentoonstelling heeft Thrive allerlei activiteiten mede-georganiseerd, zoals debatavonden en een theatervoorstelling.
- De lokale sport- & beweeginitiatieven met een verbinding met mentale gezondheid zijn in kaart gebracht samen met Sport&Bos, met specifieke aandacht voor Noord, Nieuw-West en Zuidoost. Met 19 organisaties is gesproken om hun aanbod met betrekking tot de relatie sport, bewegen en mentale gezondheid te inventariseren.
- Op **World Mental Health Day** (10 oktober) is samen met de Amsterdamse Studentenvakbond (ASVA) en de AKvV een korte online campagne opgezet. Deze was gericht op studenten om hen te stimuleren met elkaar in gesprek te gaan. De campagne 'Deel je verhaal!' bestond uit enkele korte filmpjes die gedeeld zijn op verschillende sociale media kanalen. De filmpjes zijn ongeveer 1.000 keer bekeken.
- In december 2023 is de stadbrede campagne **Lichtpuntjes in de winter gestart**. De winterperiode kan voor mensen extra zwaar voelen. De campagne

moedigt mensen aan een lichtpuntje te zijn of door te geven. [Campagne: Lichtpuntjes in de winter – Thrive Amsterdam](#). De campagne loopt t/m februari/maart 2024.

Week van de mentale gezondheid

- De Week van de mentale gezondheid is met 37 partners voorbereid en uitgevoerd (mei 2023). Met de doelgroep jongeren van 16 t/m 27 jaar is gekozen voor het thema ‘Durf te delen’ De A’DAM toren kleurde groen (internationale kleur voor mentale gezondheid) bij de aftrap op 22 mei. In totaal hebben 37 organisaties, grotendeels uit de sociale basis, meer dan 50 activiteiten georganiseerd voor zo’n 2000 mensen. De meeste activiteiten vonden plaats in Nieuw- West, Zuid Oost en Noord. Waar Thrive in de voorgaande jaren eerst nog de meeste activiteiten zelf organiseerde, of in co-creatie, werden in 2023 meer activiteiten door partners zelf georganiseerd. De rol van Thrive veranderde naar een ondersteunende, verbindende of adviserende rol. Het aantal volgers van Thrive op Instagram steeg significant. Enkele voorbeelden van activiteiten:
 - Inzet van **Flying Squads** (Stichting Sociaal Cement) op meerdere mbo- en hbo locaties in de stad. De squads bestonden uit jongeren die zelf te maken hebben (gehad) met mentale klachten. Met 960 studenten is op een laagdrempelige manier gesproken over mentale gezondheid.

- In Nieuwe De La Mar Nieuw West is door Thrive een bijeenkomst ‘**Mind Matters**’ georganiseerd, in samenwerking met Young Amsterdam. Rolmodellen met een Marokkaans-Nederlandse achtergrond, wethouder Scholtes en een psycholoog van @ease zijn in gesprek gegaan met ongeveer 90 jongens en meiden in Nieuw-West.
- In Zuidoost heeft Thrive een voetbaltoernooi voor ongeveer 80 jongeren georganiseerd, in samenwerking met Stichting IMD. **Oud-voetballer Gianni Zuiverloon** deelde zijn eigen worstelingen met mentale gezondheid.
- Een lezing door **prof. dr. Erik Scherder** voor ruim 150 studenten van de vier hoger onderwijsinstellingen (UvA, VU, HvA en InHolland). Hij vertelde over wat bijdraagt aan mentaal veerkrachtig blijven of worden.

Overige communicatie

Social media: Thrive Amsterdam deelt berichten en verhalen via het eigen Instagramaccount (@Thriveamsterdam) en de social media accounts (Facebook en LinkedIn) van GGD Amsterdam. Instagram heeft in 2023 een groeiend aantal volgers gekregen. Dit zijn vooral veel jongeren en jongerenorganisaties. De **website** van Thrive heeft dit jaar een bereik gehad van 17.250 paginaweergaven. De meest bezochte pagina’s in 2023 zijn: 1) Homepage; 2) Uptalk; 3) Campagnepagina Durftedelen

Persaandacht:

- Artikel in Het Parool, n.a.v. de Gezondheidsmonitor Jongeren en Jongvolwassenen, 29 maart 2023: <https://www.parool.nl/nederland/jongvolwassenen-in-amsterdam-mentaal-hard-geraakt-door-coronaperiode-mogelijk-blijvende-effecten-op-psychische-gezondheid-b5e57156/>
- Nieuwsitem op AT5, 26 mei 2023: [Week van de mentale gezondheid: veel Amsterdamse jongeren psychisch in de knoop - AT5](#)
- Artikel in Het Parool, n.a.v. de Gezondheidsmonitor Volwassenen, 20 juni 2023: [Meer eenzaamheid, angst en stress: Amsterdammers ervaren nog altijd de gevolgen van de coronatijd \(parool.nl\)](#)
- Podcast Het Parool, 27 juni 2023: [Waarom Amsterdam een voedingsbodem voor mentale problemen is \(parool.nl\)](#)
- Interview Radio BovenIJ, 5 juli 2023 (geen opname van)

1.2 Overwinnen van de handelingsverlegenheid, die er vaak onder professionals is, over mentale gezondheid

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: stadsdelen Nieuw-West, Noord en Zuidoost
- Externe partners: Dynamo, Dock, Combiwel, The Bluest Monday Festival, Van Gogh Museum en Beeldend Gesproken

Toelichting (tussen)resultaten:

- Ruim 180 professionals uit het sociaal domein, zorg en welzijn bezochten het **congres Vierkracht**, rondom het thema: Hoe zorgen we ervoor dat werken aan je mentale gezondheid net zo normaal wordt als werken aan je fysieke gezondheid? Met aandacht voor onder meer een mentaal gezonde werkcultuur, bewegen, diversiteit en community building.
- Jongerenwerkorganisaties en organisaties in de stad en programma's binnen de GGD zijn door Thrive met elkaar verbonden. Op die manier werd de kennis over en van jongeren bij de programma's te versterkt en andersom de kennis van jongerenwerkers over de activiteiten van de GGD ook. In totaal zijn er meer dan 25 overleggen geweest met 12 organisaties.
- Met partners in de sociale basis heeft Thrive hun kennis en aanbod verkend met betrekking tot mentale gezondheid. Handelingsverlegenheid bij professionals bleek een belangrijk signaal, ze vroegen bijvoorbeeld 'wanneer en hoe ga je het echte gesprek aan?' en 'wat doe je dan juist wel/niet?'. In 2023 is daarom gefocust op de doorontwikkeling van de Signaleringswijzer (training), uitgevoerd door Arkin Preventie. In het kader hiervan liep er een pilot waar ongeveer 40 professionals en vrijwilligers in Zuid-oost zijn getraind. Aan de hand van hun feedback is er een aantal wijzigingen doorgevoerd in de opzet van de training, zoals de inbreng van een 'ervaringsdeskundige' uit de community en aansluiting bij de culturele achtergrond van de deelnemers.





Actielijn 2: Mentaal gezonde buurt

SUBDOELEN ACTIELIJN 2:

2.1 Het versterken van de sociale cohesie door het verbinden van de (sociale) voorzieningen in de wijk, van buurtteams tot sportverenigingen, van formele tot informele zorg, religieuze en levensbeschouwelijke organisaties en bewoners.

Noord

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: stadsdeel Noord
- Externe partners: Arkin, Dokters van de Wereld, Warm Welkom, Sciandri, Gezond Noord, OBA Molenwijk, diverse andere organisaties uit de sociale basis

Toelichting (tussen)resultaten:

In 2023 is gestart met het opbouwen van een stevig netwerk in stadsdeel Noord. Thrive heeft vele verschillende organisaties, bewoners en partners uit de sociale basis gesproken en aan elkaar verbonden. Hiermee is de sociale cohesie in (oud-)noord versterkt. Ook heeft Thrive deelgenomen aan vele bijeenkomsten en regelmatig presentaties gehouden over het aanbod. Twee bijeenkomsten die door Thrive mede georganiseerd zijn:

- Een **bijeenkomst over stress en piekeren**, samen met Arkin, Dokters van de wereld en Warm Welkom. Hier kwamen 30 Amsterdammers met een migratieachtergrond naar toe.

- In co-creatie met Sciandri is het event 'Sisterhood', **voor en door meiden**, georganiseerd. 14 organisaties die werken met meiden waren aanwezig.

Nieuw-West

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: stadsdeel Nieuw-West
- Externe partners: Stichting Argan, kennisalliantie Eenzaamheid Nieuw West, stichting El Mazouni Coaching, Young Amsterdam, Stichting IMD, @ease en (andere) organisaties uit de sociale basis.

Toelichting (tussen)resultaten:

In 2023 is in Nieuw-West geïnvesteerd in het creëren van gedeeld eigenaarschap bij de partners die actief zijn in de sociale basis. Zij zijn mede verantwoordelijk voor het bespreekbaar maken van (lichte) mentale klachten. Voor de jongeren die deze organisaties bereiken heeft dit niet alleen individueel effect, maar draagt het ook bij aan het versterken van de sociale cohesie in de wijk.

- Samen met de partners in het stadsdeel is een overzicht gemaakt van organisaties die actief zijn op het gebied van jongeren- en meidenwerk. In co-creatie met deze partners is een plan van aanpak opgesteld. Hierin staat onder andere dat **credible messengers** (personen die aanzien en respect genieten bij de doelgroep), in combinatie met een zorgprofessional, ingezet worden om de doelgroep te bereiken.

- Voor ruim 150 meiden is in samenwerking met stichting El Mazouni Coaching voor **meidenwerk** een bijeenkomst georganiseerd onder leiding van credible messenger Sabrine Ellouzi (topvoetbalster).
- Bijgedragen aan een brochure voor jongerenwerkers samen met de **kennisalliantie Eenzaamheid Nieuw West** (een samenwerking tussen de VU, de HVA, Buurtcampus Nieuw West, Stadsdeel Nieuw-West en Stichting VoorUit).
- Bijgedragen aan een door Argan georganiseerde bijeenkomst voor 100 **jongeren over eenzaamheid**.

Zuidoost

Projecten in samenwerking met:

- Interne partners: stadsdeel Zuidoost, GGD-programma Gezond Leven Makkelijker Maken
- Externe partners: Buurtteam Zuidoost, MDF Coaching, kwartiermaker namens 10 kernpartners specialistische jeugdhulp, Arkin Preventie, Pentecostal Church, Venzo-Swazoom, Stichting Mi na Mi, Reboost, Jeugdtheaterschool, 3x3 Unites basketbal, stadsdorp Goud, Brahma Kumaris, Lekker in je Vel netwerk (samenwerking van Arkin, HVO-Querido, Thrive en Buurtteams Zuidoost), OBA NEXT, jongerenplatform Lotus, Black Men Talk, Fonds voor Cultuurparticipatie, GAM TV, andere organisaties uit de sociale basis.

Toelichting (tussen)resultaten:

In Zuidoost zijn vele gesprekken gevoerd met bewoners en organisaties. Op basis daarvan zijn

lokale speerpunten geformuleerd waaronder: intergenerationele erfenissen, stigmatisering, *sense of belonging* en bestaansonzekerheid. In de activiteiten voor de buurtaanpak komen deze thema's terug. Enkele voorbeelden van hiervan zijn:

- Thrive heeft een verkenning uitgevoerd naar het onderwerp **intergenerationele erfenissen** (wortels) samen met Buurtteam Zuidoost, MDF Coaching en een kwartiermaker namens de 10 kernpartners specialistische jeugdhulp. Met deze partners is een serie bijeenkomsten bedacht om jongeren bewuster te maken van invloed van intergenerationele overdracht van ervaringen op hun mentale gezondheid. De eerste bijeenkomst was in november 2023, de overige vinden plaats in 2024.
- Tijdens de **Dag van de Suïcidepreventie (10 september 2023)** hebben 26 jongeren uit Zuidoost, in aanwezigheid van rapper en ervaringsdeskundige Jay Way, verhalen gedeeld. Aanleiding was een aantal recente suïcides door jongeren in het stadsdeel. Dit was een samenwerking met OBA NEXT en jongerenplatform Lotus.
- In samenwerking met Black Men Talk zijn drie avonden georganiseerd over de **impact van het slavernijverleden** op de mentale gezondheid. Hierbij waren 110 mensen uit Zuidoost aanwezig. Deze avonden zijn mede mogelijk gemaakt door Fonds voor Cultuurparticipatie en het Stadsdeel Zuidoost.
- Voor 30 **bewoners met een Afrikaanse achtergrond** is in samenwerking met Men4Betterlife een voorlichting georganiseerd over mentale gezondheid.

- Naar aanleiding van signalen onder de **Ghanese bewoners in Zuidoost** zijn er in december 2023 in samenwerking met **GAM TV** drie uitzendingen in de eigen taal gemaakt over de relatie tussen spiritualiteit, religie en mentale gezondheid van deze bewoners.
- Het **Lekker in je Vel netwerk** richt zich op het versterken van veerkracht van (psychisch) kwetsbaren door open over hun uitdagingen te praten, steun uit de buurt te ontvangen en zo nodig passende zorg te vinden. Thrive maakt naast HVO-Querido en Buurtteams Zuidoost onderdeel uit van dit netwerk, dat is opgezet door Arkin. Vanuit dit netwerk is onder andere een bijeenkomst met verschillende **geloofsgemeenschappen** georganiseerd, waarbij meer dan 50 deelnemers aanwezig waren.

2.2 Het uitbreiden, bekender en bereikbaar maken van laagdrempelige activiteiten waar mensen een luisterend oor kunnen vinden zowel binnen formele als informele netwerken.

Zuidoost

Projecten in samenwerking met:

- Interne partners: Stadsdeel Zuidoost, GGD programma Gezond Leven Makkelijker Maken
- Externe partners: Stichting VoorUit, 3x3 Unites

Toelichting (tussen)resultaten:

- Samen met het GGD-programma Gezond Leven Makkelijker Maken, is een onderzoek gestart naar de belemmeringen die jongeren ervaren met betrekking tot hun mentale gezondheid en hoe bestaand ondersteuningsaanbod hier beter bij kan aansluiten. Een van de uitkomsten was dat dat jongeren een groot stigma ervaren en dat zij zich niet altijd herkennen in de hulpverleners. Deze uitkomsten hebben bijgedragen aan het doorontwikkelen en passend maken van aanbod van 3x3 Unites.
- Tijdens de diverse bijeenkomsten zijn gesprekken gevoerd met bewoners en organisaties. Er zijn 10 informele organisaties, met name bewoners-initiatieven, door Thrive verbonden aan het bestaande, laagdrempelige zorg- en welzijnsaanbod in de stad.

2.3. Professionals en vrijwilligers zijn zich bewust van de belangrijke rol die zij hebben in het normaliseren van mentale worstelingen

Nieuw West

Projecten in samenwerking met:

- Interne partners: stadsdeel Nieuw West, Sportstimulering, buurt- en gebiedsmakelaars
- Externe partners: Buurtteams Nieuw- West, voetbaltrainers, politie, Stichting IMD, Stichting El Mazouni Coaching, House of Besma, medewerkers van basisscholen en voortgezet onderwijs in Nieuw West, andere organisaties uit de sociale basis.



Toelichting (tussen)resultaten:

- Mede-organisatie van zes **kennissessies voor professionals**, vrijwilligers en andere betrokkenen die werkzaam zijn in stadsdeel Nieuw-West. De 180 deelnemers vanuit oa basisscholen en buurthuizen kregen informatie over wat mentale gezondheid is, welke bevorderende en belemmerende invloeden zijn en welke ondersteunende interventies er zijn in het stadsdeel.
- Adviseren van Stichting El Mazouni Coaching en House of Besma bij het ontwikkelen van **leiderschapsprogramma's**, om meiden via rollenspellen met acteurs mentale gezondheidsklachten bespreekbaar te laten maken.

Zuidoost

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: stadsdeel Zuidoost
- Externe partners: Venzo-Swazoom, diverse organisaties uit de sociale basis

Toelichting (tussen)resultaten:

- Bijdrage aan het **'het netwerk positieve gezondheid'**, georganiseerd door Venzo-Swazoom, over Thrive over o.a. toeleiding naar passend aanbod.

Actielijn 3: Mentaal gezond onderwijs

3.1 Professionals hebben handvatten om mentale gezondheid bespreekbaar te maken en veerkracht van leerlingen en studenten te bevorderen

Voortgezet onderwijs (vo) en mbo

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: GGD-programma Gezonde School, Jeugdgezondheidszorg (JGZ), Onderzoek & Statistiek (O&S)
- Externe partners: mbo-locaties in de stad, Ouder- en Kindteams (OKT's), ROC van Amsterdam, ROC TOP, het Hout- en Meubileringscollege, Mediacollege Amsterdam

Toelichting (tussen)resultaten:

- Thrive signaleert **nieuwe aanpakken en interventies** die ingezet zouden kunnen worden binnen het onderwijs en deelt deze met collega's van Gezonde School en JGZ. Voorbeelden zijn inzet van workshops op een ROC door sportschool Boogieland en op MBO-locaties door Sociaal Cement.
- Er is een **sociale kaart voor schoolprofessionals** ontwikkeld ter ondersteuning van hun hulpverlening. Deze sociale kaart betreft informatie over en voor mbo-instellingen met als doel om de huidige situatie van de mbo- instellingen in kaart te brengen op het gebied van de thema's van Gezonde School. [Gezondheidsaanbod voor Amsterdamse MBO-ers.](#) Thrive leverde gegevens aan van organisaties en interventies.

Gezonde School

- Welbevinden is één van de gezondheidsthema binnen de Gezonde School-aanpak. Thrive werkt nauw samen met de Gezonde School adviseurs van het **GGD-programma Gezonde School**, voor zowel po, vo als mbo.
- Vanuit de Gezonde School is, in samenwerking met Thrive, in 2023 een verkenning gestart naar hoe het thema mentale gezondheid onderdeel is van de digitale tool '**Test Je Leefstijl**' voor mbo studenten. Deze tool is ontwikkeld door Gezonde School in samenwerking met Trimbos, 113 Zelfmoordpreventie, het Voedingscentrum, Rutgers, Veiligheid.nl, Kenniscentrum Sport & Bewegen en het NIBUD. Er wordt gekeken of deze tool in de huidige vorm een geschikt alternatief is voor het mbo in plaats van de Caring Universities tool, die ontwikkeld is voor het hoger onderwijs.
- Met middelen uit het **Lokaal Preventie Akkoord** heeft Gezonde School samen met de vier mbo-instellingen het afgelopen jaar gewerkt aan de verbetering van de ondersteuning bij mentale gezondheid van (oud)mbo-studenten. Door deze samenwerking met alle mbo-instellingen in Amsterdam (het ROC van Amsterdam, ROC TOP, het Hout- en Meubileringscollege en het Mediacollege Amsterdam) zijn de volgende resultaten behaald:
 - Er zijn, met medewerking van Thrive, **menukaarten** opgesteld met beschikbare interventies en activiteiten rondom mentale gezondheid waar de scholen op kunnen inzetten. Het doel is om

scholen kennis te laten maken met de beschikbare interventies en activiteiten.

- Op 11 mei 2023 is de eerste en zeer succesvolle **Mental Health dag** georganiseerd op een ROCTOP college. Thrive adviseerde over mogelijke workshops, sprekers en dacht mee over de invulling van het programma.

Jeugdgezondheidszorg (JGZ)

Thrive onderhoudt contact met de Jeugd GezondheidsZorg (JGZ), wiens artsen en verpleegkundigen op scholen komen en met leerlingen in brede zin werken aan gezondheid. Zo is Thrive bijvoorbeeld betrokken bij de ontwikkeling van een zorg- en preventie jaarkalender en worden onderzoeksdata en signalen uitgewisseld op het gebied van het belang van goed slapen.

Studenten hoger onderwijs

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: n.v.t.
- Externe partners: Universiteit van Amsterdam (UvA), de Hogeschool van Amsterdam (HvA), de Vrije Universiteit (VU), Hogeschool InHolland, Amsterdamse Kamer van Verenigingen (AKvV), studenteninitiatief Door het Geluid, Landelijk netwerk studentenwelzijn

Toelichting (tussen)resultaten:

- Op initiatief van Thrive is het **netwerk Studentenwelzijn Hoger Onderwijs** opgericht.

De Universiteit van Amsterdam (UvA), de Hogeschool van Amsterdam (HvA), de Vrije Universiteit (VU), Hogeschool InHolland en de Thrive studentambtenaar delen hierin de belangrijkste ontwikkelingen en ervaringen rondom studentenwelzijn. Ook is Thrive lid van het **landelijk netwerk studentenwelzijn**.

- **20 besturen van studentenverenigingen zijn getraind. Zij gaven aan** behoefte te hebben aan concrete handvatten om mentale problemen van studenten (leden) te herkennen en op te acteren.
- Er is een start gemaakt met de **'toolkit studentenwelzijn'** voor verenigingsbesturen met kennis over mentale gezondheid en concrete handvatten voor het ontwikkelen van beleid. De toolkit wordt ontwikkeld in samenwerking met de Amsterdamse Kamer van Verenigingen (AKvV) en studenteninitiatief Door het geluid. De lancering is in 2024.
- 50 partners waren aanwezig bij de **netwerk-bijeenkomst 'Samen naar een beter studentenwelzijn'** plaats. Daarin maakten de deelnemers kennis met elkaar en met de verschillende initiatieven voor en door studenten in de stad. Initiatieven uit andere studentensteden (o.a. Leiden, Delft) deelden hun ervaringen om te komen tot betere samenwerking en afstemming.
- Alle **collega-studentambtenaren** uit Enschede, Nijmegen, Delft en Deventer zijn uitgenodigd voor een bijeenkomst in Amsterdam om kennis te delen en van elkaars aanpak te leren.

3.2 Bewustzijn en handelingsperspectief van scholieren en studenten vergroten

Projecten in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: n.v.t.
- Externe partners: hoger onderwijsinstellingen (UvA, VU, InHolland en HvA), , studentenvereniging R.S.V.U. Okeanos, Arkin Preventie, Amsterdamse Kamer van Verenigingen (AKvV), studenteninitiatief Door het Geluid, studentenvereniging ASC.AVSV, European Student Network (ESN), Stichting Donnie, Amsterdamse Studentenvakbond (ASVA), Comfy Community, HvA-Bestuurskunde

Toelichting (tussen)resultaten:

- Tijdens de **introductieweken** voor studenten zijn workshops in mentale gezondheid georganiseerd voor ongeveer 20 eerstejaarsstudenten in het verenigingmagazine verspreid onder ongeveer tien-duizend studenten is aandacht besteed aan UpTalk.
- Er is bijgedragen aan verschillende **symposia**, zoals die van studentenvereniging S.V.A.A. Nonomes en ASC.AVSV over prestatiedruk en mentale gezondheid.
- Samen met het ASC.AVSV is de **welzijnsweek georganiseerd**, waarbij meer dan 200 leden zijn bereikt.
- In de Buurtcampus Zuidoost is met 25 studenten Bestuurskunde gesproken over de vertaling van **ongelijk investeren voor gelijke kansen naar beleid en implementatie** met betrekking tot mentale gezondheid.

- In samenwerking met studenteninitiatief Door het Geluid is er een **workshop over prestatiedruk, eenzaamheid en middelengebruik** bij studentenvereniging ASC.AVSV gefaciliteerd voor ongeveer 70 leden.
- Op de internationale dag van de mentale gezondheid, 10 oktober, organiseerde Thrive samen met Comfy Community een **Mental Health Walk** voor 20 studenten.
- In samenwerking met roeiverenigingen is een bijeenkomst georganiseerd over prestatiedruk. Thrive ontwikkelt een **training voor bootcoaches** met Arkin Preventie voor studentensportverenigingen met een verhoogd risico op (ernstige) prestatiedruk. De pilot vindt plaats bij studentenvereniging R.S.V.U. Okeanos.
- Rondom de feestdagen in december is samen met het European Student Network (ESN) en Stichting Donnie een brunch georganiseerd voor ruim 30 **internationale studenten** omdat zij vaker aangeven last te hebben van eenzaamheid .



Actielijn 4: Mentaal gezond aan het werk

Subdoelen actielijn 4:

4.1 Samenwerken met een netwerk van diverse werkgevers- en belangenorganisaties voor werkenden.

4.2 Mentale gezondheid binnen de werkomgeving is bespreekbaar en er is meer deskundigheid op gebied van preventie.

In het eerste jaar van het plan van aanpak 2023-2026 is de focus binnen Thrive op de eerste 3 actielijnen gelegd. In enkele verkennende gesprekken met spelers binnen en buiten de gemeente zijn de bouwstenen geïdentificeerd voor een aanpak die in 2024 ontwikkeld en uitgerold wordt.

Actielijnen-overstijgende activiteiten:

Samenwerking landelijke partners

Naast de lokale partners werkt Thrive ook samen met landelijke partijen zoals: Ministerie van VWS, MindUs, Trimbos Instituut, RIVM en GGD GHOR.

Samenwerking @ease en jongerenwerk

Project in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: OJZD
- Externe partners: @ease, Samen voor Jongeren Amsterdam (samenwerkingsverband voor het jongerenwerk tussen Combiwel, Dock, Dynamo, perMens, The Mall de Baarsjes en Swazoom)

Toelichting (tussen)resultaten:

- Er is een kwartiermaker aangesteld om een verkenning uit te voeren naar het breder toegankelijk maken van de @Ease aanpak via het jongerenwerk. De aanpak is gebaseerd op inloopvoorzieningen waar peer-to-peer support aangeboden wordt aan jongeren die worstelen met hun mentale gezondheid.
- Er zijn gesprekken gevoerd met belanghebbenden om de samenwerking tussen @ease en het jongerenwerk te verkennen.
- Er is een werkbezoek afgelegd aan jongerenwerklocatie Buurts in Haarlem, waar @ease sinds een jaar op locatie actief is en nauw samenwerkt met de jongerenwerkers van Buurts. Aanwezig waren vertegenwoordigers van @ease, Dock, Dynamo, The Mall de Baarsjes, perMens (Samen voor Jongeren Amsterdam) en Thrive.
- perMens heeft de intentie uitgesproken om @ease organisatorisch en methodisch onder haar hoede te nemen, de verschillende jongerenwerkorganisaties zijn bereid te onderzoeken hoe zij locaties en ondersteuning beschikbaar kunnen stellen voor spreekuren.
- De formele intentieverklaring wordt naar verwachting in Q1 2024 getekend.



Verkenning wachtlijstvoorzieningen

Project in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: OJZD
- Externe partners: @ease, organisaties uit de sociale basis

Toelichting (tussen)resultaten:

Er loopt een verkenning naar aparte voorzieningen die (herstel)ondersteuning kunnen bieden aan Amsterdammers die op de wachtlijst staan voor ondersteuning door de GGZ.

Toelichting op werkwijze

Deze rapportage biedt een overzicht van de uitgevoerde activiteiten in 2023 (output), gerelateerd aan de genoemde actielijnen en hun doelstellingen. Het geeft inzicht in het eerste jaar van een vierjarig programma. Aangezien mentale gezondheid wordt beïnvloed door diverse factoren in de directe omgeving van individuen en/of in de maatschappij, is de impact van programma's als Thrive en de daaraan verbonden activiteiten en initiatieven lastig te onderbouwen. Bovendien ligt de verantwoordelijkheid en de mogelijkheid tot handelen bij verschillende partijen, zoals de landelijke en lokale overheid, organisaties in zorg-, welzijn- en sociaal domein, ondernemers en deels het individu zelf.

De rol die Thrive vervult om de mentale gezondheid te bevorderen en/of problemen te voorkomen, is veelzijdig. Zo fungeert Thrive zowel als kennisdeler, aanjager en verbinder binnen het netwerk van partners en bewoners die zich inzetten voor de verbetering van de mentale gezondheid van de inwoners van Amsterdam. Er worden zowel kleinschalige als grotere bijeenkomsten georganiseerd. Soms moet er een vertrouwelijke sfeer gecreëerd worden middels een kleine besloten bijeenkomst, om **mensen in een kwetsbare positie** te bereiken en hen op een laagdrempelige manier handvatten te bieden om aan hun **eigen veerkracht** te werken. Grotere bijeenkomsten richten zich voornamelijk op professionals en vrijwilligers, met **kennisoverdracht** en het **overwinnen van handelingsverlegenheid** als belangrijkste doelen. Het achterliggende idee is dat de organisaties met wie Thrive deze activiteiten en bijeenkomsten in co-creatie organiseert, kennis krijgen en eigenaarschap nemen over het thema mentale gezondheid. Waarna zij zelfstandig, of met ondersteuning van Thrive op afstand, zelf dergelijke activiteiten kunnen organiseren voor en met hun achterban. Bijeenkomsten en activiteiten zijn, met andere woorden, meer een middel en geen doel op zich.

Om de impact van Thrive te monitoren houden de medewerkers in een **digitaal logboek** bij welke gesprekken ze met wie voeren, naar welke meetings ze gaan en welke events ze (mede)organiseren. Hierbij wordt ook het doel van de gelogde activiteiten bijgehouden en onder welke actielijn het valt. Dit logboek wordt regelmatig geanalyseerd door de onderzoeker verbonden aan Thrive en op basis van voortschrijdend inzicht wordt het logboek aangepast aan de ontwikkelingen. Bovenstaande rapportage is voor een groot deel op dit logboek gebaseerd.

- De verkenning richt zich op het inventariseren van bestaande initiatieven en samenwerkingsverbanden die (herstel)ondersteunende activiteiten aanbieden, met een focus op organisaties die dit vanuit de sociale basis doen.
- In 2024 wordt een bestuurlijk advies opgesteld over het al dan niet uitbreiden van het (herstel) ondersteunend aanbod voor jongeren en volwassenen op de wachtlijst van de GGZ.

Werkgroep Veerkrachtige Amsterdammers / kerncoalitie Mentale Gezondheid

Project in samenwerking met onder andere:

- Interne partners: OJZD, Directie GGD Amsterdam
- Externe partners: Dynamo, Cliëntenbelang Amsterdam, Team ED, ELAA, Siga, Zilveren Kruis en buurtteams

Toelichting (tussen)resultaten:

Het vergroten van de mentale veerkracht van Amsterdammers is het hoger gelegen doel van de Coalitie Mentale Gezondheid onder het programma Amsterdam Vitaal & Gezond. Beleidsmedewerkers van Thrive bereiden de vergaderingen voor en delen bij overleggen signalen en kennis uit de praktijk.

- Eind 2023 is het regioplan vastgesteld, maar daarin de aangescherpte doelstellingen op het gebied van mentale gezondheid naar preventie, passende zorg en ondersteuning voor alle Amsterdammers. Het plan geeft inzicht in de belangrijkste regionale



opgaven die binnen Amsterdam Vitaal & Gezond de komende drie jaar aangepakt worden. En hoe de komende jaren gezamenlijk de transitie van zorg naar gezondheid vormgegeven wordt.

Resultaten uit het logboek

Aantal uitgevoerde activiteiten

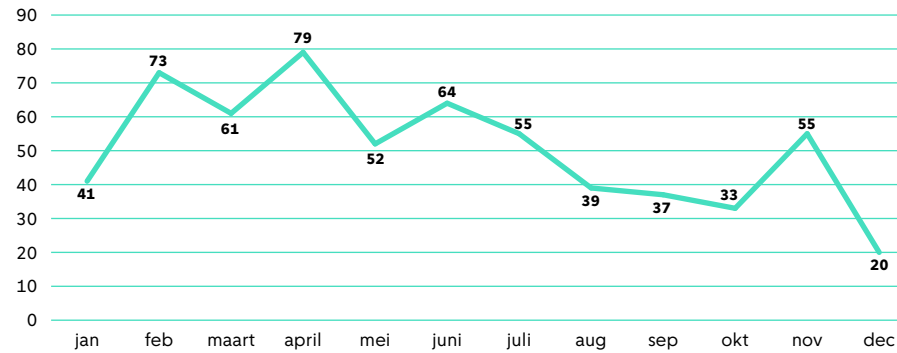
In totaal hebben er in 2023 609 (mede) door Thrive georganiseerde activiteiten plaats gevonden met een bereik van ruim 10.000 personen. Het aantal activiteiten varieerde van 79 in april tot 20 in december, zie figuur 1.

Ten behoeve van welke actielijn zijn de activiteiten uitgevoerd?

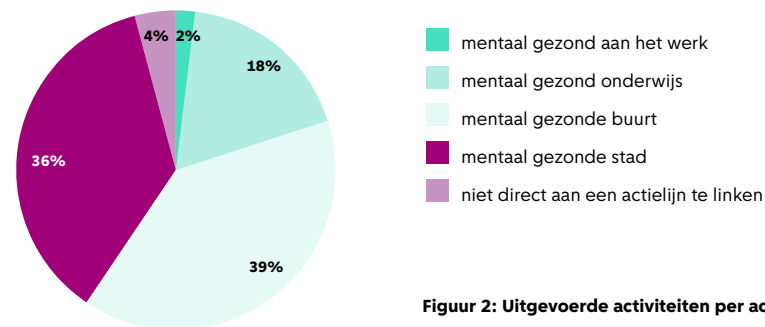
In figuur 2 is te zien dat bijna vier op de tien activiteiten zijn uitgevoerd ten behoeve van de actielijn 'Mentaal gezonde buurt' (39%). In 36% van de activiteiten zijn deze uitgevoerd ten behoeve van de actielijn 'Mentaal gezonde stad'. Bij een kleine minderheid zijn de activiteiten uitgevoerd ten behoeve van de actielijn 'Mentaal gezond aan het werk' (2%) of zijn de activiteiten niet direct te linken aan een actielijn (4%).

Met welke doelen zijn activiteiten uitgevoerd?

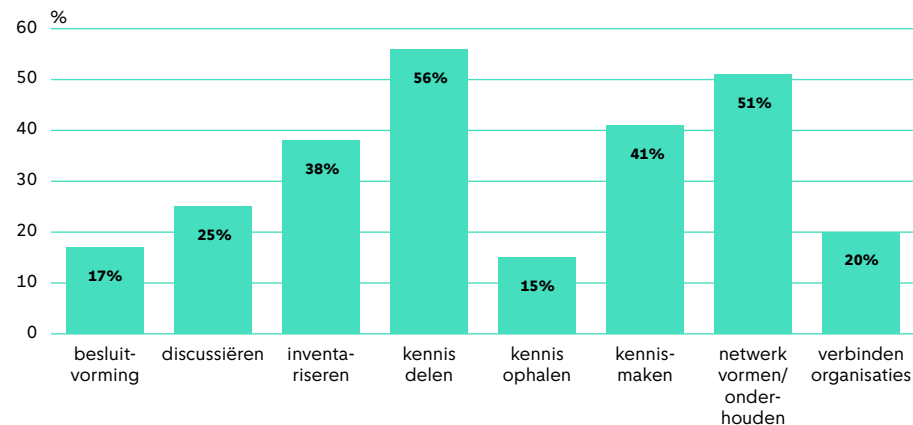
Meer dan de helft van de activiteiten was gericht op het delen van kennis (56%) of het vormen/ onderhouden van het netwerk (51%). Verder is in onderstaande figuur 3 te zien dat in mindere mate het (hoofd)doel was om kennis op te halen (15%).



Figuur 1: Aantal uitgevoerde activiteiten



Figuur 2: Uitgevoerde activiteiten per actielijn



Figuur 3: Doelen van de activiteiten

Financiële realisatie 2023

	Begroting	Uitgaven
Actielijn 1. Mentaal Gezonde STAD	260.000	311.000
Actielijn 2. Mentaal Gezonde BUURT (Nieuw-West, Noord en Zuidoost)	360.000	410.000
Actielijn 3. Mentaal Gezonde SCHOOLOMGEVING	80.000	98.000
WEEK van de Mentale Gezondheid	125.000	64.000
Actielijn 4. Mentaal Gezonde WERKOMGEVING	40.000	29.000
Symposia organisatie	100.000	15.000
Communicatie en campagnes	175.000	193.000
Ad hoc / actualiteit	60.000	79.000
Totaal	1.200.000	1.199.000

Toelichting

- Op actielijn 1 is meer uitgevoerd dan begroot. De oorzaak hiervan is dat er meer stadsbrede bijeenkomsten en events zijn georganiseerd dan aanvankelijk gepland. Organisaties benaderden Thrive voor de co-creatie voor bijeenkomsten en ook voor advies en onderzoekersgegevens over mentale gezondheid.
- De buurtaanpak, actielijn 2, blijft de belangrijkste pijler van de aanpak van Thrive. Er is door de projectleiders van Thrive stevig ingezet op ontwikkeling, versteviging en uitbreiding van het netwerk in de drie stadsdelen. Daardoor wisten veel partners Thrive te vinden, met als gevolg dat veel activiteiten gerealiseerd zijn in buurten en wijken. Deze werden altijd georganiseerd in co-creatie met partners uit de stadsdelen zelf, met name uit de sociale basis.
- Thrive was bij de editie van De Week van de Mentale Gezondheid in 2022 vooral nog veel zelf aan zet als aanjager bij verschillende organisaties om ook iets (mede) te organiseren. Ook organiseerde Thrive nog veel activiteiten grotendeels zelf. Tijdens de daarop volgende editie (22 t/m 28 mei 2023), bleek dat veel organisaties zich bewust waren van hun rol en mogelijkheden in die week. Thrive vervulde meer dan ooit de rol van aanjager en verbinder en minder die van organisator en initiator. Het toont aan dat steeds meer organisaties zich inmiddels mede-eigenaar voelen van het thema mentale gezondheid en daarbij actief hun rol en verantwoordelijkheid nemen naar hun achterban toe.
- De hierboven beschreven ontwikkeling is ook terug te zien in het onderdeel Symposia. Er werden niet zozeer (grotere, stadsbrede) bijeenkomsten georganiseerd, maar er werd meer aangesloten bij initiatieven op wijk- en buurtniveau. In 2023 organiseerde Thrive één groter evenement, het Vierkracht congres voor professionals en vrijwilligers in januari 2023.
- Op het gebied van actualiteit is de inzet van een kwartiermaker mogelijk gemaakt. Zij voert de verkenningen uit naar samenwerking tussen @ease en het jongerenwerk en naar het aanbod van voorzieningen voor Amsterdammers die op de wachtlijst staan van de GGZ.



thrive

a dam mentaal
gezond