

**Bijlagen Regiorapporten
Omgevingsanalyses**

Inhoudstafel

Inleiding	3
Omgevingsanalyse Antwerpen	4
1. Context Antwerpen	4
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	5
3. Regionale aanbod - sociale kaart	12
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	20
Omgevingsanalyse Brussels Hoofdstedelijke Gewest	23
1. Context Brussels Hoofdstedelijk Gewest	23
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	25
3. Regionaal aanbod - sociale kaart	30
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	39
Omgevingsanalyse Limburg	41
1. Context Limburg	41
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	42
3. Regionale aanbod - sociale kaart	46
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	51
Omgevingsanalyse Oost-Vlaanderen	54
1. Context Oost-Vlaanderen	54
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	56
3. Regionale aanbod - sociale kaart	63
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	74
Omgevingsanalyse Vlaams-Brabant	77
1. Context Vlaams-Brabant	77
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	78
3. Regionale aanbod - sociale kaart	84
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	91
Omgevingsanalyse West-Vlaanderen	94
1. Context West-Vlaanderen	94
2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen	95
3. Regionale aanbod - sociale kaart	101
4. Noden, opportuniteiten en actiepunten	110

Inleiding

In het kader van projectdoelstelling 1, 'het versterken en het vergroten van de samenwerkingen in de studentensteden tussen hogeronderwijsinstellingen (HOI) en regionale diensten via zes verbindingsofficieren', voerde het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO) per provincie en voor het Brussels Hoofdstedelijk Gewest een omgevingsanalyse uit (OD3), met het oog op identificeren van goede praktijken en noden met betrekking tot studentenwelzijn.

In het kader van de regionale omgevingsanalyse, bracht het SIHO voortbouwend op de bestaande Sociale Kaart, het provinciale aanbod in kaart met betrekking tot studentenwelzijn, met het oog op het identificeren van goede praktijken en knelpunten en het uitbreiden van het netwerk voor de hogeronderwijsinstellingen (HOI). Deze analyse kende een provinciale scope, zodat ook de goede praktijken en noden van kleinere studentensteden in kaart konden worden gebracht. De gegevensverzameling vond plaats in de periode februari 2021 - juni 2021 en focuste op het perspectief van onderwijsinstellingen, studenten, en het geestelijke gezondheidszorgsysteem.

Op basis van de verzamelde informatie maakte elke verbindingsofficier een rapport op. Elk rapport zoomt in op de context van de regio, onderlinge samenwerkingen tussen de onderwijsinstellingen, een synthese van het aanbod, gefocust op de pijlers van een geïntegreerd beleid en de goede praktijken van de HOI, een korte synthese van het regionale aanbod GGZ, en besluit met verdere noden en opportuniteiten en actiepunten waarop de regio de volgende maanden tijdens dit project op zal focussen.

De fiches en een gedetailleerde overzichtstabel van de regio's werd aan de HOI ter beschikking gesteld. Op vraag van de HOI zal het SIHO via een eenvoudige database met filters het Vlaanderenbreed aanbod publiceren op haar website. Het materiaal werd ook aan de Sociale Kaart overgemaakt, die momenteel haar database aanvult met de aanvullende diensten, binnen de beperkte scope van 'kwetsbare groepen'. Daarbij werden op vraag van SIHO ook specifieke 'tags' (student, universiteit, hogeschool, HBO5 etc) toegevoegd aan de diensten die relevant zijn voor de studentenpopulatie, zodat bezoekers gericht de relevantie informatie met betrekking tot de dienstverlening voor HO-context kunnen opzoeken op de Sociale Kaart. De Sociale Kaart en SIHO werken ook samen om een sociale kaart op maat van studenten te ontsluiten op het centraal platform.

Deze bijlage bundelt de regiorapporten. De methodologie, analyse en conclusies worden in het eindrapport besproken. De geïdentificeerde inspirerende praktijken van de HOI zullen thematisch worden gebundeld in een database voor HOI (per thema/pijler).

Omgevingsanalyse Antwerpen

1. Context Antwerpen

De provincie Antwerpen omvat drie grote studentenregio's, met name regio Antwerpen, regio Kempen-Turnhout en regio Lier-Mechelen. Studenten van Universiteit Antwerpen (UAntwerpen), KU Leuven, AP Hogeschool, Karel de Grote Hogeschool (KdG), Thomas More¹ (TM), de Hogere Zeevaartschool (HZS) volgen er onderwijs.

De onderwijsinstellingen zijn zeer verschillend, zowel op het vlak van interne organisatie alsook in grootte, capaciteit en locatie binnen de provincie Antwerpen. Universiteit Antwerpen, Karel De Grote Hogeschool en de Hogere Zeevaartschool zijn gelokaliseerd in de stad Antwerpen met respectievelijk vier, zeven en twee campussen. In de provincie Antwerpen, heeft de KULeuven² drie campussen in stad Antwerpen, een campus in Geel en een campus in Sint-Katelijne Waver. AP Hogeschool met 15 campussen en Thomas More met 12 campussen, zijn sterk verspreid over de gehele provincie Antwerpen o.a. in Antwerpen, Lier, Turnhout, Vorselaar, Mechelen, Duffel, Sint-Katelijne-Waver en Westerlo.

In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 69.390 inschrijvingen in de provincie Antwerpen (tabel 1). Het aantal inschrijvingen in de provincie Antwerpen is het grootst in stad Antwerpen (51.740), gevolgd door Geel (6.624), Mechelen (6.392), Sint-Katelijne Waver (1.668), Turnhout (1.571), Vorselaar (754) en Lier (641).

Academiejaar 2019-2020	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
Provincie Antwerpen					
Universiteit Antwerpen	11.391	9.039	17.213	3.217	20.430
KU Leuven Campussen	1.201	1.924	2.965	160	3.125
AP Hogeschool	7.890	6.130	12.116	1.904	14.020
Karel De Grote Hogeschool	7.757	5.245	11.984	1.018	13.002
Thomas More	10.339	7.999	17.004	1.334	18.324
Hogere Zeevaartschool	72	417	326	163	489
Totaal	38.641	30.749	61.595	7.795	69.390

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

De studentenvoorzieningen die gelijkwaardige toegang tot, en de deelname van alle studenten aan het hoger onderwijs bevorderen, zetten in op zes werkvelden. Werkveld vier focust op de medisch en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de studentenvoorzieningen psychosociale en psychologische dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. Binnen deze diensten werken studentenbegeleiders, psychologen en psychotherapeuten. Deze personen hebben kennis

¹ Thomas More is een feitelijke samenwerking tussen twee hogescholen: Thomas More Mechelen-Antwerpen vzw en Thomas More Kempen vzw.

² Sinds haar oprichting in 1425 bevindt de KU Leuven zich in Leuven. Daarnaast biedt de universiteit ook bachelor- en masteropleidingen aan in negen andere steden in België: Brussel, Antwerpen, Geel, Sint-Katelijne-Waver, Gent, Aalst, Kortrijk, Brugge en Diepenbeek.

en expertise inzake studie processen in relatie en wisselwerking met emotionele problemen. Verder zijn ze vertrouwd met de problematiek van functiebeperkingen en met domeinen zoals studiekeuze. De opvolging van studentenwelzijn is niet enkel werkveldoverschrijdend, maar betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen. Tijdens Corona zijn in verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

Tussen de verschillende instellingen zijn specifieke samenwerkingen. Thomas More en KU Leuven maken deel uit van de Associatie KU Leuven. Binnen hun associatie maken zij ook deel uit van de werkgroep studentenvoorzieningen. Universiteit Antwerpen, AP Hogeschool Antwerpen, Hogere Zeevaartschool en Karel de Grote hogeschool maken deel uit van de Associatie Universiteit & Hogescholen Antwerpen (AUHA). Binnen de associatie maken ze deel uit van de overkoepelende werkgroep studentenvoorzieningen (STUVANT). STUVANT is een samenwerkingsverband tussen studentenvoorzieningen van de associatie waar het gemeenschappelijk beleid met betrekking tot de studentenvoorzieningen wordt ontwikkeld en uitgevoerd. Thomas More en KU Leuven zijn geen vast onderdeel van STUVANT maar nemen deel aan bepaalde werkgroepen. STUVANT voert gezamenlijke projecten uit, waaronder Psy-net.

Psy-net is het samenwerkingsverband van geestelijke gezondheidszorg voor studenten in Antwerpen. Het samenwerkingsverband ontstond in 2004 en vertegenwoordigt alle instellingen van de AUHA (Associatie Universiteit en Hogescholen Antwerpen) en KU Leuven Campus Antwerpen. Vanaf volgend academiejaar maakt Thomas More ook terug deel uit van het netwerk. Het netwerk vertegenwoordigt alle studentenbegeleiders en -psychologen van de instellingen enerzijds en een aantal externe psychotherapeuten en trainers anderzijds. In 2019 is er een vernieuwde visie- en missietekst opgesteld (Psy-net 2.0). De doelstelling van Psy-net is een gekend en toegankelijk interprofessioneel netwerk creëren en onderhouden (1) op basis van de noden van studenten, (2) met competente en professionele hulpverleners en begeleiders, (3) waar de deelnemers actief in participeren en zich betrokken voelen, (4) dat gericht is op duurzame hulpverlening en (5), dat zich ook op preventie focust.

Student & Antwerpen, STAN, een studentencommunity voor en door studenten, betreft een samenwerking tussen stad Antwerpen, hogeronderwijsinstellingen en studenten. STAN biedt een uniek platform voor de Antwerpse student: het wil verbinding creëren tussen alle Antwerpse studenten via tal activiteiten, en ook specifiek via de ontmoetingsplaats GATE15. Bij STAN kunnen alle Antwerpse studenten elkaar ontmoeten, samen studeren, samenwerken, feest-studie- en woonruimtes huren, al hun vragen stellen etc. Verder participeren alle hogeronderwijsinstellingen in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Alle instellingen participeren ook actief in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

Naast formele overlegorganen, samenwerkingsverbanden en associatie- werkingen is er ook kennis en informatiedeling die zowel formeel, informeel, periodiek en ad hoc kan zijn.

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de hogeronderwijsinstellingen uit de provincie Antwerpen op vlak van studentenwelzijn, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief, en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid studentenwelzijn, zoals beschreven in het eindrapport (hoofdstuk 1).

Informatie, vroegsignalering en awareness

Instellingen communiceren via diverse kanalen zoals website, nieuwsbrief, mail, intranet, flyers, informatieborden/schermen, sociale media (Facebook, Instagram) informatie omtrent mentaal welzijn en het aanbod aan psychosociale hulpverlening kenbaar en/zichtbaar te maken voor studenten. De informatie is zowel in het Nederlands als in het Engels (weliswaar beperkter) beschikbaar om tegemoet te komen aan de noden van internationale studenten. Het doel van deze informatie is om enerzijds studenten preventief te informeren en te sensibiliseren en anderzijds om de weg naar de studentenvoorzieningen, het welzijns- en curatieve hulpaanbod te faciliteren. De informatie wordt op een transparante manier gecommuniceerd. Deze communicatie gebeurt gecentraliseerd alsook context gebonden waar mogelijk en opportuun.

STudentenInformatiePunt (STIP) - Om de dienstverlening laagdrempelig en toegankelijk te maken, zette de Universiteit Antwerpen extra in op een gevarieerd ondersteuningsaanbod met digitale communicatie- en werkvormen. Om de stap naar ondersteuning kleiner te maken, kunnen studenten via een chatbox in contact komen met de STIP-medewerker en zo een afspraak maken met een studentenbegeleider.

SOS Kopzorgen - Op de intranetpagina SOS Kopzorgen vinden studenten van AP Hogeschool Antwerpen een handig overzicht van allemaal kanalen die de student kan contacteren in alle discretie, voor een luisterend oor en/of advies & hulp op maat.

Intranetpagina - Studenten van Karel de Grote Hogeschool vinden op de intranetpagina bij 'Ondersteuning en Begeleiding' een overzicht van alle thema's waarvoor ze begeleiding en ondersteuning kunnen krijgen.

Ook Psy-net en STAN bieden op hun website een beknopt overzicht over mentaal welbevinden en belangrijke partners in het veld. Deze webpagina's zijn zowel in het Nederlands als in het Engels raadpleegbaar. Het Project Psy-net 2.0 heeft ook als doel om een communicatiestrategie uit te werken om de bekendheid van Psy-net en het bereik naar studenten toe te vergroten.

De HOI willen preventief werken en focussen op vroegsignalering via detectie, psycho-educatie en lezingen. De HOI zetten in op signalering en vroegdetectie van psychische problemen, onder meer via studentenbevragingen. Via projecten en specifieke werkgroepen worden de noden en mogelijkheden geïnventariseerd.

Preventie project - Via het Project Preventie wil de Universiteit Antwerpen het bewustzijn verhogen bij studenten en personeelsleden over positieve en negatieve invloeden op mentaal welzijn, verbinden en ontmoeting faciliteren, signaleren, deskundigheid verhogen en initiatieven bereikbaar maken. Dit in samenwerking met verschillende actoren vanuit de universiteit.

Detectie en Preventie - Binnen AP Hogeschool Antwerpen kunnen studenten op verschillende domeinen aan zelfscreening doen via de tool AP-vaardig, bv om hun taal- of rekenvaardigheid in kaart te brengen. Aangezien de hogeschool in het algemeen, en als psychologische dienst in het bijzonder, het welbevinden van hun studenten centraal willen stellen, wordt een screening rond het thema psychisch welbevinden verkend. De psychologische dienst van de AP Hogeschool heeft een actieplan suïcidepreventie ontwikkeld, waarin een onderscheid wordt gemaakt tussen 3 pijlers: universele preventie (brede educatieve campagnes voor de algemene studentenpopulatie), selectieve preventie (specifieke doelgerichte acties voor bepaalde risicogroepen), en geïndiceerde preventie (behandeling van diegenen met een uitgesproken problematiek). De psychologische dienst zet in op het uitwerken van initiatieven die passen binnen dit actieplan, zowel gericht op studenten zelf als op (deskundigheidsbevordering van) het personeel via de gatekeeperstraining. Het betreft een skills-training voor personeelsleden gericht op het herkennen, bevragen/bespreken en verwijzen in geval van emotionele problemen en/of suïcidaliteit.

Rapporten regio's

In het kader van preventie, participeren de instellingen hoger onderwijs ook aan de vierjaarlijkse bevraging onder studenten naar middelengebruik in samenwerking met VAD, het Vlaams Expertisecentrum voor alcohol en andere drugs.

Het praten over mentaal welbevinden en ondersteuningsnoden is voor heel wat studenten niet altijd even makkelijk. Via sensibiliserende acties zetten hogeronderwijsinstellingen en studentenverenigingen in op het doorbreken van taboes.

E-cards - Met de actie 'stuur eens een kaartje', werden collega's, en studenten aan AP Hogeschool Antwerpen aangemoedigd om elkaar een opkikkertjes te bezorgen via e-cards ontworpen door een cartoonist.

De kleine podcast - In de kleine podcast 'studeren met een beperking' wisselen studenten van Karel de Grote Hogeschool uit over hun uitdagingen en hun ervaringen op de hogeschool.

Binding en verbinding

Verbondenheid is een belangrijke protectieve factor voor psychische gezondheid. Dit gaat over zich thuis kunnen voelen in de studentenstad, de onderwijsinstellingen en zich verbonden weten (sense of belonging) met medestudenten, de opleiding, docenten, etc. Om de verbinding tussen studenten onderling te ondersteunen en te bevorderen wordt er door de hogeronderwijsinstellingen sterk ingezet op verbindende initiatieven via online communities, zoals samen studeren via discords, samen ontspannen (online sport, cultuur via lezen of film, activiteiten van kringen, initiatieven van faculteiten ...). Waar sommige initiatieven worden begeleid door een medewerker, zijn bepaalde initiatieven volledig georganiseerd door en voor studenten. Instellingen bieden ook initiatieven aan voor internationale studenten.

Samen sterk - Universiteit Antwerpen: De initiatieven die onder deze noemer vallen zijn gericht op 'samen'. Zo zijn er initiatieven als samen wandelen, samen sporten, samen ontspannen, samen naar een musea, samen ploggen, samen door de blok,...

Joinby - Via Joinby, een sociale community app, stimuleren Thomas More en Karel de Grote Hogeschool community building tussen studenten. Thomas More studenten kunnen via de app gemakkelijk nieuwe studenten leren kennen en zich matchen met studenten met gelijkaardige interesses. In september is deze app ook beschikbaar voor studenten van Karel de Grote Hogeschool.

Wanderlust - Karel de Grote Hogeschool studentenleven organiseerde Wanderlust waarbij studenten werden uitgenodigd om op wandelavontuur te gaan met 3 à 4 Karel de Grote Hogeschool-studenten in Lier, Sint-Niklaas, Boom,... Daarbij werden wandelroutes in 12 Vlaamse regio's beschikbaar met een verrassingspakket voor onderweg.

#coronacreation - In tijden van Corona tonen studenten, docenten en alumni hun creativiteit op de sociale media. Lessen worden van thuis uit gegeven maar om studenten en medewerkers een hart onder de riem te steken, bundelen ze als ontspanning online concerten en repetities.

Mind Matters - De studentenvereniging Absoc van KU Leuven Campus Antwerpen heeft Mind Matters Marathon uit de grond gestampt. Met dit project beogen ze de mensen terug aan te zetten om te sporten, doelstellingen te zetten en verbondenheid te creëren. Daarnaast willen ze ook geld inzamelen voor het Fonds Geestelijke Gezondheid bij Kinderen en Jongeren, dat zich inzet voor jongeren die het mentaal zwaar te verduren hebben.

HOI en studentenverenigingen zetten ook initiatieven op om internationale studenten en lokale studenten en medewerkers te verbinden.

Rapporten regio's

ISOKempen - ISO Kempen staat voor International Student Organisation Kempen. Deze nieuwe vereniging richt zich specifiek naar internationale studenten aan Thomas More of KU Leuven campussen gelegen in de Kempen. Ze organiseren allerlei culturele uitstappen, interessante workshops, (online) spelletjes, thema-evenementen, ... om internationale studenten een onvergetelijke tijd te bezorgen. Ook voor studenten die denken aan een buitenlandse stage of studie voorzien de vereniging info-evenementen en workshops om zich optimaal voor te bereiden.

Mondo - Mondo is een vereniging binnen de Universiteit Antwerpen die een sociaal netwerk wil creëren voor buitenlandse medewerkers, promovendi en studenten en hun familieleden. Mondo beoogt de sociale cohesie op de universiteit te versterken en alle buitenlandse studenten en medewerkers helpen om beter kennis te maken met het land waarin ze wonen en werken door samen activiteiten te ondernemen. Het hele jaar door organiseert MONDO maandelijkse sociale activiteiten gericht op internationale medewerkers en studenten, zoals een rondleiding door de stad, musea, fietstochten,...

BustaBove - Voor de internationale week stelde de studentenvereniging Calesa (KU Leuven Campus Stad Antwerpen) een op maat gemaakte internationale afspeellijst op om studenten in contact te brengen met diverse internationale culturen.

International student council - Karel de Grote Hogeschool installeert vanaf september een international student council waardoor internationale studenten, supplementair aan studentenraden, hun stem kunnen laten horen. Daarnaast organiseert Karel de Grote Hogeschool ook welcoming days voor internationale studenten.

Naast de onderlinge verbondenheid tussen studenten en medestudenten, staat ook academische integratie het zich identificeren met zijn/haar studie voorop. Instellingen nemen ook specifieke initiatieven om de binding tussen de student en de opleiding, medewerkers en medestudenten te versterken.

#wearemore - Via de hashtag #wearemore wil Thomas More studenten en personeel over alle campussen zich laten thuisvoelen. Thomas More is méér dan een hogeschool, en wil een warme community zijn die leeft en groeit dankzij haar studenten, docenten en personeel. Via gerichte instagram en facebookpagina's per campus worden studenten en personeel uitgenodigd om de belevenissen van studenten en de activiteiten op de verschillende campussen te volgen. Verder kent de dienst studentenvoorzieningen van Thomas More aan de opleidingen een budget toe per student om in de opleidingen community bevorderende activiteiten te organiseren. Via de pioniersdag organiseert Thomas More ook een onthaaldag voor de student en gezin waarbij kennismaking met de hogeschool, welzijn en netwerking centraal staat.

Veel studenten ondervinden emotionele problemen maar niet elk probleem vraagt om professionele hulpverlening. Studenten doen vaak in eerste instantie beroep op hun vrienden. De HOI zetten daarom ook in op initiatieven via peer-to-peer en buddyprojecten, waarbij studenten (buddies) andere studenten in hun studieloopbaan en sociale en academische integratie ondersteunen. Deze werkingen dragen bij tot meer sociale cohesie en verbondenheid onder studenten, wat een belangrijke impact heeft op psychische gezondheid en studiesucces. Bij deze verbindende initiatieven is er extra aandacht voor kwetsbare studentengroepen zoals onder meer eerstejaarsstudenten, internationale studenten en studenten met een functiebeperking.

Students for Students - Via het peer support netwerk 'Student for Students' wil de Universiteit Antwerpen voor elke student de ruimte creëren om elkaar te ondersteunen in allerlei problemen die kunnen opduiken. Een groep gemotiveerde studenten, ook wel praatmaten genoemd, bieden een luisterend oor aan studenten. Hiertoe kregen ze een opleiding van de studentenpsychologen. Daarbovenop organiseert Students for Students ook regelmatig evenementen die kunnen helpen met mentaal welzijn, of zorgen voor verbinding.

Momenteel zijn er negen studenten die zich als praatmaten aanbieden. Op de site vinden studenten de foto en korte informatie zodat ze een student kunnen kiezen die aansluit bij zichzelf.

Mate2Mind - Het buddy-systeem van AP Hogeschool matcht telkens twee studenten, die elkaar praktisch en mentaal kunnen ondersteunen. Ze worden hierbij begeleid door de psychologische experts van AP Hogeschool. Studenten die interesse hebben in de buddywerking kunnen vrijblijvend contact opnemen met de Psychologische Dienst.

Niet alleen op instellingsniveau, maar ook overkoepelend organiseren de HOI samen verbindende activiteiten voor de studenten in Antwerpen op het gebied van sport, ontspanning en cultuur.

Dag van de Antwerpse student - De Antwerpse hogescholen en universiteiten sloegen de handen in elkaar en lanceerden op 4 februari 2021 samen de eerste Dag van de Antwerpse Student. AP Hogeschool, Hogere Zeevaartschool, Karel de Grote Hogeschool, KU Leuven, Thomas More Hogeschool en Universiteit Antwerpen zetten dit initiatief op poten om alle studenten in de stad en de provincie Antwerpen te laten voelen dat ze er niet alleen voor staan. Tijdens de eerste editie zoomen ze via verschillende kleine en grote acties in op mentaal welzijn.

Zaadjes van hoop - Naast STUDY360 en de Studentengids, onderneemt STAN extra acties om studenten in deze corona tijden te verbinden en ondersteunen. Tijdens de corona pandemie organiseerden ze de actie 'Zaadjes van hoop'.

HOI hebben ook aandacht voor het stimuleren van het opnemen van een sociaal engagement. Vrijwilligerswerk heeft naast het zinvol helpen van anderen namelijk ook voor de vrijwilliger zelf een positief effect op zijn of haar levenskwaliteit en psychische gezondheid. Het maatschappelijke opbouwwerk is hier rond ook één van de positieve effecten. Een sterkere samenleving heeft op haar beurt weer impact op het welzijn van de mensen.

Sociaal engagement - Op de webpagina van Thomas More vinden studenten heel wat informatie terug over mogelijke engagementen ten aanzien van kot- of stadsgenoten. De hogeschool voorziet in een lijst van fijne initiatieven waarvoor studenten zich kunnen engageren. Indien de student zich inzet als omkadelaar of een sociaal engagement opneemt in de buurt, genieten ze ook van een vrijwilligersvergoeding.

Psycho educatieve sessies, trainingen en workshops

Instellingen hebben een ruim aanbod van psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops over gezondheidsvoorlichting en psychische gezondheid waarop elke student kan intekenen.³ Thema's van sessies die in in de verschillende hogeronderwijsinstellingen aan bod komen zijn weerbaarheid, psychische gezondheid, faalangst, verbindende communicatie, positieve psychologie, omgaan met stress, blokken en plannen,...

Thomas More, AP Hogeschool Antwerpen, Universiteit Antwerpen, Karel de Grote Hogeschool en de KU Leuven bieden themabijeenkomsten en lezingen aan omtrent verschillende thema's zoals veerkracht, slaap, stress, positieve ingesteldheid,... Studenten, maar ook personeel, konden hiervoor gratis inschrijven. De webinars werden ook opgenomen zodat studenten deze nadien kunnen raadplegen. Door de corona pandemie hebben instellingen dit aanbod hoofdzakelijk online aangeboden.

³ Tot vorig jaar heeft Psy-net een instellings-overschrijdend een groepsaanbod aangeboden. Dit aanbod bestond uit trainingen omtrent faalangst, mindfulness en sociale vaardigheden.

Naast generieke sessies zijn er ook specifieke groepstrainingen met een vlotte doorstroom naar intern of extern behandelaanbod, indien nodig. Deze sessies en trainingen worden afgestemd op de behoeften en noden van studenten en worden bepaald aan de hand van de hulpvraag van de studenten. Sommige trainingen werken met een intakegesprek, omdat ze voor een specifieke doelgroep zijn bedoeld. Als daaruit blijkt dat de student niet in aanmerking komt, wordt er door de studentenvoorziening een gepast alternatief aangeboden. Dit kan een andere training zijn of een individuele begeleiding, hetzij intern of hetzij extern. Door de corona pandemie hebben instellingen dit aanbod hoofdzakelijk online aangeboden wat doorgaans leidde tot een groter bereik (hoger aantal inschrijvingen).⁴ Het Engelstalig aanbod is beperkt.

Instellingen hoger onderwijs zijn verkennend met betrekking tot het implementeren van een e-health aanbod. Deze verkenning gebeurt vaak in het kader van een algemene tendens tot digitalisering van de dienstverlening (online communicatie, online tools, online begeleidingen, online aanvragen, ...). Iedere instelling en lokaliteit heeft een eigen aanpak rond (online) dienstverlening en de onderliggende e-health. Enkele instellingen voorzien een e-health aanbod waarbij studenten via digitale trajectbegeleiding aan studiegerelateerde psychologische problemen zoals faalangst, onzekerheid, uitstelgedrag,... kunnen werken. Zo werken vier hogeronderwijsinstellingen met de tool 'Studeren zonder Blokkeren'. Dit e-health pakket biedt studenten met studiegerelateerde psychologische problemen (zoals faalangst, onzekerheid, uitstelgedrag,...) de mogelijkheid om via digitale trajectbegeleiding zichzelf te helpen en gemakkelijker de weg te vinden om persoonlijk hulp te zoeken wanneer dit nodig lijkt. Deze tool is zowel beschikbaar in het Nederlands als Engels. Iedere instelling heeft zijn eigen aanpak rond de implementatie ervan.

Individuele psychologische begeleiding en verwijzing

Wanneer studenten vragen of problemen hebben is er nood aan vraagverheldering. De studentenbegeleider of studentenpsycholoog biedt een luisterend oor, filtert de vraag, en bespreekt waar de student nood aan heeft. De medewerkers kiezen steeds voor de minst ingrijpende zorg (subsidiariteit). Het is dus best mogelijk dat de studentenbegeleider de student doorverwijst naar groepssessies, activiteiten etc.

Wanneer een student wel nood heeft aan individuele begeleiding komt de student terecht bij de psychosociale dienst van de studentenvoorziening. Binnen de individuele psychosociale begeleiding wordt er ingezet op verantwoordelijkheid, en het waarderen van de student zijn/haar krachten. De psychologische begeleiding focust op de totale ontwikkeling van de student, waarbij het versterken van de student centraal staat. Instellingen streven ernaar om elke student binnen de twee tot drie weken een eerste afspraak te bieden. Dit garandeert een snelle eerste evaluatie van vragen over psychische problemen.

De meest voorkomende aanmeldingsproblemen zijn contextueel gebonden problemen, stress en faalangst. Verder zijn ook relationele problemen, depressieve klachten, trauma en angst voorkomende aanmeldingsproblemen. Psychosociale begeleiding wordt voornamelijk aangeboden via een individueel face-to-face gesprek. Echter bieden instellingen sinds de COVID-19 pandemie individuele gesprekken aan via andere kanalen zoals video, telefoon of chat. Ook in de toekomst zal dit alternatief online aanbod beschikbaar zijn en worden aangeboden ter ondersteuning van het face-to-face aanbod. Zodoende is de psychosociale begeleiding meer toegankelijk en reduceert het de absentiemegraad op afspraken. Binnen de regio is er een duidelijke stijging in het aantal studenten dat een beroep doet op deze dienstverlening.⁵

⁴ In de regio Antwerpen namen er in 2020 meer studenten (412) deel aan groepssessies binnen de instellingen dan het jaar voordien in 2019 (345) (geen uniek aantal, sommige studenten namen deel aan verschillende sessies).

⁵ In de Antwerpse regio werden in 2020 vanuit alle instellingen samen 2027 unieke studenten bereikt via individuele gesprekken met een gemiddeld aantal gesprekken van 3,6 (online + Face-to-face gesprekken) door studentenbegeleiders van de psychosociale dienst. Dit is een stijging van 8% ten opzichte van het jaar voordien. Deze cijfers omvatten het totaal aantal bereikte studenten in volgende instellingen: UA, AP, KdG, HZS en KU Leuven Campus Antwerpen. Binnen Thomas More Mechelen - Antwerpen is er een stijging van 14% (2020) ten opzichte van 2019 in de aanvragen voor individuele begeleiding, binnen Thomas More Kempen is er een stijging van 32% (2020).

Wanneer studenten langdurige of gespecialiseerde hulpverlening nodig hebben verwijzen de studentenvoorzieningen de student op een zo laagdrempelig mogelijke manier door naar de meest geschikte dienst intern of extern. In de stad Antwerpen neemt Psy-net een centrale ondersteunende rol op.⁶ De hogeronderwijsinstellingen en Psy-net beschikken over een gediversifieerd netwerk van externe begeleiders, zorg- en hulpverleners of andere professionals die aan specifieke kwaliteitscriteria voldoen. In eerste instantie wordt er verwezen naar privé-therapeuten die aangesloten zijn bij Psy-net. Sommige instellingen maken in tweede instantie ook gebruik van therapeuten niet verbonden aan Psy-net. Het moment waarop er wordt verwezen naar externe begeleiding is enerzijds afhankelijk van de draagkracht en het mandaat van de studentenbegeleider/psycholoog en anderzijds van de aard van het concrete probleem. Voor de studenten die verwezen worden door de studentenbegeleiders/psychologen naar privé-therapeuten wordt er een vergoeding vanuit Psy-net voorzien en draagt de student een beperkt tarief per sessie bij.

Cijfers tonen aan dat de wachttijden bij externe partners steeds langer worden. De therapeuten verbonden aan Psy-net geven aan dat ze overbevraagd worden door de coronacrisis. Hierdoor is het voor hen niet mogelijk om voor alle aanmeldingen op korte termijn een opstart te realiseren. Ook merken zij op dat hun begeleidingstrajecten van studenten langer lopen en dat er vaak studenten na een periode van afronding zich opnieuw aanmelden. Omwille van wachttijden bij externe begeleiding wordt de begeleiding vaak intern verder gezet ter overbrugging naar een externe begeleiding. De dienstverlening die de instellingen aanbieden, die gratis toegankelijk is zonder wachtlijst, vult hier een leemte op. De instellingen kiezen ervoor om de externe wachttijd zorgvuldig te overbruggen door studenten te begeleiden tot zij extern terecht kunnen. Dit leidt er evenwel soms toe dat stuvo's hun initiële taken (i.e. preventie en vroegtijdige detectie, kortdurende eerstelijns hulp) niet steeds kunnen waarborgen en er niet meer volgens het model van stepped care kan worden gehandeld.

Crisis, schokkende gebeurtenissen en vertrouwenspersoon

HOI bieden handvatten aan voor professionals en peer-werkingen binnen de hogeronderwijsinstellingen over hoe om te gaan met enerzijds studenten in crisis en anderzijds een schokkende gebeurtenis. Instellingen hebben stappenplannen/flowchart/leidraden ontwikkeld omtrent vroegdetectie, crisissituaties en schokkende gebeurtenissen die beschikbaar zijn op het centrale intranet platform. Naast flowcharts voor medewerkers, ontwikkelde de Universiteit Antwerpen ook een leidraad voor studenten 'Omgaan met schokkende gebeurtenissen'. Daarnaast worden vormingsinitiatieven naar de studentenbegeleiders en medewerkers van de Sociale Dienst uitgerold, zodat iedereen vanuit eenzelfde visie vorm zal geven aan de opvang van studenten. Tot slot voorzien instellingen ook op intensieve en regelmatige wijze intervisie en supervisie voor hun medewerkers.

De vraag naar het aanbod omtrent crisis en schokkende gebeurtenissen is toegenomen. Instellingen rapporteren een nood aan structurele samenwerkingsverbanden met crisisdiensten om enerzijds de toeleiding op het moment van crisis vlot te laten verlopen en anderzijds nazorg te waarborgen, alsook de zorg en opvang buiten kantooruren. Wanneer studenten betrokken zijn bij een schokkende gebeurtenis, kan er tijdens de kantooruren opvang worden voorzien door de stuvo's. Na de kantooruren is het aanbod beperkt. De Universiteit Antwerpen heeft daarom een samenwerking met POBOS, een organisatie die hulp organiseert onmiddellijk na een schokkende gebeurtenis en beschikt over een netwerk van psychologen die gespecialiseerd zijn in trauma-opvang. Ook in de andere regio's is er nood aan opvang buiten de kantooruren. Omtrent dit thema is er over onderwijsinstellingen heen binnen de Antwerpse regio een werkgroep.

⁶ In de Antwerpse regio zijn er 170 studenten verwezen, waarvan 105 verwezen werden naar Psy-net therapeuten (9 externe therapeuten en 1 groepspraktijk) en 65 naar andere externe therapeuten. Het totaal aantal verwijzingen is niet verschillend van 2019. Desalniettemin is het aantal doorverwezen studenten naar externe therapeuten die niet verbonden zijn aan psy-net gestegen ten opzichte van 2019, en is dit instellingsgebonden. Studenten binnen Thomas More Mechelen-Antwerpen werden minder extern doorverwezen (-17%, 2020), hoewel er binnen Thomas-More Kempen wel een stijging was in het aantal externe doorverwijzingen (+42%, 2020).

Elke HOI biedt de mogelijkheid om grensoverschrijdend gedrag (pesten, discriminatie, ongewenst seksueel gedrag, geweld, intimidatie,...) te melden. Het meldpunt heeft als doel vroegdetectie mogelijk maken, zorgen voor een eerste opvang en gericht door te verwijzen indien nodig. De meldpunten zijn zowel beschikbaar voor studenten als voor onderwijspersoneel en zijn via verschillende kanalen bereikbaar.

Professionalisering medewerkers, studenten tot sensibiliserend gatekeepers

De HOI zetten ook in op het professionaliseren van alle betrokkenen in het hoger onderwijs op vlak van mentaal welbevinden. Corona heeft de interne samenwerking binnen de hogescholen en universiteiten versterkt; zo werd er intenser samengewerkt met facultaire medewerkers, docenten, onderzoekers, onderwijsdiensten en studenten. Men onderstreept hiermee het belang dat iedereen, zowel onderwijsmedewerkers, stuvomedewerkers als studenten een rol kan spelen in het creëren van een positief, ondersteunend leef-, werk- en leeromgeving. Thomas More organiseerde bijvoorbeeld een gezamenlijke professionalisering tijdens een teamtweedaagse waarbij thema's als inclusieve studentenevenementen, eenzaamheid onder de studenten aan bod kwamen.

HOI bieden naast trainingen en vormingen voor personeel ook handvatten, actieplannen, flowcharts aan zodat personeelsleden op een adequate manier kunnen handelen als ze geconfronteerd worden met een bepaalde vraag/probleem. Zo zijn er stappenplannen omtrent grensoverschrijdend gedrag, gatekeeperstraining (skill-training) gericht op het herkennen, bevragen, bespreken en verwijzen in geval van emotionele problemen en/of suïcidaliteit.

3. Regionale aanbod - sociale kaart

Dit hoofdstuk rapporteert over de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in de provincie Antwerpen. Voor de HOI werd een uitgebreide sociale kaart met fiches van diensten uit de diverse lijnen opgesteld. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese gemaakt van de toegankelijkheid van de zorg, de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten, de coördinatie van het systeem.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldlijn

De diensten en structuren die tot de nuldlijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

Er zijn heel wat wat **lotgenotenverenigingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Hun hoofddoel is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten zijn voor studenten een meerwaarde gezien ze ontmoetingskansen bieden met lotgenoten en laagdrempelig inzetten op ervaringsdeskundigheid en herstel.⁷ Zo zijn er in de provincie Antwerpen lotgenotencontacten zoals: Steunpunt adoptie, Werkgroep Verder, Similes, Al-Anon, ZoJong... Vanuit Similes wordt er een werking op poten gezet rond "familie buddy's". OP WEGG SaRa is in opstart en wil ontmoeting tussen en participatie van ervaringsdeskundigen in vormingen, beleid en beeldvorming stimuleren. De meerwaarde van veel verenigingen is dat ze verspreid zijn over Vlaanderen waardoor studenten kunnen aansluiten in een zelfgekozen regio.

⁷ Het SIHO maakte voor de regio een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

De vier **HerstelAcademies** in de provincie Antwerpen (netwerk SaRa (2), netwerk Emergo en netwerk Kempen) bieden een laagdrempelig (en preventief) vormingsaanbod aan rond psychische gezondheid (bv. omgaan met tegenslagen, omgaan met eenzaamheid, piekeren, depressie) aan. De herstelacademies zijn ontstaan vanuit de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG). De cursussen richten zich in de eerste plaats naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maar ook betrokkenen uit de omgeving en (toekomstige) hulpverleners kunnen aan de cursussen deelnemen. De vormingen vinden plaats in een toegankelijke en veilige leeromgeving en worden georganiseerd op verschillende locaties in Antwerpen, Geel, Turnhout, Mechelen, Boom, Mechelen, Lier en Heist-op-den-Berg. De cursussen worden in coproductie tussen ervaringsdeskundigen in geestelijke gezondheid (peer support) en professionelen georganiseerd. Binnen de academies in de provincie Antwerpen zijn er geen wachtlijsten. Wanneer de cursus volzet is, tracht men een extra aanbod aan te bieden. Desalniettemin nemen studenten beperkt deel. De herstelacademies wensen in te zetten op structureel overleg met het hoger onderwijs om een complementair aanbod te realiseren.

Om in te spelen op de drempel omtrent hulpverlening zijn er, mede door corona, **burgerinitiatieven** ontstaan. Een aantal van deze burgerinitiatieven zijn ontstaan vanuit het in alle vrijheid in gesprek gaan met jongeren. De initiatieven worden veelal uitgewerkt door vrijwilligers bestaande uit orthopedagogen, sociaal werkers, therapeuten,... Daarbovenop bieden deze diensten gratis, anonieme en kwaliteitsvolle hulpverlening aan. In Antwerpen is Young FENIX een opkomend initiatief. Ze bieden een luisterend oor, informatie en advies op maat van de jongeren. Het sluit aan bij de leefwereld van jongeren omdat dit initiatief door en voor jongeren is ontstaan. Tevens biedt dit initiatief een antwoord op het beperkte aanbod voor internationale jongeren/studenten met verschillende etnische achtergronden. Dit soort organisaties groeit, vanwege de openheid en toegankelijkheid.

De **algemene Nederlandstalige hulp- en advieslijnen**⁸ zoals Tele-Onthaal 106, de Zelfmoordlijn 1813, VAD, de Druglijn 078 15 10 20, de hulplijn voor Geweld, misbruik en kindermishandeling 1712, Sensoa, Similes, CM Teleblok, AA Vlaanderen, AB-BN, Teleonthaal, 1712, WATWAT, Awel, Lumi, Werkgroep Verder enz. leveren een belangrijke bijdrage in de nuldelijn. Deze organisaties met een Vlaanderen breed aanbod, zijn populair bij studenten gezien ze aansluiten op thema's waar studenten vragen rond hebben, anoniem, gratis en 24u op 24u bereikbaar zijn. Daarnaast zijn er binnen de informatie- en advieslijnen ondersteunende diensten, die professionals willen ondersteunen vanuit hun expertise bijvoorbeeld ASPHA (Advies Suïcide Preventie voor Huisartsen en Andere hulpverleners). Naast informatie en advies bieden deze diensten ook een doorverwijzing aan naar verdere hulp indien nodig. Een voorbeeld hiervan is het Aanmeldteam in regio Kempen (AMT). Het AMT zoekt mee naar meest geschikte manier om de hulpvraag te beantwoorden en kan zich vertalen in advies, screening, indicatiestelling, verdere oriëntering en kortdurende ambulante begeleiding in specifieke crisissituaties. In de Antwerpse regio is er OTA, die o.a. cultuursensitieve dienstverlening aanbiedt en hulpverleners ondersteunt. Echter geven de hulp- en advieslijnen aan dat stuvo's minder/niet gekend zijn en ze over beperkte informatie beschikken wat doorverwijzen hindert. Daarnaast bestaat het aanbod binnen deze diensten in de provincie Antwerpen vooral uit Nederlandstalige informatie- en advieslijnen.

Er zijn ook enkele **organisaties die zich situeren binnen de jeugdhulp**, zoals onder meer Eigen Kracht Centrale, 1gezin-1plan-werkingen en Re-Member -Open Hart Cirkels die de kracht van het netwerk van jongeren erkennen en inzetten in op de verbinding en dialoog. Gezien de recente aanpassing van de leeftijdsbepaling in jeugdhulp kunnen zij een mogelijks aanbod bieden naar jongvolwassenen tot 25 jaar, dit wel telkens binnen een gezinscontext.

⁸ De sociale kaart die SIHO opmaakte bevat ook een overzicht van advies- en consult lijnen.

Er zijn ook **maatschappelijke diensten met een direct verband met GGZ**. Veel organisaties verlenen zorg die niet wordt omschreven als GGZ, maar die er wel mee samenhangt, zoals werkgelegenheid ondersteuning, (zoeken naar) huisvesting, financieel advies, hulp bij sociale problemen, enz. Typische voorbeelden in de provincie Antwerpen zijn het OCMW, VDAB, RVA, sociale huisvestingsmaatschappijen, diensten voor maatschappelijk werk van de mutualiteiten, lokale overheden, zoals gemeenten, enz. Deze diensten bieden informatie en hulpverlening omtrent de context waarin studenten zich in kunnen bevinden, en situeren zich voornamelijk in steden.

Tot slot zijn er ook een aantal diensten die de instellingen kunnen ondersteunen op vlak van preventieve activiteiten. **De Lokaal GezondheidsOverleggen (LOGO's)** geven als netwerkorganisatie een gezicht aan het preventiebeleid van De Vlaamse Overheid. Binnen de provincie zijn er drie Logo's, namelijk Logo Kempen, Logo Mechelen en Logo Antwerpen. De Logo's coördineren het regionaal gezondheidsnetwerk waarbij partners zoals lokale besturen, onderwijs, zorgorganisaties, terreinwerkers en gezondheidsprofessionals samen werken aan de uitvoering van het Vlaams preventieve gezondheidsbeleid en doelstellingen. De Logo's ontwikkelen specifiek ondersteuningsmateriaal (Bijv. Gevoelsbuttons- Logo Kempen) en vormingen voor onderwijsinstellingen. Logo Kempen biedt de tool 'hulpkompas' aan. Dit kompas bundelt meer dan 200 diensten uit de zorgregio Kempen, die actief zijn in preventie en zorg omtrent geestelijke gezondheid. Hun hoofddoel is mensen wegwijs te maken in de hulpverlening binnen de regio. Binnen de zoekstrategie in het hulpkompas is er geen specifieke indeling voor jongvolwassenen, waardoor studenten zowel onder jongeren behoren als tot volwassenen wat het zoeken hindert.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als 'poortwachter van de gezondheidszorg'. De eerstelijnszorg omvat diensten en personen waar studenten op een laagdrempelige manier ambulante bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende interventies aan. Cliënten kunnen zich melden zonder tussenkomst van een andere hulpverlener. De hulpverlening is kortdurend. Indien nodig brengen ze de student in contact met een meer gespecialiseerde hulpverlener of dienst.

Op de eerste lijn in Antwerpen is er naast het aanbod van de studentenvoorzieningen en psy-net in de eerste lijn, in de provincie een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties (JAC, OCMW, CAW, TEJO, Overkop) die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk.

In de eerstelijnszorg zijn de **huisartsen** een van de belangrijkste actoren. Zij zijn vaak het eerste contactpunt bij gezondheidsproblemen en kennen tevens (in de meeste gevallen) de student en zijn/haar achtergrond/voorgeschiedenis het best. Huisartsen zijn in meer dan zeven op de tien gevallen betrokken bij de detectie, diagnose of behandeling van personen met geestelijke gezondheidsproblemen. Belangrijk om te benadrukken is dat vele studenten geen vaste huisarts hebben in de stad waar ze studeren en/of op kot zitten. Desalniettemin is er in regio Antwerpen een 'studentenartsen-net' met een overzicht waar studenten terecht kunnen en zijn er studentenartsen beschikbaar specifiek voor studenten (voor instellingen van de AUHA). In de Kempen is het, zoals in de rest van Vlaanderen, bijvoorbeeld niet altijd gemakkelijk om een nieuwe huisarts te vinden. De huisartsenverenigingen Zuiderkempen en regio Turnhout, kort VHKZ vzw en HVRT vzw, hebben dit probleem aangepakt via de ontwikkeling van de website www.ikzoekeenhuisarts.be. Patiënten in de Kempen die geen vaste huisarts hebben, kunnen daar een huisarts opzoeken. Huisartsen die nog voldoende ruimte hebben voor nieuwe patiënten zijn volgens locatie terug te vinden.

Daarnaast zijn er in de provincie Antwerpen drie verschillende **Centra voor Algemeen Welzijnswerk (CAW)** nl. CAW Kempen, Boom-Mechelen-Lier en Antwerpen, met elk een bepaalde regio als werkingsgebied. Een CAW-team is multidisciplinair, en bestaat onder andere uit maatschappelijk werkers, psychologen, opvoeders, sociologen en pedagogen. Studenten kunnen naar een CAW gaan voor een brede waaier van problemen, o.a. op gebied van welzijn, gezondheid, relatie en familie, administratie en financiën, geweld en misbruik, werk, vrije tijd, enz. Het CAW biedt een breed onthaal waaruit ze enerzijds eerste hulp aanbieden bij psychische problemen (kortdurende, laagdrempelige en psychosociale hulpverlening), anderzijds doorverwijzen naar meer gepaste hulp indien noodzakelijk. Binnen de provincie Antwerpen zijn er in regio Kempen geen wachtlijsten binnen het onthaal en eerste contact, wel binnen het begeleidingsaanbod. CAW's werken sporadisch samen met hogeronderwijsinstellingen.

Binnen het CAW is er ook het jongerenteam nl. het **JAC**. In de provincie Antwerpen situeren de JAC's zich in de drie verschillende regio's nl. regio Kempen, Boom-Mechelen-Lier en Antwerpen. Het JAC neemt diverse initiatieven om jongeren met elkaar in contact te brengen. Het JAC moedigt ook jongeren aan om elkaar te helpen. In Antwerpen is deze opdracht niet altijd haalbaar. Jongeren blijven langer in begeleiding waardoor de wachttijd voor nieuwe aanvragen van jongeren oploopt. Om toch aan de noden te voldoen, werkt het JAC van Antwerpen aan initiatieven om jeugdwerkers, die dicht bij de doelgroep staan, een signaalfunctie te laten opnemen en hen hierin te ondersteunen om zo in te spelen op vroegdetectie. Er zijn geen wachttijden bij de JAC's in de regio Kempen en Lier-Mechelen. De student kan hier in principe binnen de paar dagen een afspraak krijgen.

In de provincie Antwerpen zijn er diverse **TEJO** huizen, namelijk in Antwerpen, Brasschaat, Kalmthout, Turnhout, Lier en Mechelen. TEJO biedt laagdrempelige, therapeutische hulpverlening aan jongeren tussen 10 en 20 jaar, kortdurend, onmiddellijk, anoniem, en gratis. TEJO biedt eerstelijns therapeutische ambulante begeleiding aan voor jongeren met psychische problemen. De dienstverlening gebeurt door professionele therapeuten op vrijwillige basis. De therapie heeft als hoofddoelstelling de jongeren te deblokken en hen opnieuw in hun kracht te zetten. Op die manier komt TEJO preventief tegemoet aan dringende hulpvragen zodat de probleemsituatie niet verder escaleert en de jongeren in een vroeg stadium geholpen worden. In de provincie Antwerpen is het aanbod van Tejo sterk uitgewerkt en komen er in de nabije toekomst extra Tejo huizen bij. De vraag blijft stijgen waardoor de diverse TEJO's in de provincie wachtlijsten hebben die kunnen oplopen tot maanden. Zo zijn er in Tejo Antwerpen meer wachtlijsten dan in de Tejo huizen aan de rand van de stad. De wachtlijsten tonen aan dat het aanbod van Tejo aantrekkelijk is voor jongeren, en dat dit soort hulpverlening aansluit bij de noden van jongeren. De medewerkers van Tejo rapporteren dat de jongeren die zich aanbieden, meestal al een vergevorderde, complexe vraag hebben, waardoor langdurige en intensieve begeleiding noodzakelijk is. Ook dit draagt bij tot het vergroten van de wachtlijst. Uitbreiding van vroegdetectie en preventie initiatieven is volgens Tejo noodzakelijk om aan deze problematiek iets te kunnen veranderen.

In Mechelen is er ook een **Overkophuis**, regionaal openjeugdcentrum Mechelen (RJOM). Overkop biedt een laagdrempelig onthaal voor jongvolwassenen tot 25 jaar. Jongeren kunnen er met hun persoonlijke vragen 'inlopen' bij professionele medewerkers en kunnen er terecht kunnen rond thema's zoals m.b.t. relaties, depressie, vrije tijd werk. Dit jaar komen er ook OverKop-huizen in de provincie Antwerpen (Antwerpen, Boom, Herentals, Kalmthout, Lier, Lommel, Mechelen, Mortsel). Hierdoor wordt de capaciteit om jongvolwassenen laagdrempelig op te vangen sterk vergroot.

Naast TEJO en Overkop-huizen zijn er in de provincie ook **inloophuizen** zoals JOTH in Zandhoven. Doordat de werkingen van inloophuizen gelijkaardig zijn aan de werking van een Overkop-huis, worden de meeste van deze huizen omgevormd tot een Overkop-huis.

De **kruispunten**, uniek in de provincie Antwerpen, bieden eerste hulp bij psychische en sociale problemen. Alle inwoners van 16 jaar of ouder uit de regio 2050, 2000, 2018, 2020 en 2060 Antwerpen en 2600 Berchem kunnen bij de Kruispunten terecht. De kruispunten worden omschreven als de ‘huisarts voor mentaal welzijn’, ze luisteren naar de vraag/nood en bieden één of meerdere gesprekken aan. Deze hulp is laagdrempelig en gratis. Indien nodig verwijzen ze door naar meer gepaste hulp. Momenteel zijn er acht kruispunten in de regio Antwerpen (Antwerpen, Kalmthout, Deurne, Brasschaat,...). De kruispunten zijn net zoals de studentevoorzieningen een eerste onthaalpunt. Voor studenten wordt deze functie opgenomen door de instellingen, die de studenten rechtstreeks naar gerichte hulpverlening doorverwijzen. De uitdaging ligt ervoor te zorgen dat studenten zich niet twee keer aan een breed onthaal moeten aanmelden en hun verhaal niet twee keer moeten brengen. De uitdaging voor deze doelgroep is en blijft de doorlooptijd naar juiste hulpverlening zo kort mogelijk te houden. Deze afstemming tussen kruispunten en de instellingen is nodig en wordt vanuit Psy-net opgenomen.

Eerstelijns Psychologische Zorg (ELP) georganiseerd vanuit de Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg biedt psychologische hulp wanneer informele zorg niet meer volstaat. Doel is om enkelvoudige, licht tot matige problemen met betrekking tot geestelijke gezondheid (angst, depressie of alcoholgebruik) snel te behandelen opdat chroniciteit en complexere problemen niet zouden ontstaan. Met dit eerstelijnspsychologisch aanbod werd de drempel naar psychologische zorg aanzienlijk verlaagd en wordt ingezet op preventieve zorg. Dit blijft echter wel tot nu toe beperkt tot consult op doorverwijzing door een arts. Het voordeel is dat dit aanbod vrij snel kan opgestart worden. Het biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden. De analyse leert dat in de provincie Antwerpen het aantal eerstelijnspsychologen eerder beperkt is en deze niet vlot beschikbaar zijn. De meeste van de eerstelijnspsychologen hebben een opnamestop of zijn pas ten vroegste na één maand beschikbaar waardoor de doorstroom en samenwerking met hogeronderwijsinstellingen moeilijk is. Vanaf september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het netwerk “kinderen en adolescenten” (tot en met 23 jaar) en het netwerk “volwassenen” (vanaf 15 jaar). Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepssessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepssessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepssessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepssessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Deze sessies of behandelingen zullen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben. Verschillende psychologen geven dit aanbod reeds in West-Vlaanderen. Dit biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden.

Daarnaast zijn er ook nog de ELP vanuit de Netwerken 1gezin1plan waar studenten (tot 25 jaar) zeker ook beroep op kunnen doen via verwijzing door de brede instap. Huisartsen kunnen rechtstreeks verwijzen naar de ELP.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweedelij

De tweede lijn betreft gespecialiseerde, ambulante, professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in een bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijnen vallen onder meer centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen, mobiele teams en zelfstandige psychologen/psychotherapeuten. Hulpverlening in de tweede lijn is enkel toegankelijk via doorverwijzing.

In de provincie Antwerpen is er een ruim aanbod aan tweedelijnsdiensten die een gespecialiseerd, (vaak ambulant) aanbod rond geestelijke gezondheidszorg aanbieden. Het is de bedoeling dat personen met milde psychische problemen de weg via huisarts vinden naar eerstelijnspsychologische zorg. Personen met meer ernstige psychische of psychiatrische problematiek kunnen dan beroep op het tweedelijns aanbod van CGG, revalidatiecentrum en Psychiatrische Afdeling Algemeen Ziekenhuizen (PAAZ). Toegang tot de de meer gespecialiseerde hulpverlening in tweede lijn gebeurt vaak op verwijzing van een (huis) arts of andere hulpverleners. Diensten onder deze lijn werken vaak multidisciplinair. Een kernteam van psychiaters, psychologen, maatschappelijk assistenten, psychiatrisch verpleegkundigen aangevuld met creatief-, beweeg-, ergo therapeuten e.a. bieden elk vanuit hun discipline én samen een meerwaarde in de ondersteuning van de cliënt. Ook diverse mobiele teams situeren zich op tweede lijn. Dit gespecialiseerd aanbod (zowel langdurig als kort) is geïndiceerd bij personen met een meervoudige, complexe, vaak ernstige problematiek waarbij er noodzaak is om mobiel (aan huis, in de voorziening,...) te werken. Vanuit een psychische kwetsbaarheid en de gewenste interventie vereist dit vaak expertise vanuit geestelijke gezondheidszorg. Naast deze langdurige zorg bieden mobiele teams ook kortdurende interventies in de thuisomgeving van de cliënt voor acute psychische en psychiatrische problemen. In het volgende onderdeel volgt een toelichting van tweedelijnsdiensten die gericht ondersteuning aan studenten op maat kunnen bieden.

Binnen de Antwerpse provincie zijn er vier **Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)**, namelijk CGG Kempen⁹, CGG Andanté, CGG Vagga en CGG De Pont. De CGG's bestaan uit een multidisciplinair team (minimaal een psychiater, een psycholoog, een maatschappelijk werker en een onthaal) dat ambulante gespecialiseerde zorg verleent, zowel individueel als groepsbegeleiding. Deze zorg bestaat uit screening, vroege detectie en behandeling. De zorgnood neemt toe waardoor er lange wachtlijsten ontstaan, en verwijzing naar een CGG beperkt mogelijk is. Enerzijds spelen CGG's in op de wachtlijsten door extra groepsessies aan te bieden (Bv. CGG Kempen), anderzijds zijn er de eerstelijnsdiensten (ELP) die deze wachttijd trachten te overbruggen.

In de provincie Antwerpen zijn er drie Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg (Kempen, Sara, Emergo) voor volwassenen, en één provinciaal voor kinderen en jongvolwassenen (PANGG 0-18). Vanuit deze Netwerken GGZ en een aantal psychiatrische ziekenhuizen zijn mobiele teams opgestart. Zoals in de inleiding aangegeven voorzien ze o.a. in crisissituaties een intensieve outreachende begeleiding in de thuiscontext. Bij de crisis is het netwerk en de aanwezige ambulante zorg ontoereikend. Deze teams streven naar het herstellen van het evenwicht in het leven van de cliënt en zijn omgeving. Tijdens de begeleiding gaan verschillende medewerkers aan huis (= shared caseload). Iedere professionele hulpverlener kan een cliënt aanmelden. Bij voorkeur gebeurt dit door of na overleg met een arts, soms kan dit ook uitsluitend gebeuren door een arts/psychiater (Emergo). Deze crisisteams zien binnen de 24 uren na aanmelding de cliënt. De teams zijn multidisciplinair en verlenen zorg in de omgeving van de persoon, tijdens een crisisperiode of continu. In de provincie Antwerpen zijn mobiele teams georganiseerd vanuit verschillende instellingen. Binnen de regio Lier - Mechelen is er bijvoorbeeld een mobiel team vanuit het netwerk Emergo, maar ook het CAW biedt een mobiel team aan. Ook voor crisis zijn er speciale mobiele teams. Deze worden verder toegelicht onder de titel 'Crisis'.

⁹ CGG de Kempen heeft vestigingen in Turnhout, Geel, Herentals, Hoogstraten en Mol.

Verder zetten de **initiatieven voor Beschut wonen (IBW)** in op het begeleiden mensen met psychische problemen die geen nood hebben aan een permanent verblijf in een psychiatrisch ziekenhuis. Deze initiatieven bieden hen een woonvorm waar ze begeleiding krijgen, deze zijn verspreid over de gehele provincie (Antwerpen, Kempen, Lier-Mechelen). In de regio Kempen is er het project 'specifieke woonondersteuning' specifiek voor jong-volwassenen. Het herstel focust zich op toeleiding naar de arbeidsmarkt of naar het hoger onderwijs. In het najaar verhuist Beschut Wonen Antwerpen naar een locatie waar ook een soort Open Huis opgericht zal worden, voor cliënten en hun naasten.

Naast deze initiatieven zijn er ook **psychosociale revalidatiecentra voor volwassen psychiatrische patiënten**. Een voorbeeld hiervan is Route 11 in Turnhout. Ze bieden specifieke programma's van beperkte duur aan die complementair zijn aan andere psychiatrische behandelingen. Echter ligt de focus binnen deze psychosociale revalidatiecentra op de toeleiding naar de arbeidsmarkt. Sporadisch is er een toeleiding naar het hoger onderwijs.

Ten slotte heeft de provincie Antwerpen een uitgebreid (en steeds groeiend) aantal **zelfstandige therapeuten en psychologen** (individuele - en groepspraktijken). Studentenvoorzieningen en Psy-net doen een beroep op zelfstandige praktijken in het kader van (vervolg), begeleiding, psychotherapie en diagnostiek. De studentenvoorzieningen en Psy-net hebben reeds regionaal een goede samenwerking opgebouwd met deze externe therapeuten. Het up to date te blijven rond het steeds groeiend ruime aanbod van deze externe partners (aanbod, specialisme, methodiek enz) blijft een uitdaging. Verruiming van dit netwerk kan o.a. via de (soms recent) opgebouwde Psychologen Kringen en de zoekfunctie van de beroepsvereniging VVKP, of de Psychologische Kring Antwerpen (PAC) waardoor ook het ruimere aanbod in en buiten de stad Antwerpen meer zichtbaar wordt. Hogeronderwijsinstellingen proberen de financiële drempel van privé hulpverlening te verlagen door samenwerkingsovereenkomsten af te sluiten. In de Antwerpse regio zet Psy-net hierop in.

Naast ambulante hulpverlening in de tweede lijn, is er ook residentiële opvang in **psychiatrische afdelingen in een algemeen ziekenhuis (PAAZ)**. De PAAZ biedt een kortdurende behandeling in het ziekenhuis. Het voordeel is de lagere drempel in vergelijking met psychiatrische ziekenhuizen (de-stigmatisatie), de onmiddellijke toegankelijkheid tot lichamelijke zorg en de behandelvisie 'kort verblijf'. Sommige algemene ziekenhuizen met een PAAZ hebben ook een eenheid voor psychiatrische noodinterventies. In de drie grote regio's in de provincie Antwerpen zijn PAAZ afdelingen. In de Kempen is het aanbod beperkter t.o.v. van regio Antwerpen en regio Lier-Mechelen.

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - derdelijn

De derde lijn betreft voornamelijk psychiatrische ziekenhuizen en gespecialiseerde voorzieningen waar men langdurig in behandeling is en residentieel verblijft. De ziekenhuizen zijn gespecialiseerd in bepaalde doelgroepen en problematieken.

In de provincie Antwerpen is er een ruim aanbod aan gespecialiseerde zorg op psychiatrisch vlak binnen **psychiatrische ziekenhuizen (PZ)** (zowel in regio Antwerpen als en de andere studentensteden). Psychiatrische ziekenhuizen bieden behandeling en verzorging aan patiënten met ernstige psychische problemen. De ziekenhuizen beschikken hiervoor over gespecialiseerde afdelingen. Een multidisciplinair team zoekt naar de meest geschikte therapie om de patiënt te helpen. Naast een volledige hospitalisatie kan een psychiatrisch ziekenhuis ook dagopvang (dagziekenhuizen) en, minder vaak, nachtopvang aanbieden. Er zijn verschillende soorten en gespecialiseerde afdelingen. In Antwerpen is er bijvoorbeeld een specifiek team voor jongvolwassenen nl. mArquee (PZ Multiversum). mArquee richt zich naar jongeren

van 16 tot 25 jaar met psychische problemen waarbij hun ontwikkeling verstoord is geraakt. Van bij de start van de behandeling wordt sterk ingezet op gedeelde zorg en wordt het netwerk van de jongere intensief betrokken. mArquee biedt zowel behandeling in voltijdse als in daghospitalisatie. De cluster bestaat uit twee afdelingen, mArquee 1 (1 crisisgroep en 2 behandelgroepen) en mArquee 2 (3 behandelgroepen). De jongeren leven samen in verschillende groepen. De duur van het behandelprogramma bedraagt 15 weken.

Naast deze psychiatrische ziekenhuizen zijn er ook **speciale voorzieningen voor gedetineerden met geestelijke gezondheidsproblemen**, zoals psychiatrische afdelingen in gevangenissen en forensische psychiatrische centra.

Crisis en schokkende gebeurtenissen

Crisishulpverlening omvat diensten die een antwoord bieden op een crisissituatie. De meeste crisisdiensten zijn 24u beschikbaar, of bieden op korte termijn hulp en worden in de provincie Antwerpen georganiseerd door verschillende instellingen. Daarnaast zijn er ook diensten die hulp bieden bij een schokkende gebeurtenis.

Er zijn een aantal algemene crisisdiensten die kunnen geraadpleegd worden afhankelijk van het probleem dat zich voordoet (nl huisarts, zelfmoordlijn, tele-onthaal, antigifcentrum, politie en de spoed). Voor een student in crisis zijn er organisaties zoals de PAAZ afdelingen, psychiatrische ziekenhuizen,... die hiervoor werden beschreven. Specifiek is er in de provincie Antwerpen ook een **EPSI** (Eenheid voor Psychiatrische Spoed Interventie) waar crisisopvang wordt gegarandeerd zeven dagen op zeven, 24u op 24u met de capaciteit van 14 bedden voor de provincie Antwerpen.

Naast de EPSI zijn er in de provincie Antwerpen **crisismeldpunten** met bijbehorende **crisisdiensten**. Meldpunten zijn zeven dagen per week en 24u per dag bereikbaar. Ze nemen het eerste contact op en werken in nauwe samenwerking met hun eigen of externe **crisisteams/diensten** (CGG's, PZ, PAAZ,...) om hulp te verlenen. In de regio Antwerpen zijn er verschillende meldpunten nl. crisismeldpunt CAW, Acute interventie ZNA, psychiatrische wachtdiensten etc. Vanuit het CAW biedt het meldpunt: crisisinterventie, crisisbegeleiding en crisisopvang. Dit meldpunt is eveneens beschikbaar binnen de regio Lier-Mechelen. In de regio Kempen kunnen crisissituaties gemeld worden via het aanmeldingsteam (AMT) tijdens de openingsuren, na de openingsuren is er rechtstreek contact met de dienst crisis- en kortdurende behandeling (CKB). Zoals eerder vermeld staan bovenstaande meldpunten in nauw contact met crisisdiensten die de zorg uitoefenen. Echter kunnen niet alle crisisdiensten inspelen op een acute zorgnood, maar zijn deze wel beschikbaar binnen de 24u of binnen een beperkte termijn. Tot slot zijn er momenteel vanuit deze diensten geen/beperkte structurele samenwerkingen met hogeronderwijsinstellingen.

Bij **schokkende gebeurtenissen** zijn er beperkt aantal diensten in de provincie die hierop inspelen en onmiddellijk beschikbaar zijn. Elk CAW heeft een dienst slachtofferhulp en biedt zowel individuele als groepsbegeleiding. Daarnaast zijn er privé initiatieven zoals er POBOS, een adviescentrum voor welzijnzorg die adequate hulp organiseert na schokkende gebeurtenissen. Hiervoor beschikt POBOS over een netwerk van psychologen die gespecialiseerd zijn in traumaopvang, en die onmiddellijk na het optreden van een incident kunnen worden opgeroepen.

Netwerkorganisaties en ondersteunende diensten

In de provincie Antwerpen zijn er zoals reeds aangegeven **drie Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg** (netwerk SaRa (Antwerpen), netwerk Emergo (Mechelen) en netwerk Kempen) voor volwassenen, en één provinciaal voor kinderen en jongvolwassenen (PANGG). Vanuit de samenwerking met verschillende partners binnen de Netwerken GGZ zijn er regionaal of gericht naar specifieke doelgroep **ondersteunende advies en consult lijnen voor professionals en omgeving** ontstaan. Via deze lijnen biedt men o.a. uitgebreid kwalitatief consult en advies, toeleiding naar geïndiceerde diensten, netwerkopbouw en vaak ook vorming

en deskundigheidsbevordering. Medewerkers van de studentenvoorzieningen kunnen zich hiernaar toe richten met vragen bij een bepaalde casus. Zo kan elke studentenvoorziening in de provincie Antwerpen een beroep doen op “Crosslink” (PANGG) voor advies/vraag omtrent jongeren (wel nog thuis woonachtig, pendel of kotstudent) met vermoeden van een probleem mbt geestelijke gezondheid. Vanuit Crosslink biedt men aan de professional onmiddellijk telefonisch advies, toeleiding naar de gespecialiseerde geestelijke gezondheidszorg, consult via een overleg of outreachend op afspraak binnen een voorziening. In de Kempen is snelle telefonische coaching **op maat aan de hulpverlener** die een persoon met een psychische kwetsbaarheid begeleidt. ook mogelijk via het aanmeldingsteam (AMT). Indien telefonische coaching niet volstaat, kan het zijn dat de vraag uitmondt in een aanmelding, advies tot doorverwijzing of crisisconsultatie bij een psycholoog en/of psychiater. Naast onmiddellijk advies en consult is er ook ondersteuning bij signaalherkenning en risicotaxatie, screening en indicatiestelling, netwerkopbouw en netwerkcoördinatie, coaching, vroeginterventie en kortdurende behandeling, motivationeel gesprek en aanklampende zorg, toeleiding naar de gespecialiseerde geestelijke gezondheidszorg, vorming en deskundigheidsbevordering. In Mechelen biedt Knooppunt een gelijkaardig aanbod voor studentenvoorzieningen bij vragen in complexere casussen (vraagverheldering, advies, ondersteuning bij het doorverwijzing, versterken van het netwerk en de zorgvrager, coördinatie van de zorg en coaching).

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

In de provincie Antwerpen hebben de hogeronderwijsinstellingen reeds een rijk aanbod van preventieve en curatieve ondersteuning uitgebouwd, waarbij de samenwerking via Psy-net en andere intra-associatieve samenwerkingen een sterkte en meerwaarde zijn. Elke instelling heeft een eigen beleid gebaseerd op de uitdagingen en noden van de instelling en haar studenten. Niet alle uitdagingen en noden zijn gedeeld. Specifieke en gedeelde noden van instellingen situeren zich op vlak van verdere communicatie van het aanbod (intern en extern), verdere uitbouw preventieve acties en vroegdetectie, e-health, en het bereiken en ondersteunen van specifieke doelgroepen zoals internationale studenten. Ook de verdere uitbouw van een goed (doorverwijs)netwerk zodat studenten niet op wachtlijsten komen te staan en bijgevolg de druk op de studentenvoorzieningen kan worden ontlast is voor de hogeronderwijsinstellingen in de provincie Antwerpen een nood.

Binnen de provincie Antwerpen is de organisatie van de geestelijke gezondheid verschillend over de drie regio's heen. Regio Antwerpen heeft een uitgebreid aanbod zowel op preventie als eerste, tweede en derde lijn. In deze regio zijn er ook specifieke organisaties die focussen op studenten zoals het JOTH team binnen het CGG en nieuwe burgerinitiatieven. Overkophuizen zullen ook de eerste lijn versterken. Het crisisaanbod in de Antwerpse regio bestaat uit diverse instellingen. In regio Kempen ligt de focus voornamelijk op preventie en vroegdetectie. Er zijn tal van initiatieven in lokale steden en gemeente die een bijdragen leveren aan verbindende activiteiten. Via extra groepsessies probeert de tweede lijn in te spelen op de toenemende vraag. Het crisis aanbod in de regio de Kempen is beperkter maar gecentraliseerd. Ook in de regio Lier-Mechelen zijn er verschillende instellingen die inspelen op de nulde, eerste en tweede lijn zoals mobiele teams, OverKop etc.

Uit de omgevingsanalyse blijkt dat er in de diverse regio's weinig structurele samenwerkingen zijn met verschillende diensten uit het welzijn en hulpverleningslandschap. Nieuwe initiatieven vanuit de Netwerken GGZ, zoals o.a. het aanbod van de herstelacademies, mogelijkheden van ELP, (vernieuwd) aanbod van gekende diensten zoals CAW, CGG zijn minder gekend. Ook wat betreft het gebruik maken van de advies- en consultielijnen zowel om de aanpak in een casus te ondersteunen, als deze te ontsluiten voor studenten, liggen nog opportuniteiten.

Het kan daarom een opportuniteit zijn om verder in te zetten op het kenbaar en zichtbaar maken van diensten en hogeronderwijsinstellingen (o.a. door de noden en verwachtingen van verschillende partners hiervan in kaart te brengen). In de gehele regio is er nood aan structureel overleg met deze verschillende externe partners omtrent verschillende thema's (bv. crisis) om zo een warme, vlotte samenwerking en of doorverwijzing te kunnen waarborgen voor de student. Psy-net is een samenwerkingsverband dat hieromtrent een meerwaarde biedt voor de regio Antwerpen. Naast de nood aan structurele afspraken omtrent doorverwijzing kampen diensten in de eerste en tweede lijn in de provincie Antwerpen met plaatsgebrek en oplopende wachtlijsten. Deze wachtlijsten zijn regio afhankelijk. Zo zijn er in Tejo Antwerpen meer wachtlijsten dan in de Tejo huizen aan de rand van de stad. De oplopende wachtlijsten zijn een gevolg van een meer complexe casuïstiek waarmee jongvolwassenen laattijdig hulp zoeken. Diensten, waaronder stuvo's trachten deze wachttijden te overbruggen door enerzijds meer langdurige begeleidingen intern op te nemen en anderzijds samenwerkingsverbanden af te sluiten in de sector. Hierdoor ervaren ze minder tijd voor hun kerntaken op vlak van preventie en trainingen Om wachtlijsten in de toekomst te beperken is er nood aan een verdere uitwerking van preventieve acties en vroegdetectie. Instellingen willen dit aanbod verder versterken door gezamenlijke acties op te zetten met externe diensten zoals TEJO, CAW, Young FENIX etc. Echter is de problematiek aangaande wachtlijsten niet gelimiteerd tot het studentenwelzijn.

Het provinciale welzijnsaanbod voor internationale studenten is beperkt. Daarnaast ervaren deze studenten verschillende barrières op vlak van taal en informatie. Ook etniciteit, socio-economische status en gender kunnen bij deze populatie een barrière vormen, echter zijn deze barrières niet strikt gelimiteerd tot internationale studenten. Er is cultuursensitieve zorg beschikbaar om aan deze noden te voldoen o.a door in diversifiëring van het personeel, cultuursensitieve kennis, etc. Deze zorg is tot op heden, binnen de provincie Antwerpen, beperkt tot de stad Antwerpen. Zowel instellingen als externe diensten kunnen aan deze noden tegemoet komen door samen te werken met gespecialiseerde diensten zoals KLIQ voor vormingen. KLIQ is het vorming- en trainingscentrum van çavaria dat werkt rond gender- en seksuele diversiteit. Instellingen kunnen bij hen terecht voor vormingen, trajectbegeleiding en webinars rond het LGBTQI-thema.

Tot slot geven externe diensten aan dat de studenten (jongvolwassenen) een moeilijk te bereiken doelgroep zijn. Daartegenover staat een beperkt aanbod voor studenten omwille van hun transitieleeftijd. Het onderscheid tussen jongeren en volwassenen is variabel. Hierdoor is het niet evident voor studenten om de juiste, geschikte en specifieke hulp op maat te raadplegen. Jongvolwassenen (studenten) hebben nood aan gespecialiseerde hulpverlening en een duidelijk overzicht op maat van de transitieleeftijd. Een goede samenwerking met zelfstandige praktijken en therapeuten werd opgebouwd vanuit de instellingen en Psy-net. De samenwerking wordt geregeld geëvalueerd en bijgestuurd. De regio wenst het huidige gedifferentieerd aanbod op vlak van therapie en diagnostiek van (nieuwe) solo en groepspraktijken verder te verkennen. Er is nood aan een overzicht van kwaliteitsvolle therapeuten over de provincie en Antwerpen, en heel Vlaanderen die zich specifiek engageert voor de doelgroep studenten en die gespecialiseerd zijn in een aantal thema's zodat gerichte verwijzing mogelijk is.

Daarnaast blijkt (niet systematisch bevraagd) ook dat het ruime aanbod van de studentenvoorzieningen in het algemeen en de mogelijkheden van Psy-net niet altijd even goed gekend zijn bij student en mogelijke verwijzer. Verdere wederzijdse uitwisseling en inzet op communicatie lijkt belangrijk om meer studenten en potentiële verwijzers te kunnen bereiken. De drempel om hulp te zoeken is voor jongeren soms hoog. Online communicatiekanalen zoals een brede chatfunctie kunnen voor de doelgroep in transitieleeftijd drempelverlagend zijn.

Naast delen van kennis en expertise rond studentenwelzijn binnen de Antwerpse hogeronderwijsinstellingen leeft ook de behoefte om eigen goede praktijken uit te dragen en zich te laten inspireren door krachtige voorbeelden van andere hogeronderwijsinstellingen. Deelname aan het Vlaanderenbrede netwerk studentenwelzijn van SIHO is voor diverse instellingen uit de regio verrijkend en wordt als meerwaarde ervaren om regionaal mogelijke 'vertalingen' te overwegen en te installeren.

De actiepunten/ opportuniteiten waar de regio de komende periode op zal inzetten:

- Verder inzetten op het kenbaar, zichtbaar maken van het aanbod naar studenten en externen
- Opmaak van regionale en Vlaamse sociale kaart provincie Antwerpen/studentensteden (cfr. via SIHO centraal platform)
- Inzetten op de verdere uitwerking van regionale en institutionele preventieve acties (verbondenheid, skills), en vroegsignalering, en deze in te bedden in de gehele instellingen waarbij verschillende actoren betrokken worden.
- Inzetten op gedifferentieerd aanbod, bv. uitbouw ehealth aanbod, groepsaanbod regionaal/ institutioneel
- Professionalisering medewerkers en studenten (Gatekeeper)
- Structureel overleg met relevante partners (diensten, experts) omtrent het aanbod, de geïdentificeerde noden bijvoorbeeld toeleiding naar crisishulp, eerstelijnszorg, inzetten op dienstverlening voor internationale studenten etc. om zo bruggen te bouwen.
- Kennisuitwisseling regionaal - Vlaanderenbreed met stuvo-medewerkers of studentenpsychologen.

Omgevingsanalyse Brussels Hoofdstedelijke Gewest

1. Context Brussels Hoofdstedelijk Gewest

Het Brussels Hoofdstedelijk Gewest wordt gekenmerkt door haar complexiteit en diversiteit. Complexiteit zit ingebed in de bouwstenen van de stad, en vormt de rode draad van het leven en organiseren binnen Brussel. Dat alles is ook zichtbaar binnen de organisatie van het hoger onderwijs en de geestelijke gezondheids- en welzijnzorg in Brussel. Brussel is niet alleen het snijpunt waar verschillende bevoegdheden en gemeenschappen elkaar kruisen, maar ook een plaats waar verschillende culturen elkaar ontmoeten. De superdiversiteit en het internationaal karakter zijn dan ook één van de belangrijkste kenmerken van de Brusselse samenleving.

Onderwijs is een bevoegdheid van de gemeenschappen, wat wil zeggen dat het Franstalig en Nederlandstalig onderwijs georganiseerd en gecoördineerd worden door verschillende gemeenschappen. Dit zorgt ervoor dat regelgeving en organisatie van het hoger onderwijs binnen Brussel voor beide gemeenschappen verschillend is. Uitwisseling of overleg tussen beide vindt zelden plaats.

In Brussel zijn er vijf Nederlandstalige hogeronderwijsinstellingen: Vrije Universiteit Brussel (VUB), Erasmushogeschool Brussel (EhB), Odisee hogeschool - Campus Brussel, LUCA school of Arts - Campus Brussel en Katholieke Universiteit Leuven - Campussen Brussel. De vijf instellingen zijn zeer verschillend, zowel op het vlak van interne organisatie alsook in grootte, capaciteit en locatie binnen Vlaanderen en Brussel. In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 36.688 studenten in Brussel (Tabel 1).

Academiejaar 2019-2020	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
Brussels gewest					
Vrije Universiteit Brussel	11.079	8.837	15.163	4.753	19.916
Erasmushogeschool	3.365	2.527	5.072	820	5.892
Odisee - Brussel	2.962	1.859	4.316	505	4.821
LUCA School of Arts - Brussel	631	625	1.055	201	1.256
KU Leuven - Brussel	2.514	2.289	3.502	1.201	4.803
Totaal	20.551	16.137	29.108	7.580	36.688

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

De studentenvoorzieningen die gelijkwaardige toegang tot, en de deelname van alle studenten aan, het hoger onderwijs bevorderen zetten in op zes werkvelden. Werkveld vier focust op de medisch en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de studentenvoorzieningen professionele ondersteuning en dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. Alle medewerkers zijn door hun opleiding experts in de niet-inhoudelijke problemen die de studievoortgang of doorstroom kunnen hinderen. Ze houden de vinger aan de pols van evoluties in de kenmerken, de behoeften en de leefwereld van de studenten. De opvolging van mentaal welbevinden is niet enkel werkveldoverschrijdend, maar betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen, en studenten. Tijdens Corona zijn in verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

Vrije Universiteit Brussel en Erasmushogeschool Brussel vormen samen de Universitaire Associatie Brussel (UAB). Odisee hogeschool, LUCA School of Arts en KU Leuven maken deel uit van de Associatie KU Leuven. De dienstverlening van de studentenvoorziening voor de KU Leuven studenten op de campussen in Brussel, wordt door Odisee en LUCA School of Arts opgenomen. Waar de studentenvoorziening van Odisee de dienstverlening voor de KU Leuven campus Brussel voorziet via STUVO+, neemt de studentenvoorziening van LUCA School of Arts de dienstverlening voor de KU Leuven, Faculteit Architectuur, campus Sint-Lucas Brussel op zich.

Alle instellingen participeren in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Alle instellingen participeren in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

Brik vzw fungeert als het overlegplatform van de Nederlandstalige hogeronderwijsinstellingen van Brussel voor de promotie van Brussel als studentenstad en het binden van (toekomstige) studenten aan Brussel. Brik is de servicedesk voor studenten van de Nederlandstalige Brusselse hogeronderwijsinstellingen. Studenten kunnen bij Brik terecht voor huisvesting, mobiliteit, stadsleven en evenementen. Tussen de hogeronderwijsinstellingen wordt er via Brik overkoepelend in gesprek gegaan om acties op poten te zetten die toegankelijk zijn voor al hun studenten. In de schoot van Brik ontstond een werkgroep studentenwerking, een werkgroep communicatie, en later ook een werkgroep studentenwelzijn. In die werkgroepen worden goede praktijken gedeeld en gezamenlijke initiatieven georganiseerd. Op de website van Brik, die zowel in het Nederlands als het Engels beschikbaar is, wordt informatie gecentraliseerd en verspreid richting de Brusselse studenten.

VUB werkt samen met haar Franstalige tegenhanger Université Libre de Bruxelles (ULB). Samen zijn ze de dragende kracht achter onder andere weKONEKT, een project om de Brusselse gemeenschap te versterken door onderwijs te organiseren met, in en voor Brussel. Onderzoekers van beide universiteiten zetten hun expertise in om Brussel sterker te maken door antwoorden te bieden op grootstedelijke en maatschappelijke uitdagingen. Hun initiatieven omvatten onderwijs, sport, cultuur, wetenschap, kunst, recht en meer. Ook andere hogeronderwijsinstellingen werken actief mee aan projecten binnen de wijk(en) waarin zij zich bevinden.

Binnen Brussel is het Nederlandstalig hoger onderwijs ondervertegenwoordigd ten opzichte van het Franstalig hoger onderwijs. Waar de Nederlandstalige kant vijf hogeronderwijsinstellingen 36.899 studenten vertegenwoordigen, vertegenwoordigt de Franstalige kant via 20 hogeronderwijsinstellingen nagenoeg 85.000 studenten. Franstalige hogeronderwijsinstellingen zijn ook anders georganiseerd wat de ondersteuning van studenten betreft. De meeste Franstalige hogeronderwijsinstellingen hebben een intern ondersteuningsaanbod dat vooral financieel en sociaal van aard is. Psychologische ondersteuning wordt zelden intern door de Franstalige hogeronderwijsinstellingen zelf opgenomen. Ze hebben geen interne studentenpsychologen, maar doen beroep op externe welzijnsorganisaties. Wat Brik aan Nederlandstalige kant opvolgt rond huisvesting en overkoepelend overleg, wordt aan Franstalige kant beperkt opgenomen door het Plateforme Logement Étudiant (PLE) en de Pôle Académique.

De samenwerking tussen de hogeronderwijsinstellingen van de verschillende gemeenschappen is beperkt. Het Brussels Hoofdstedelijk Gewest heeft sinds 2019 een Cel Studentenleven opgericht binnen Perspective. Brussels, het expertisecentrum dat inzichten geeft over het leven binnen Brussel. De tweetalige Cel staat nog in de kinderschoenen en heeft voorlopig enkel beperkte cijfermatige informatie ter beschikking over het studentenleven binnen de hoofdstad. Tot op heden zijn geen acties of activiteiten tot stand gekomen binnen de cel.

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de Brusselse Nederlandstalige hogeronderwijsinstellingen op vlak van mentaal welzijn, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief, en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid studentenwelzijn zoals beschreven in hoofdstuk 1 van het eindrapport.

Informatie, vroegsignalering en awareness

Via diverse communicatiekanalen - zoals de website, Facebook, Instagram, website, intranet, pop-ups, nieuwsbrief, flyers en informatieschermen - bieden de verschillende instellingen informatie over psychische gezondheid en het aanbod aan psychosociale ondersteuning aan. Daarbij wordt niet alleen informatie over het eigen ondersteuningsaanbod aangeboden. Instellingen rapporteren ook informatie en tutorials over psychische gezondheid, alsook linken ze door naar activiteiten en tools van externe organisaties (bv. activiteiten van partners, e-health aanbod). De informatie is vooral preventief om studenten te informeren en te sensibiliseren, maar wil ook de weg naar het instellingsaanbod, en het welzijns- en curatieve hulpaanbod faciliteren. De informatie is zowel in het Nederlands als het Engels beschikbaar, waarbij de informatie voor internationale studenten beperkter is. Ook Brik biedt op zijn website een beknopt overzicht van het welzijnsaanbod binnen Brussel. Daarbij maakte Brik op zijn webpagina ook een verwijzing naar het aanbod van de Brusselse hogeronderwijsinstellingen. Ook deze webpagina is zowel in het Nederlands als in het Engels raadpleegbaar.

De Brusselse hogeronderwijsinstellingen zetten in op signalering en vroegdetectie, onder meer via welzijnsbevragingen, telefoongesprekken en ideeënbussen. Instellingen nemen ook deel aan universitaire bevragingen om de impact van COVID-19 op het welzijn van studenten in kaart te brengen, waarbij de onderzoeksdata aangegrepen worden om verbeterinitiatieven op poten te zetten.

Welzijnsbeleid - In april 2020 namen de Brusselse hogeronderwijsinstellingen deel aan de mondiale survey die de Universiteit Antwerpen en de Universiteit Gent organiseerden om de impact van COVID-19 op het welzijn van studenten in kaart te brengen. De resultaten gaven de instellingen een goed zicht op de noden en uitdagingen van studenten op vlak van (academisch) welzijn. Vanaf oktober 2020 zetten de afdelingen Studiebegeleiding, Studentenzaken en Onderwijsondersteuning samen fors in op het versterken van het welzijnsaanbod en de bekendheid ervan voor de studenten.

Opbelactie - In maart 2021 belde VUB al haar studenten op om te horen hoe het met hen gaat. Het gesprek nam ongeveer een kwartier in beslag en werd afgenomen door masterstudenten Psychologie. Naast vragen als 'Hoe gaat het met je?' stelde de VUB-masterstudenten ook een aantal gerichtere vragen om te peilen naar het mentaal welzijn van hun medestudenten. Tijdens het gesprek konden studenten hun hart luchten en werd er aan de hand van een vragenlijst afgetoetst hoe het met hen gaat in deze bijzondere tijden. Op basis van wat de studenten te vertellen hadden, maakte VUB enkele analyses om vervolgens hun welzijnsbeleid en -aanpak bij te sturen. Op die manier wil VUB haar studenten extra ondersteunen tijdens de komende maanden en hulp aanreiken waar nodig. Gelijktijdig met de belactie, bracht VUB ook een Survival Guide for students uit. In die gids worden welzijnstips meegegeven aan de studenten via striptekeningen en infographics.

Ideeënbus - Ook Erasmushogeschool Brussel vroeg de input van haar studenten tijdens COVID-19 in de vorm van een ideeënbus. Studenten konden feedback geven op wat er vanuit de hogeschool extra kon gedaan worden om het studentenwelzijn te bevorderen en de COVID-19 periode leefbaarder te maken. Deelnemende studenten konden ook kans maken op een prijs. Met de input die de ideeënbus opleverde, kan er gewerkt worden aan het welzijnsbeleid en weet de hogeschool ook dat dit gedragen wordt door haar studenten.

In het kader van preventie, participeren de hogeronderwijsinstellingen ook aan de vierjaarlijkse bevraging onder studenten naar druggebruik in samenwerking met VAD, het Vlaams Expertisecentrum voor alcohol en andere drugs.

Het praten over mentaal welbevinden en psychologische problemen is voor heel wat studenten niet makkelijk. Via sensibiliserende acties zetten hogeronderwijsinstellingen in op het doorbreken van taboes.

#KiesJeKraam-actie - Met de #KiesJeKraam-actie beoogt Stuvo LUCA te sensibiliseren zonder te moraliseren. De actie omvatte 4 kramen, waarbij studenten hun favoriete kraam kenbaar konden maken (kraam 3 en 4).

- Kraam 1: zorgen voor anderen
- Kraam 2: lange termijnevolgen van drugs
- Kraam 3: zelfhulp en zelftesting
- Kraam 4: Stuvo LUCA

Mede door COVID-19 ontstonden in de schoot van interne werkgroepen preventie nieuwe awareness initiatieven die campusoverkoepelend werden uitgerold.

Livestreams - Odisee organiseerde diverse lezingen en livestreams met experts, bekende personen en studentenbegeleiders rond het thema mentaal welzijn. De livestream en Q&A met Jef Willem en Mahad Abdi, over het bespreekbaar maken van mentale gezondheid bij studenten, was een groot succes. Ook de online meditatie sessie met Mindfulness expert David Dewulf was succesvol. Daarnaast werden ook extra motivatieposts verspreid met betrekking tot COVID-19 over mentaal welzijn en zelfzorg.

Binding en verbinding

De hogeronderwijsinstellingen voorzien in initiatieven die bijdragen tot de binding aan de onderwijsinstelling enerzijds, en verbindingen tussen studenten onderling anderzijds. Dit overstijgt het werkveld medisch - psychologische dienstverlening. Mentaal welbevinden wordt inclusief meegenomen doorheen alle zes werkvelden en in samenwerking met andere diensten en opleidingen. Elke actie heeft tot doel het mentaal welbevinden van studenten te verhogen en de drempel tot de studentenvoorzieningen te verlagen. Hierbij willen ze een warme campus aanbieden, ontmoetingen tussen studenten onderling en ook met personeel stimuleren, en de sociale weefsels en vangnetten tussen studenten onderling versterken. Studenten en personeel ontmoeten elkaar daarnaast ook binnen de raden voor studentenvoorzieningen en studentenraden, waarbij studenten inspraak hebben in de organisatie van onderwijs en ondersteuning.

RITCS Café - Het RITCS Café is een cultuurcafé dat zich huisvest in een van de gebouwen van de Erasmushogeschool Brussel. Gedurende de dag kunnen studenten in het café terecht voor een drankje, een gezellige babbel, of een werkplek. In de avond vinden er evenementen plaats zoals comedy-avonden, live optredens, debatten en quizen.

Corona-Connections - Om studenten een hart onder de riem te steken, introduceerde LUCA School of Arts 'Corona Connections'. Studenten die in deze Coronaperiode locaties of activiteiten (her)ontdekt hebben die hen de nodige ontspanning bezorgen, kunnen deze sinds enkele maanden aanduiden op een digitale kaart. Om deze actie bekend te maken, werden studenten betrokken bij het ontwerpen van het logo van de actie. De kaart werd geïntegreerd in Google maps, en studenten kunnen die raadplegen en aanpassen via de LUCA website.

Niet alleen op instellingsniveau, maar ook overkoepelend organiseren de hogeronderwijsinstellingen samen verbindende activiteiten op het gebied van sport, ontspanning en cultuur. Samen zetten ze, voornamelijk via Brik, initiatieven op poten die de sociale verbindingen bevorderen en toegankelijk zijn voor alle Brusselse studenten ingeschreven aan Nederlandstalige hogeronderwijsinstellingen. Tussen de instellingen is er veel openheid om de overkoepelende samenwerking op vlak van studentenwelzijn te versterken.

Nova Sport app - Sport, cultuur en ontspanning werken preventief en zorgen mee voor de uitbouw van het netwerk van een student. Binnen de Brusselse hogeronderwijsinstellingen werd er de 'Nova Sport app' ontwikkeld. De Nova Sport applicatie is ontstaan uit een samenwerking tussen Vrije Universiteit Brussel en de Erasmushogeschool. Het is een mobiele applicatie die studenten met elkaar in contact wil brengen om samen te sporten, wandelen of bewegen. De applicatie zorgt er dus voor dat studenten fysiek actief blijven, dat ze elkaar kunnen ontmoeten en draagt zo ook preventief bij aan het studentenwelzijn. Intussen wordt de applicatie gebruikt binnen alle Nederlandstalige Brusselse hogeronderwijsinstellingen.

Plan Brik - Bij het versoepelen van de Corona maatregelen organiseerde Brik 'Plan Brik', een reeks activiteiten voor Brusselse studenten, om in contact te komen met elkaar en met Brussel. Doorheen de maand mei werden er via sociale media welzijnstips gedeeld, kleine wedstrijdjes georganiseerd, en konden studenten zich inschrijven voor verschillende activiteiten doorheen de stad in kleine groepjes.

Welzijnsstrip - Naar het voorbeeld van de VUB Survival Guide for students, werken alle Brusselse hogeronderwijsinstellingen onder impuls van het SIHO project samen aan een Brusselse welzijnsstrip voor (eerstejaars)studenten voor academiejaar 2021-2022. De gids is in het Engels beschikbaar en bevat '

De hogeronderwijsinstellingen zetten ook in op peer support en buddyprojecten, waarbij studenten (buddies) andere studenten in hun studieloopbaan en sociale en academische integratie ondersteunen. Buddies worden gekoppeld aan studenten die hierop intekenen. Een buddy kan ook verantwoordelijk zijn voor een kleine groep studenten. De matching tussen buddy en medestudent(en) gebeurt via diverse criteria. Zo zijn er buddies en buddygroepen voor eerstejaarsstudenten, maar ook voor studenten die gemeenschappelijke interesses delen of specifieke noden hebben. De buddies krijgen ook trainingen en ondersteuning vanuit de instellingen om hun ondersteuningsvaardigheden aan te scherpen en PAL (Peer Assisted Learning) zo succesvol mogelijk te maken.

VUBuddy - VUB startte in 2020 haar buddyproject VUBuddy op en kent momenteel een 400-tal actieve studenten. Doorheen het semester worden buddy's opgeleid en begeleid. Ze volgen een keer per maand een verplichte workshop (veerkracht, stress, communicatie, interculturele communicatie,...), en participeren in intervisiemomenten. Een geslaagd buddy traject wordt afgerond met een buddy-certificaat. De uitdaging blijft om voldoende diversiteit te kunnen voorzien en bijvoorbeeld ook studenten met een migratieachtergrond te betrekken in het buddyproject.

Odibuddy - Ook Odisee heeft een buddyproject, Odibuddy. Het buddyproject heeft veel overlappings met VUBuddy, maar bij Odibuddy blijft de invulling en frequentie van activiteiten die buddy's ondernemen meer open. Het is een project door en voor studenten waarbij er geen verplichte opleidingen worden georganiseerd.

De hogeronderwijsinstellingen nemen inclusie mee als uitgangspunt bij het opzetten van dergelijke initiatieven. Er wordt extra aandacht besteed aan kansengroepen en studenten die sociaal geïsoleerd zijn of twijfelen over het zoeken van hulp. Dit gebeurt via gerichte mailing, sociale media en on-campus acties. Ook de Brusselse studentenverenigingen organiseren (digitale) activiteiten ter preventie van eenzaamheid en sociaal isolement. Ze organiseren quizzes, cantussen en games avonden, die nu in corona digitaal worden verdergezet. Ook praatgroepen rond moeilijk bespreekbare onderwerpen worden opgestart.

Praatgroepen - Aan de VUB en Odisee worden ook praatgroepen georganiseerd door studenten voor studenten. Tijdens praatgroepen wordt er gesproken over onderwerpen waar studenten het moeilijk mee hebben. De onderwerpen die worden aangehaald, worden niet makkelijk besproken. Studenten praten hier openhartig over onderwerpen als mentaal welzijn en geven elkaar tips. Er wordt beseft dat studenten niet alleen zijn, wat het gevoel van verbondenheid aanscherpt. Ook de andere Brusselse hogeronderwijsinstellingen zijn geïnteresseerd om samen te werken rond dit thema.

Dergelijke studenteninitiatieven werken bevorderend voor het studentenwelzijn, en worden door studenten gedragen. De studentenvoorzieningen financieren studenteninitiatieven, en bieden hiertoe logistieke en promotionele ondersteuning. Zo werden er bijvoorbeeld licenties voorzien om online activiteiten te organiseren en werd er ook logistieke ondersteuning geboden bij on-campus activiteiten.

Om de verbondenheid tussen studenten te bevorderen, voorziet elk individuele hogeronderwijsinstelling ook in fysieke studie locaties waar hun studenten samen kunnen komen om te studeren. Daarnaast voorzien ze ook online study spaces. Zowel de fysieke als digitale study spaces zorgen ervoor dat studenten verbonden blijven met elkaar, wat motiverend werkt en preventief bijdraagt aan het studentenwelzijn. Ook Brik zette verhoogd in op veilige studieruimtes verspreid over heel Brussel.

Study spaces - Brik voorziet in study spaces die toegankelijk zijn voor alle Brusselse studenten, en werkt hiervoor samen met verschillende partners binnen het Brussels Hoofdstedelijk Gewest waaronder de Vlaamse Gemeenschapsc commissie.

Om de verbinding op kot ook tijdens Corona te waarborgen, introduceerden de hogeronderwijsinstellingen en Brik 'kotcoaches' en 'kotverantwoordelijken'. De coach of verantwoordelijke stimuleert de sociale cohesie op kot en houdt een oogje in het zeil wat het welzijn op kot betreft.

Psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops

Alle diensten studentenvoorziening organiseren een ruim aanbod aan psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops rond studie- en studentgerelateerde thema's en gezondheidsvoorlichting. De sessies en trainingen worden afgestemd op de behoeften en de vraag van studenten. De sessies en trainingen kunnen zowel éénmalig plaatsvinden, alsook bestaan uit een traject van meerdere sessies.

De sessies en trainingen worden gegeven door interne studentenbegeleiders en psychologen. Thema's die binnen de sessies aan bod komen zijn: faalangst, piekeren, stress, veerkracht, zelfvertrouwen uitstelgedrag, perfectionisme, relaxatie, mindfulness, studiemethoden, leren noteren, examenplanning, mondeling en schriftelijk examen, paper topic kiezen, bachelor- en masterproef, leren presenteren, lockdown ondersteuning, en Jobs en carrière. Voor gespecialiseerde thema's zoals slaap of middelengebruik wordt er naargelang de noden ook samengewerkt met externe partners. Het merendeel van de sessies wordt ook in het Engels aangeboden en zijn gratis.

Onderlinge samenwerking - Stuvo LUCA Brussel en STUVO+ Odisee bieden ook groepstrainingen aan in samenwerking rond plannen en actief studeren, voorbereiding op examens, faalangst, relaxatie, piekeren en leren loslaten, en mindfulness (introductie).

Rapporten regio's

De Coronapandemie had een grote invloed op de organisatie van de sessies. De on-campus sessies werden sterk gelimiteerd en vervangen door een online aanbod. In de periode januari-juni 2020 gebeurde dat vooral door online filmpjes en studietips op de websites en het intranet van de studentenvoorzieningen te voorzien. Daarnaast werden campus overkoepelende live sessies online aangeboden. Ook deze werden opgenomen en achteraf op de website en het intranet van de studentenvoorzieningen geplaatst. Door online alles ter beschikking te stellen, werd er bij bepaalde sessies ook een groter publiek bereikt.

Voor academiejaar 2021-2022 zullen de hogeronderwijsinstellingen onder impuls van het SIHO project gezamenlijk een beperkt psycho-educatief aanbod toegankelijk maken voor alle Brusselse studenten, ongeacht de hogeronderwijsinstelling waaraan ze studeren. Dit aanbod zal aanvullend werken op het eigen interne aanbod van elke hogeronderwijsinstelling. Er werd hiervoor een structurele samenwerking geïnitieerd met externe partner CAW Brussel en hun dienst Preventiewerk. In het eerste semester, tijdens de week van de veerkracht, zal een eerste online proefsessie worden georganiseerd via Zoom. Die eerste sessie wordt aangevuld in de loop van oktober door drie vervolgsessies die in kleine groepen op een centrale locatie in Brussel zullen doorgaan. De vervolgsessies gaan dieper in op de welzijnsthema's van relaties, gevoelens en jezelf leren zijn. Nadien, voor het tweede semester, wordt er geëvalueerd en bijgestuurd waar nodig.

Individuele psychosociale begeleiding en verwijzing

Studenten kunnen binnen elke onderwijsinstelling terecht bij studentenpsychologen of -begeleiders voor individuele psychosociale ondersteuning. De begeleiders fungeren als luisterend oor, filteren de hulpvraag, detecteren signalen en bieden een gepaste ondersteuning of verwijzing aan. De student kan in elke instelling steeds op korte termijn terecht bij een studentenpsycholoog of -begeleider voor een intakegesprek.

Bij het eerste onthaal- en intakemoment wordt er een inschatting gemaakt van de gepaste ondersteuningsaanpak: interne doorverwijzing naar het psycho-educatieve (groeps)aanbod, kortdurige interne individuele begeleiding of externe doorverwijzing voor kort- of langdurige individuele begeleiding. Problematieken die kortdurend aangepakt kunnen worden of studiegerelateerd zijn zullen veelal intern opgevolgd worden in enkele individuele sessies. Dit aanbod is zowel in het Nederlands als in het Engels beschikbaar. De Brusselse hogeronderwijsinstellingen die geen interne psychologen hebben, werken voor kortdurige individuele begeleiding structureel samen met enkele therapeuten, -groepspraktijken binnen Brussel. Bij externe doorverwijzingen wordt er steeds financiële ondersteuning aangeboden vanuit de hogeronderwijsinstelling. Elke Brusselse hogeronderwijsinstelling heeft ook een doorverwijsnetwerk met verschillende welzijnspartners zoals CAW, GCC en privétherapeuten. Overkoepelend, tussen de verschillende Brusselse hogeronderwijsinstellingen, is er geen gezamenlijk netwerk. Hogeronderwijsinstellingen geven de nood aan van een Brussels doorverwijsnetwerk van privé therapeuten en groepspraktijken, aangezien zij ervaren dat het aanbod van (Nederlandstalige) praktijken beperkt is binnen Brussel en kampt met wachtlijsten.

Sinds Corona verlopen de begeleidingsgesprekken meestal via videobellen, tenzij de situatie een face-to-face aanpak vereist. Naast online consultaties, werd er ook ingezet op telefonische permanentie om studenten verder te helpen en psychologisch te ondersteunen.

Elke hogeronderwijsinstelling biedt ook via de sociale dienst financiële en materiële ondersteuning voor de studenten die hier nood aan hebben. Medische begeleiding op de campussen wordt niet bij elke instelling aangeboden. Wel kunnen studenten op de website van de hogeronderwijsinstelling en dienst studentenvoorziening terugvinden waar binnen Brussel en Vlaanderen ze terecht kunnen voor medische begeleiding. Ook de internationale studenten vinden op de websites informatie terug over de mogelijkheden tot Engelstalige medische hulpverlening.

Aan de VUB campus te Etterbeek is er een zelfstandige universitaire dokterspraktijk (UGPVUB) gevestigd waar Brusselse studenten terecht kunnen voor medische hulpverlening. Daarnaast is er ook Dilemma, een dienst verbonden aan VUB, die gespecialiseerd is in de begeleiding van vragen over ongewenste zwangerschap of twijfels daarrond. Zij bieden psychosociale en medische begeleiding aan.

Crisis en schokkende gebeurtenissen - meldpunt vertrouwenspersoon

Voor crisissen en schokkende gebeurtenissen bieden de hogeronderwijsinstellingen gepaste ondersteuning, en werken ze waar nodig samen met het mobiele crisisteam, spoeddiensten van ziekenhuizen en gespecialiseerde diensten. Alle Brusselse hogeronderwijsinstellingen hebben ook interne onafhankelijke meldpunten voor studenten en personeel met betrekking tot voorvallen van geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en/of discriminatie.

Professionalisering van medewerkers en kringverantwoordelijken als gatekeepers

De Brusselse hogeronderwijsinstellingen zetten interne sensibiliserings- en professionaliseringsacties op poten voor studenten en personeel. Thema's als middelengebruik, mentale gezondheid en duurzaamheid komen aan bod. Hiervoor wordt er nauw samengewerkt met organisaties als VAD en het Rode kruis. Er zijn nog geen specifieke opleidingen tot gatekeepers.

3. Regionaal aanbod - sociale kaart

Dit hoofdstuk rapporteert over de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. Voor de onderwijsinstellingen werd een uitgebreide sociale kaart met fiches van diensten uit de diverse lijnen opgesteld. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese gemaakt van de toegankelijkheid van de zorg, de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten, en de coördinatie van het systeem. De hogeronderwijsinstellingen werken reeds samen met een groot deel van onderstaande actoren, hoewel nog eerder ad hoc.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldelijn

De diensten en structuren die tot de nuldelijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

Er zijn heel wat **lotgenoten- of patiëntenverenigingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Het hoofddoel van de organisaties is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten worden door studenten als een meerwaarde gezien omdat ze ontmoetingsplaatsen en -kansen bieden met lotgenoten. De organisaties zetten op die manier laagdrempelig in op ervaringsdeskundigheid en herstel.¹⁰

¹⁰ Het SIHO maakte voor de regio's een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

De **HerstelAcademie** in Brussel biedt ook een laagdrempelig en (preventief) vormingsaanbod rond psychische gezondheid (bv. omgaan met tegenslagen, omgaan met eenzaamheid, piekeren, depressie) aan. De cursussen richten zich in de eerste plaats naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maar ook betrokkenen uit de omgeving en (toekomstige) hulpverleners kunnen aan de cursussen deelnemen. De cursussen worden in coproductie tussen ervaringsdeskundigen in geestelijke gezondheid (peer support) en professionelen georganiseerd. De vormingen kunnen ook in het Engels worden aangeboden. De Herstelacademie wil tegen de start van volgend academiejaar 2021-2022 samenwerken met UilenSpiegel en CGG Brussel om een preventief aanbod uit te werken (niet specifiek voor studenten). Ze willen praatgroepen en een groepsaanbod creëren om wachtlijsten bij Brusselse psychologen en psychosociale centra te verminderen.

Voor internationale studenten, en meer specifiek Erasmusstudenten, wensen de **Erasmus Student Network secties** een goede partner- en informatieverstrekker te zijn. Internationale studenten kunnen bij hen terecht met vragen over hun verblijf in België en Brussel, maar kunnen ook rekenen op de nodige ondersteuning en activiteiten. De ESN-netwerken zetten zich preventief in voor het welzijn van internationale studenten door bijvoorbeeld de organisatie van de 'Mental Health week'. Binnen Brussel zijn er vijf ESN-netwerken actief.

De **algemene Nederlandstalige hulp- en advieslijnen**¹¹ zoals Tele-Onthaal 106, de Zelfmoordlijn 1813, VAD en de Druglijn 078 15 10 20 en de hulplijn voor Geweld, misbruik en kindermishandeling 1712 en Sensoa kunnen ook een belangrijke bijdrage leveren in de nulde lijn. Meer specifiek voor LGBTQ+ personen biedt Lumi een zeer laagdrempelige steun en luisterend oor via chat, mail en telefoon voor vragen verhalen rond seksuele oriëntatie, genderidentiteit, genderexpressie en lichaams diversiteit. Daarnaast verwijzen ze door naar LGBTQ+ (zelfhulp) verenigingen en LGBTQ+ sensitieve hulpverleners (zie ook verder eerste lijn). Ook het Transgender Infopunt (TIP) blijkt voor studenten een neutrale, gratis en anonieme plek voor alle vragen over genderdiversiteit en het transgenderthema. TIP is tevens een erkend meldpunt voor discriminatie op basis van geslacht, geslachtsverandering, genderexpressie en genderidentiteit.

Specifiek voor studenten in examenperiodes is er ook **Teleblok**, een chatlijn die wordt beheerd door de Christelijke Mutualiteit. In de toekomst hoopt Teleblok beroep te kunnen doen op, in samenwerking met opleidingen en hogeronderwijsinstellingen, student-vrijwilligers voor het bemannen van hun chatservice. Hierdoor zouden ze ook buiten de blokperiode actief kunnen zijn.

Sinds COVID-19 zijn er in Brussel twee hulplijnen geïntroduceerd die in drie talen, Nederlands, Engels en Frans, beschikbaar zijn. **'Hallo? Welzijnswerk'** is te bereiken via 0800 35 24 en helpt Brusselaars op weg richting sociale bijstand en beantwoordt alle bijhorende vragen. Ook **'Connecting Brussels'**, te bereiken via 02 278 11 00, werd in het leven geroepen om Brusselaars in het dagelijks leven te ondersteunen tijdens Corona. Brusselaars die meer informatie zoeken over Brussel, op zoek zijn naar iemand die boodschappen voor hen kan doen of die een wandelpartner of hondenuitlaat zoeken, kunnen beroep doen op de hulplijn.

Internationale studenten kunnen contact opnemen met de hulplijn 02 648 40 14 van de **Community Help Service (CHS)**. CHS is een Brusselse NGO voor psychosociale ondersteuning van internationale inwoners van Brussel via een multidisciplinair team van psychiaters en psychologen alsook een telefonische hulplijn.

Er zijn ook enkele **organisaties** die zich situeren **binnen de jeugdhulp**, zoals onder meer Eigen Kracht Centrale, 1gezin-1plan-werkingen (in Brussel Sonja-Erteejee) en Re-Member-Open Hart Cirkels, die de kracht van het netwerk van jongeren erkennen, en inzetten in op verbinding en dialoog. Gezien de recente aanpassing van de leeftijdsbepaling in jeugdhulp kunnen zij een mogelijks aanbod bieden naar jongvolwassenen tot 25 jaar, dit wel telkens binnen een gezinscontext.

¹¹ De sociale kaart bevat ook een overzicht van advies- en consultlijnen.

Daarnaast zijn er ook de **maatschappelijke diensten met een direct verband met geestelijke gezondheidszorg**. Veel organisaties verlenen zorg die niet wordt omschreven als GGZ, maar die er wel mee samenhangt zoals werkgelegenheidsondersteuning, huisvesting, financieel advies of hulp bij sociale problemen. Typische voorbeelden zijn het OCMW, VDAB, ACTIRIS, sociale huisvestingsmaatschappijen, diensten voor maatschappelijk werk van de mutualiteiten, lokale overheden zoals gemeenten enzovoort. Binnen Brussel behoren hier ook bijvoorbeeld jongerenorganisaties zoals JES vzw, Arktos en WeLoveBXL toe. Specifiek zijn er voor studenten, op vijf campussen van Franstalige hogeronderwijsinstellingen in Brussel, **Aseb**-kruideniers te vinden. Zij maken deel uit van de Association pour la Solidarité étudiante en Belgique (Aseb), een vzw van sociale kruidenierszaken. De sociale kruideniers worden uitgebaat door vrijwilligers. Tijdens de openingsuren is er steeds een maatschappelijke assistent aanwezig voor studenten die met vragen zitten. Studenten kunnen telefonisch of via de mobiele Aseb applicatie een winkelmandje vol verse voeding reserveren aan een laag tarief.

Tot slot zijn er ook een aantal diensten die de instellingen kunnen ondersteunen op vlak van preventieve activiteiten. Binnen het **Centrum voor Algemeen Welzijn (CAW)** van Brussel is er ook een **team Preventie** actief. Hun opdracht is om Brusselaars te informeren en te sensibiliseren. Dit doen ze door vormingen aan te bieden en aanwezig te zijn met een infostandje op bijvoorbeeld student kick-offs of campus events. Ze bieden vormingen en sensibilisering omtrent verschillende thema's zoals seksualiteit en relaties, drugs en afhankelijkheid, communicatieve en sociale vaardigheden en omgaan met geld. Vormingen kunnen ook in samenspraak of co-creatie gemaakt worden en zijn tevens in het Engels beschikbaar. Ook het **Centrum Geestelijke Gezondheidszorg (CGG) Brussel** heeft een **team Preventie**. Hun opdracht bestaat erin om Brusselaars te informeren en te sensibiliseren over specifieke thema's zoals suïcide, middelengebruik en verslaving. Zowel via campagnes, online informatie en vormingen trachten zij de Brusselse bevolking te informeren en sensibiliseren. Ook in het Engels kunnen vormingen aangeboden worden.

Daarnaast is er nog het **Lokaal GezondheidsOverleg (LOGO Brussel)**. LOGO Brussel is ingebed binnen de Vlaamse Gemeenschapscommissie en staat in voor de gezondheidsbevordering en (ziekte)preventie van de Nederlandstalige gemeenschap. Ze helpen bij de uitbouw van netwerken binnen de domeinen van onderwijs, vrije tijd, werk, zorg en welzijn. Voor sensibiliseringsmateriaal, het faciliteren van overleg en het bekomen van financiering via de Vlaamse Gemeenschapscommissie in het kader van gezondheid en preventie, kan er steeds beroep gedaan worden op LOGO Brussel. LOGO Brussel werkt reeds vlot samen en structureel met het Nederlandstalig secundair onderwijs, en wil dit ook graag bekomen met het hoger onderwijs binnen Brussel aangezien dit momenteel nog eerder ad hoc gebeurt.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als de 'poortwachter van de gezondheidszorg'. De eerstelijnszorg omvat diensten en personen waar studenten op een laagdrempelige manier ambulante bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende en laagdrempelige interventies aan. Indien nodig brengen ze studenten in contact met een meer gespecialiseerde hulpverlener of dienst.

Huisartsen blijken een van de belangrijkste en eerste contactpunt bij gezondheidsproblemen. Bij meer dan zeven op de tien gevallen zijn ze betrokken bij de detectie, diagnose of behandeling van personen met geestelijke gezondheidsproblemen. Binnen Brussel is het vinden van een Nederlandstalige huisarts voor studenten niet eenvoudig. VUB heeft een samenwerkingsverband met de zelfstandige universitaire Groepspraktijk (UGPVUB) en met Patio, een dokterspraktijk te Jette, voor de doorverwijzing van hun studenten. Brusselse hogeronderwijsinstellingen hebben geen overkoepelend netwerk van huisartsen. Ze wensen hiervan een overzicht op te maken.

Op de eerste lijn in Brussel is er naast het aanbod van de studentenvoorzieningen in de eerste lijn, een

diverse range aan diensten, een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties (bv. JAC, CAW, TEJO, Overkop) die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk.

Het **Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW) Brussel**¹² biedt via een multidisciplinair team Nederlandstalige en laagdrempelige hulp op gebied van welzijn, gezondheid, relatie en familie, administratie en financiën, geweld en misbruik, werk, en vrije tijd. Bepaalde instellingen hebben een specifieke samenwerkingsovereenkomst of werken aan een nieuwe samenwerkingsovereenkomst betreffende de doorverwijzing van hun studenten. Binnen Brussel is het CAW-team Psychologische begeleiding niet rechtstreeks toegankelijk, maar moet er intern via het CAW-onthaal of via het JAC naar worden doorverwezen. Momenteel kampt het team Psychologische begeleiding met wachtlijsten van enkele maanden.

Via het **JAC Brussel**¹³, biedt het CAW van Brussel ook gericht steun aan jongeren tussen de 12 en 25 jaar. Het JAC neemt diverse initiatieven om jongeren met elkaar in contact te brengen. Het JAC moedigt ook jongeren aan om elkaar te helpen. Zowel online op de website via chat of e-mail, telefonisch, als fysiek in het centrum, kunnen jongeren rekenen op ondersteuning. Het JAC Brussel biedt enkel kortdurende hulp en informatie en stelt zelf geen interne psychologen tewerk. Jongeren die nood hebben aan langdurige begeleiding, worden intern doorverwezen naar het CAW Brussel, ofwel externe naar instanties binnen Brussel. Het JAC Brussel heeft momenteel geen wachtlijsten.

TEJO BXL biedt sinds september 2020 laagdrempelige, therapeutische ambulante begeleiding aan Brusselse jongeren tussen 10 en 20 jaar met psychische problemen. De begeleiding is kortdurend, anoniem en gratis. De dienstverlening gebeurt door professionele therapeuten op vrijwillige basis. De hoofddoelstelling is het vergroten van het competentiegevoel van de jongere, het onder controle krijgen van de problemen, de jongere weerbaar maken en ervoor zorgen dat die zich veilig voelt. In tijden van Corona is de vraag naar begeleiding groter dan het aantal therapeuten, waardoor wachttijden kunnen oplopen.

Binnen Brussel is TEJO BXL een van de weinige Nederlandstalige inloophuizen op het gebied van mentale gezondheid. Hier komt binnenkort echter verandering in met de komst van een OverKop huis in de loop van 2021. In een **OverKop huis** kunnen jongeren tot 25 jaar gewoon binnen en buiten lopen voor activiteiten en ondersteuning. Het is een huis waar een luisterend oor wordt geboden en er professionele therapeutische hulp paraat staat, gratis, kortdurend, anoniem en onmiddellijk.

Sinds april 2019 kunnen volwassenen, en dus ook studenten, met psychische problemen zoals angststoornissen, depressie of alcoholproblemen een terugbetaling krijgen van een kortlopend psychologisch consult bij een klinisch psycholoog of orthopedagoog (= **eerstelijnspsychologisch aanbod**). Hiermee wordt de drempel naar psychologische zorg aanzienlijk verlaagd en wordt ingezet op preventieve zorg. Dit blijft echter wel tot nu toe beperkt tot consult op doorverwijzing door een arts. Brusselse instellingen zijn weinig vertrouwen met het ELP aanbod en hebben geen overkoepelend doorverwijsnetwerk.

¹² Centra Planning Familial zijn een Franstalige tegenhanger van het CAW binnen het thema seksualiteit. Ze bestaan uit een multidisciplinair team van psychologen, dokters en juristen gespecialiseerd in alles wat met seksualiteit te maken heeft. Zij bieden een onthaal, voorlichting, medische, sociale, psychologische en juridische consultatie. Ook hier heeft ULB centra die aan hen verbonden zijn, namelijk Aimer à l'ULB gevestigd op zowel campus Solbosch als campus Erasme.

¹³ Aan Franstalige kant is Infor-Jeunes de tegenhanger van het JAC binnen Brussel. Jongeren tot en met 25 jaar kunnen er gratis en anoniem terecht met hun vragen, zowel telefonisch, via mail als op locatie. Binnen het Brussels Hoofdstedelijk Gewest zijn er 9 Infor-Jeunes centra.

Vanaf 1 september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het **netwerk “kinderen en adolescenten” (tot en met 23 jaar)** en het **netwerk “volwassenen” (vanaf 15 jaar)**. Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepsessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepsessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Het aandeel van de patiënt in de prijs zal 11 euro per individuele sessie bedragen (4 euro als de patiënt recht heeft op onze verhoogde tegemoetkoming) en/of 2,5 euro per groepsessie. Deze sessies of behandelingen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben. Dit biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden.

Het **Brussels University Consultation Centre (BRUCC)**, verbonden aan de faculteit Psychologie van VUB, is een van de vijftal Nederlandstalige groepspraktijken voor psychologische begeleiding binnen het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. BRUCC biedt een Nederlands en Engelstalige begeleiding aan op eerste lijn-niveau. BRUCC is toegankelijk voor alle Brusselaars en het VUB-personeel. Er is geen specifiek aanbod voor studenten, maar studenten van alle Brusselse hogeronderwijsinstellingen kunnen in principe bij BRUCC terecht. Wel werden via VUB, tijdens COVID-19, twee studentenpsychologen geplaatst binnen BRUCC om de toenemende psychologische druk bij VUB-studenten op te vangen.

Cultuursensitieve zorg, is zeker binnen Brussel, een belangrijk aspect. **Merhaba vzw**, een meertalige vzw die zich focust op LGBTQI-personen met een migratieachtergrond binnen Brussel, draagt hieraan actief bij. Merhaba voorziet in sensibilisering, informatie, events en gratis psychosociale begeleiding voor de doelgroep. Daarnaast biedt het ook een telefonische hulplijn aan waar de doelgroep terecht kan in verschillende talen. Ook hulpverleners en professionals kunnen bij hen terecht voor consult en vorming rond cultuursensitieve zorg en LGBTQI.

Daarnaast begeleidt het **Ondersteuningsteam Allochtonen (OTA) Vlaams-Brabant Brussel** ook professionals in hun begeleiding van jongeren met een migratieachtergrond door de interculturele, levensbeschouwelijke en migratie gebonden vanzelfsprekendheden zichtbaar te maken. OTA Vlaams Brabant en Brussel komt tussen in de hulpverlening van kinderen binnen de jeugdhulp als zij in hun werkingsgebied wonen of verblijven. Voor de doelgroep van studenten, kan OTA door professionelen geconsulteerd worden voor consult en vormingen rond het thema van cultuursensitieve zorg.

In Brussel bevindt zich een van de zes Vlaamse **vertrouwenscentra voor de preventie van kindermishandeling en verwaarlozing**. Het vertrouwenscentrum biedt gratis, aangepaste, niet-juridische zorg via een multidisciplinair team (o.a. psychologen, maatschappelijk werkers, criminologen en artsen). De vertrouwenscentra voorzien tevens ook samen met de CAW's ook in de hulplijn 1217 en chat voor elke burger die vragen heeft over geweld, misbruik en kindermishandeling.

Brussel heeft ook verschillende **wijkgezondheidscentra** die bestaan uit een multidisciplinair team dat eerstelijnsgezondheidszorg verleent en dat gezondheid en preventie holistisch benadert. Het multidisciplinaire team omvat tenminste twee huisartsen, een verpleegkundige, een kinesitherapeut en vaak ook een psycholoog. Er is geen samenwerking tussen de Brusselse wijkgezondheidscentra en hogeronderwijsinstellingen.

Ten slotte zijn er ook een aantal **overkoepelende diensten** die GGZ niet als belangrijkste taak hebben en die zelfs buiten de sector van de gezondheidszorg vallen. Ze bieden ook tot op zekere hoogte hulp, doordat er GGZ-professionals deel uitmaken van hun teams. Het gaat om organisaties die bijstand verlenen aan personen met een handicap, aan procederende partijen, aan slachtoffers van kindermisbruik, of mensen die huisvesting nodig hebben.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweedelij

De tweede lijn betreft ambulante en professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijn vallen centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra, psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen en mobiele teams.

Een eerste belangrijke actor is het **Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)** Brussel. CGG Brussel bestaan uit een multidisciplinair team (minimaal een psychiater, een psycholoog, een maatschappelijk werker en een onthaal) dat ambulante gespecialiseerde zorg verleent. Deze zorg bestaat uit screening, vroege detectie en behandeling. Ze vallen onder de gefedereerde bevoegdheden. Binnen Brussel is er 1 CGG van de Nederlandstalige Gemeenschapscommissie, 5 van de Franse Gemeenschapscommissie en 22 van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie. Het Vlaams CGG Brussel is opgedeeld in vier deelwerkingen en biedt gespecialiseerde psychosociale hulp aan iedereen die woont of verblijft binnen Brussel. Bij CGG Brussel zijn er wachtlijsten van enkele maanden alvorens er beroep gedaan kan worden op hun tweedelijns diensten.¹⁴

De **Community Help Service (CHS)**, een Brusselse NGO voor psychologische en psychiatrische ambulante zorg, biedt zorg voor internationale studenten. Het CHS heeft een multidisciplinair en meertalig team van psychologen en psychiaters in haar werking, beschikt over een telefonische hulplijn die 24/7 beschikbaar is en de voertaal is het Engels. Aangezien de CHS geen overheidssteun krijgt, zijn raadplegingen duur. Een wachtlijst is er niet, aangezien de CHS meteen doorverwijst wanneer zij zelf geen hulp kunnen bieden. Tijdens COVID-19 merkten zij wel een voelbare stijging in het aantal aanvragen voor psychologische hulp. Door hun uitgebreid doorverwijnsnetwerk weten zij echter aanvragen nog steeds vlot te verwijzen, hoewel er geregeld ook op wachtlijsten van externe organisaties gebotst wordt.

Binnen Brussel bieden de **spoedafdelingen van algemene ziekenhuizen** en de **mobiele crisisteams** psychosociale crisishulp aan. Het werk dat wordt verricht door de mobiele teams speelt zich af in de thuisomgeving van de gebruiker, en bestaat in hoofdzaak uit het (her)opbouwen van een netwerk rond een situatie. Hun interventies leiden evenwel in bepaalde gevallen toch tot een hospitalisatie en dit volgens sommige zorgverleners voornamelijk wanneer het team onder de verantwoordelijkheid valt van

¹⁴ Aan Franstalige kant is Service Santé Mentale (SSM) de Franstalige tegenhanger van CGG, hoewel ze daar op de eerste lijn worden geplaatst. Een SSM is een ambulante dienst die via een multidisciplinaire aanpak en in samenwerking met andere instanties die met gezondheid te maken hebben, bijdraagt tot de diagnose en de psychiatrische, psychologische, psychotherapeutische en psychosociale behandeling van cliënten. SSM's zijn toegankelijk voor alle studenten die studeren in Brussel. De voertaal is hier uitsluitend Frans. Aangezien de hogeronderwijsinstellingen langs Franstalige kant niet voorzien in interne psychologische ondersteuning, werken zij in sommige gevallen samen met een SSM. Zo is ULB verbonden aan SSM ULB (met PsyCampus als specifiek team voor studenten) en is UCL verbonden aan Centre Chapelle-aux-champs.

een psychiatrisch ziekenhuis. Er zijn verschillende soorten mobiele teams die geestelijke gezondheidszorg verlenen. De teams 'psychiatrische zorg in de thuissituatie' (PZT) zijn structureel gekoppeld aan de initiatieven van beschut wonen. Hun belangrijkste taken zijn de coaching van zorgverleners uit de eerstelijnszorg en het coördineren van de actoren rondom de patiënten en het bieden van directe ondersteuning aan patiënten in hun thuisomgeving. De artikel 107 mobiele teams bieden crisishulp voor volwassenen met acute geestelijke gezondheidsproblemen en voor mensen met ernstige langdurige geestelijke gezondheidsproblemen. De teams zijn multidisciplinair en verlenen zorg in de omgeving van de persoon, tijdens een crisisperiode of continu. Hun hulp kan door de betrokkene zelf, door een familielid of door een zorgverlener worden ingeroepen. In Brussel zijn er twee **mobiele crisisteam**s die elk hun eigen werkingsgebied kennen. TANDEMplus is het tweetalig crisisteam actief in de gemeente Brussel en de gemeenten ten Zuiden en ten Westen hiervan. EMC (Equipe Mobile de Crise) is actief ten Noorden en ten Oosten van de gemeente Brussel. EMC kent enkel een Franstalige werking. De **langdurige mobiele zorg** wordt onder andere opgenomen door mobiele teams binnen CGG Brussel, IBW (initiatieven van Beschut Wonen), begeleid wonen, de DGGZ's (Diensten Geestelijke Gezondheidszorg), de SSM's (Services Santé Mental) en de CSM's (Centres Santé Mentale). De Brusselse mobiele teams kenmerken zich door een antwoord te bieden op de vragen die rechtstreeks worden geformuleerd door gebruikers en hun naaste omgeving, en vervullen zo een essentiële functie in het toegankelijker maken van zorg voor bevolkingsgroepen die daarvan zijn uitgesloten, waaronder ook zorgweigerders. De toename in het beroep doen op een mobiel team die door de beroepskrachten wordt aangehaald lijkt vooral te maken te hebben met de algemene verzadiging van de Brusselse diensten en de doorverwijzingsmogelijkheden binnen het systeem. Een adequate verbinding tussen de mobiele teams en het geheel van het geestelijke gezondheidssysteem, met inbegrip van ambulante en sociale diensten, vergemakkelijken de toegang tot zorg door de ziekenhuisopnames te beperken.

Specifiek voor jongeren met een vlucht- of migratie verleden is er binnen Brussel **Solentra vzw**, onderdeel van PAika de psychiatrische afdeling van het UZ Brussel voor kinderen en jongeren tot 18 jaar. Solentra behandelt vluchtelingen- en migrantiekinderen, -jongeren en eventueel ook hun families. De jongeren zijn meestal met of zonder hun familie weggevlucht van de oorlog in hun land, wat leidt tot complexe psychotraumaklachten. Het is die complexiteit waarin Solentra gespecialiseerd is. Solentra geeft ook vormingen via de Solentra Academy rond cultuursensitieve zorg en psychosociale begeleiding van vluchtelingen en mensen met een migratieachtergrond.

Voor slachtoffers van seksueel geweld heeft Brussel een **Zorgcentrum na Seksueel Geweld (ZSG)** dat 24/7 alle slachtoffers van seksueel geweld opvangt. Het centrum biedt de slachtoffers medische en forensische zorg, en psychologische ondersteuning. Het Brussels ZSG is terug te vinden binnen het Universitair Medisch Centrum Sint Pieter, en werkt nauw samen met het **CAW team Slachtofferhulp** dat ook juridische ondersteuning aanbiedt.

Initiatieven voor beschut wonen (IBW) begeleiden mensen met psychische problemen die geen nood hebben aan een permanent verblijf in een psychiatrisch ziekenhuis. Binnen Brussel zijn er een 20-tal IBW's actief verspreid over het gehele Brusselse Gewest. Hier zijn wachtlijsten en strenge toelatingsvoorwaarden van toepassing. Deze initiatieven bieden personen een woonvorm waar ze begeleiding krijgen. Een IBW organiseert aangepaste dagactiviteiten voor de bewoners: sommigen volgen een opleiding, anderen werken of doen vrijwilligerswerk en nog andere gaan naar een activiteitencentrum of naar de dagbehandeling van het psychiatrisch ziekenhuis. Het gebrek aan beschikbare plaatsen in de IBW's kan worden verklaard door het feit dat de meeste personen er voor een lange periode verblijven omwille van een gebrek aan woonalternatieven in Brussel. Om deze moeilijkheden op te vangen treden sommige IBW's op als bemiddelaar tussen de gebruikers en de verantwoordelijken voor sociale huisvestingsinitiatieven.

Psychiatrische verzorgingstehuizen (PVT) verlenen residentiële zorg aan personen met een stabiele, langdurige psychiatrische aandoening en aan personen met een verstandelijke beperking die permanente zorg nodig hebben. Er zijn vijf PVT's aanwezig in Brussel. Net zoals de IBW's kampen zij ook met wachtlijsten en strenge toelatingsvoorwaarden.

Er bestaan ook **inrichtingen voor psychosociale revalidatie van volwassen psychiatrische patiënten** die specifieke programma's van beperkte duur aanbieden die complementair zijn aan andere psychiatrische behandelingen. Er zijn ook programma's die zich specifiek richten op de verslavingsproblemen.

De **psychiatrische afdelingen** in de Brusselse **algemene ziekenhuizen (PAAZ)** bieden een kortdurende behandeling in het ziekenhuis. Het voordeel is de lagere drempel in vergelijking met psychiatrische ziekenhuizen (de-stigmatisatie), de onmiddellijke toegankelijkheid tot lichamelijke zorg en de behandelvisie 'kort verblijf'. Sommige algemene ziekenhuizen met een PAAZ hebben ook een eenheid voor psychiatrische noodinterventies. Binnen Brussel is UZ Brussel het Nederlandstalig ziekenhuis met een PAAZ-afdeling. Elke vrijdagvoormiddag vinden vrije raadplegingen plaats, waarbij patiënten, met een doorverwijsbrief van de arts, zonder afspraak kunnen langskomen op consultatie bij een psychiater. Brusselse instellingen hebben nog geen systematisch overkoepelend netwerk van therapeuten.

Ten slotte hebben vele **psychiaters, psychologen of psychotherapeuten een ambulante privé- of ziekenhuispraktijk**. Een aantal van deze zorgverleners werkt samen in poliklinieken of particuliere multidisciplinaire centra. Er bestaan geen gegevens over het aantal praktijken van GGZ-professionals, het aantal personen dat zij zien of het soort interventies dat ze doen. Er zijn ook zorgverleners in **dienst van overheidsinstellingen of bedrijven**, o.m. in de interne preventiediensten om medewerkers te ondersteunen bij traumatiserende situaties.

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - derdelijn

De derde lijn betreft voornamelijk psychiatrische ziekenhuizen en gespecialiseerde voorzieningen waar men langdurig in behandeling is en residentieel verblijft. De ziekenhuizen zijn gespecialiseerd in bepaalde doelgroepen en problematieken.

Psychiatrische ziekenhuizen (PZ) bieden behandeling en verzorging aan patiënten met ernstige psychische problemen. De ziekenhuizen beschikken hiervoor over gespecialiseerde afdelingen. Een multidisciplinair team zoekt naar de meest geschikte therapie om de patiënt te helpen. Naast een volledige hospitalisatie kan een psychiatrisch ziekenhuis ook dagopvang (dagziekenhuizen) en, minder vaak, nachtopvang aanbieden. Er zijn een zestal psychiatrische ziekenhuizen terug te vinden binnen Brussel, waarvan één Nederlandstalig (PSC Sint Alexius) en één specifiek gericht op kinderen en jongeren tot en met 18 jaar (Parhélie vzw). De overige psychiatrische ziekenhuizen zijn bijna allemaal deel van de gemeenschappelijke gemeenschapscommissie, en kennen een veelal een Franstalige werking.

Naast deze psychiatrische ziekenhuizen zijn er ook **speciale voorzieningen voor gedetineerden met geestelijke gezondheidsproblemen**, zoals psychiatrische afdelingen in gevangenissen en forensische psychiatrische centra.

Netwerkorganisaties en koepelorganisaties voor professionals

Naast bovenstaande lijnorganisaties, zijn er ook enkele organisaties binnen Brussel werkzaam die zich bezighouden met het coördineren van en in overleg gaan met de verschillende individuele organisaties binnen de Brusselse Geestelijke Gezondheidszorg.

Het **netwerk 107bru** ontstond bij de hervorming van de Belgische geestelijke gezondheidszorg en artikel 107. 107bru is het bicommunautair geestelijke gezondheidsnetwerk van Brussel dat zorgverlenende instanties samenbrengt en een hefboom- en brugfunctie heeft tussen de zorgverlenende instanties en gemeenschappen. De samenwerking binnen 107bru situeert zich tussen en binnen alle lijnen van de geestelijke gezondheidszorg.

Aan Nederlandstalige kant is er op de nulde en eerste lijn het **Huis voor Gezondheid**. Het Huis voor Gezondheid is een netwerkorganisatie die de Nederlandstalige zorg verbindt, ondersteunt en promoot binnen Brussel. Daarnaast hebben ze ook een specifieke opdracht naar Brusselse studenten die studeren aan zorgopleidingen toe. Het Huis staat namelijk in voor de promotie van jobs binnen de Brusselse gezondheidszorg bij Nederlandstalige jongeren. Tijdens COVID-19 verkregen zij een projectsubsidie via de Vlaamse Gemeenschapscommissie en organiseerde zij het 'Open Huis Festival'. Nederlandstalige studenten die studeerde aan zorgopleidingen binnen Brussel, konden via het Festival kennis maken met het zorgaanbod van Brussel en konden deelnemen aan workshops en webinars rond welzijnsthema's. Binnen het Huis voor Gezondheid is ook **BruZEL** gevestigd, die de Nederlandstalige zorgprofessionals binnen de eerstelijnszorg van Brussel overkoepelen.

Ook het **Kenniscentrum Wonen, Welzijn en Zorg (WWZ)** zet zich in voor een beter welzijn, vernieuwende woonvormen en toegankelijke zorg voor alle Brusselaars en personen die in Brussel verblijven. Het kenniscentrum stimuleert de verbinding tussen sectoren en beleidsdomeinen van Welzijn, Wonen en Zorg. Het is een Nederlandstalige organisatie binnen Brussel, die ook overlap kent met het werkveld van het Huis voor Gezondheid. Beide organisaties werken dan ook vaak samen.¹⁵

Ook bicommunautair wordt er voorzien in overkoepelend overleg op de eerste lijn. **Brusano** is het overlegorgaan voor de coördinatie en ondersteuning van zowel Franstalige als Nederlandstalige professionals binnen de eerstelijnszorg in Brussel.

Tot slot is er nog het **Overlegplatform Geestelijke Gezondheidszorg Brussel (Opgg - Pfsm)**. Overleg tussen zorgverstrekkers binnen de geestelijke gezondheidszorg, voornamelijk op tweede en derde lijn, vindt plaats binnen het bicommunautair Opgg van Brussel. Binnen het Opgg werd **Bru-stars** opgericht, een apart platform voor het overleg tussen geestelijke gezondheidszorg partners voor kinderen en jongeren binnen Brussel. Bru-stars heeft ook een opdracht in het vlot laten verlopen van de overgang van kinder- naar volwassenenzorg binnen de jeugdhulp.

Vanuit de samenwerking met verschillende partners binnen de Netwerken GGZ zijn er regionaal of naar specifieke doelgroep **ondersteunende advies en consult lijnen voor professionals en omgeving** ontstaan. Via deze lijnen biedt men o.a. uitgebreid kwalitatief consult en advies, toeleiding naar geïndiceerde dienst, netwerkopbouw en vaak ook vorming en deskundigheidsbevordering.

¹⁵ De Ligue Bruxelloise de Santé Mentale (LBSM) is een recent initiatief van de Franstalige gemeenschap binnen Brussel dat dezelfde doelstelling beoogd als het Huis voor Gezondheid en het Kenniscentrum WWZ aan Nederlandstalige kant. Doordat het initiatief nog in de kinderschoenen staat, kent het voorlopig een eerder kleinschalige werking.

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

De Nederlandstalige hogeronderwijsinstellingen van Brussel hebben op vlak van studentenwelzijn reeds een rijk aanbod van preventieve en curatieve ondersteuning uitgebouwd. Specifieke noden van instellingen situeren zich op vlak van complementariteit en instellingsoverschrijdende welzijnsacties, internationale studenten en een uitgebouwd Brussels doorverwijsnetwerk met bijhorende sociale kaart. Elke instelling wil verder inzetten op de uitbouw van zowel het interne als het Brusselse welzijnsbeleid, met specifieke aandacht voor het versterken van het preventieve aanbod en de uitwerking van een gezamenlijk groepsaanbod, netwerk en sociale kaart.

Binnen Brussel staat het elke taalgemeenschap vrij de geestelijke gezondheidszorg en de organisatie daarvan in te vullen zoals zij dit zelf wensen, wat het welzijnslandschap minder overzichtelijk maakt. De Brusselse context van verschillende bevoegdheden en regelgevingen die het zorg- en welzijnslandschap mee vormgeven, zorgt namelijk voor de nodige complexiteit. Er is weinig coherentie tussen de verschillende zorgverstrekkers, en samenwerking is veeleer ad hoc. Dit alles bemoeilijkt een gedetailleerde rapportering van het regionaal welzijnsaanbod van Brussel. Meer contact tussen de diensten is nodig om het rijke en diverse zorgsysteem in staat te stellen op elke zorgvraag flexibel en creatief te reageren.

Reeds voor de Coronapandemie zorgt de modaliteit van het zorg- en welzijnslandschap voor onder andere versnippering en capaciteitsproblemen. Brussel kampt, onder meer door onevenredige financiering tussen zorgverstrekkers, met plaatsgebrek en oplopende wachtlijsten in de tweede en derde lijn. De criteria om cliënten toe te laten worden daarom soms erg hoog ingesteld en kunnen ook eerder willekeurig aanvoelen. Afhankelijk van wie doorverwijst is er meer of minder kans om toegang te verkrijgen.

Het Brussels Gewest zet momenteel nog weinig preventief in op het thema van geestelijke gezondheid. Het zijn voornamelijk de gemeenschappen die instaan voor de preventie en het informeren. Een coherent en uitgewerkt preventie- en informatieaanbod op Brussels niveau, is eerder beperkt. Een aanbod om de druk op de eerste, en dus ook de tweede en derde lijn, te verlichten is nog weinig aanwezig. Binnen de Brusselse hogeronderwijsinstellingen is er reeds de traditie om in een preventief aanbod te voorzien. Instellingen willen dit aanbod verder versterken en differentiëren door gezamenlijke acties op touw te zetten met diensten uit de nulde lijnen, zoals bijvoorbeeld LOGO Brussel, CAW etc. Hierbij is er ook nood aan meer connectie en visibiliteit tussen het hoger onderwijs en haar studentenvoorzieningen, en de regionale diensten en organisaties binnen Brussel.

Internationale studenten en studenten met een migratieachtergrond ervaren extra drempels binnen de Brusselse welzijnszorg. Naast taal- en informatie drempels, leiden verschillende aspecten zoals etniciteit, socio-economische status en gender ook tot complexe hulpvragen. Cultuursensitieve zorg komt tegemoet aan die complexiteit, door onder andere de diversifiëring van het zorgpersoneel en extra aandacht voor het gebruiken van cultuursensitieve kennis, vaardigheden en attitude in de zorgaanpak. Samenwerking met gespecialiseerde diensten voor vormingen binnen hogeronderwijsinstellingen zou mogelijks aan de gesignaleerde noden tegemoet kunnen komen.

Tot slot bevinden studenten zich vaak binnen de transitieleeftijd, op de scheidingslijn van het aanbod voor kinderen en het aanbod voor volwassenen. Daardoor vallen zij soms uit de boot en worden zij in mindere mate als een prioriteit beschouwd binnen beiden. Binnen de Nederlandstalige geestelijke gezondheidszorg van Brussel worden studenten in de transitieleeftijd dus niet beschouwd als een aparte doelgroep. Anderzijds geven diezelfde zorgverstrekkers wel aan dat studenten en personen in de transitieleeftijd een van de groepen is die voor hen het moeilijkst te bereiken is. Hier schuilt een hiaat in het welzijnsaanbod van Brusselse zorgverstrekkers.

De actiepunten die de regio voor de komende projectmaanden heeft geselecteerd zijn:

- Informatie en communicatie naar studenten en externen:
 - Opmaak Brusselse en Vlaamse sociale kaart voor studenten die via centraal SIHO platform zal verspreid worden
Dit actiepunt wordt momenteel uitgewerkt binnen het SIHO project
 - Inzetten op het meer kenbaar maken van het welzijnsaanbod van de hogeronderwijsinstellingen, zowel intern (personeel en studenten) alsook extern (regionale welzijnspartners) bv. via folders, welzijnsstrip etc.
Binnen de werkgroep welzijn (Brik), in samenwerking met SIHO, werd overkoepelend met dit actiepunt aan de slag gegaan. Er wordt een gezamenlijk welzijnsstrip gemaakt, met welzijnstips en promotie van de studentenvoorzieningen, die uitgedeeld wordt bij de start van academiejaar 2021-2022.
 - Logo Brussel betrekken als interessante partner voor gezondheids promotie en preventie
Binnen de werkgroep welzijn (Brik), in samenwerking met SIHO, werd overkoepelend met dit actiepunt aan de slag gegaan.
- Overkoepeling en centralisatie:
 - Structurele samenwerkingen rond psycho-educatief aanbod (sessies en workshops)
Binnen de werkgroep welzijn (Brik), in samenwerking met SIHO en CAW Brussel, werd overkoepelend met dit actiepunt aan de slag gegaan. In oktober, tijdens de week van de veerkracht, vinden de eerste Brussel brede psycho-educatieve sessies plaats.
 - Gezamenlijk uitbreiden netwerk van nulde en eerstelijnsactoren en elkaar beter leren kennen
 - Gezamenlijk doorverwijsnetwerk van privé praktijken en zelfstandige psychologen (en huisartsen en psychiaters)
 - Gezamenlijke preventieve acties op poten zetten die Brusselse studenten verbinden
 - Daarbij ook mogelijke samenwerking voor peer groups/praatgroepen verkennen
 - Werkgroep welzijn Brik intensifiëren en uitbreiden met Brusselse welzijnspartners op uitnodiging
Binnen de werkgroep welzijn (Brik), in samenwerking met SIHO, wordt overkoepelend met dit actiepunt aan de slag gegaan. Partners als Logo Brussel, CAW, OverKop, JAC en CGG worden de komende maanden uitgenodigd op overlegmomenten.
 - E-health implementeren
Dit actiepunt wordt momenteel uitgewerkt binnen het SIHO project (en het centraal platform), met actieve medewerking van de hogeronderwijsinstellingen.
 - Verbondenheid faciliteren (pistes verkennen van studenten-communities via website, fora, apps...)
- Internationale studenten en studenten met een migratieachtergrond:
 - Taal- en informatie drempels minimaliseren binnen het aanbod voor internationale studenten en de communicatie hieromtrent
 - Cultuursensitieve zorg
- Professionalisering onderwijspersoneel en studenten tot gatekeepers

Bovenstaande actiepunten kunnen zowel intern binnen instellingen als overkoepelend en gezamenlijk aangepakt worden, afhankelijk van de noden van de Brusselse hogeronderwijsinstellingen.

Omgevingsanalyse Limburg

1. Context Limburg

De provincie Limburg vertegenwoordigt vijf hogeronderwijsinstellingen, met name Universiteit Hasselt, PXL Hogeschool, UC Limburg, LUCA School of Arts en KU Leuven. De vijf instellingen zijn zeer verschillend, zowel op het vlak van interne organisatie als in grootte, capaciteit en locatie binnen Limburg.

Alle hogeronderwijsinstellingen zijn quasi gecentraliseerd op de as Hasselt-Diepenbeek-Genk. Universiteit Hasselt heeft één campus in Hasselt en één campus in Diepenbeek. PXL Hogeschool heeft vijf campussen in Hasselt en één campus in Genk. UC Limburg heeft één campus in Hasselt, één campus in Diepenbeek en één campus in Genk. Naast de campussen in Limburg, heeft UC Limburg Leuven ook nog verschillende campussen in Vlaams-Brabant namelijk vier in Leuven en één in Diest. LUCA heeft in Limburg één campus, gelegen op C-mine in Genk. Daarnaast heeft LUCA ook één campus in Leuven, twee campussen in Brussel en één campus in Gent. KU Leuven heeft dertien campussen, waarvan één campus in Limburg, met name Campus Diepenbeek. De andere campussen bevinden zich in Leuven, Brussel, Antwerpen, Geel, Sint-Katelijne-Waver, Gent, Aalst, Kortrijk, Brugge en Diepenbeek. In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 21.930 inschrijvingen in de provincie Limburg (Tabel 1).

Academiejaar 2019-2020	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
Limburg					
Universiteit Hasselt	3.540	3.995	6.264	1.271	7.535
PXL	4.355	4.445	8.164	636	8.800
UC Limburg	3.288	1.883	4.877	294	5.171
LUCA School of Arts	189	214	354	49	403
KU Leuven Campus Diepenbeek	16	5	21	0	21
Totaal	11.288	10.542	19.680	2.250	21.930

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

De studentenvoorzieningen die gelijkwaardige toegang tot, en de deelname van alle studenten aan het hoger onderwijs bevorderen, zetten in op zes werkvelden: huisvesting, mobiliteit, voeding, sociale dienstverlening, medische en psychologische dienstverlening en studentenwerking. Werkveld vier, focust op de medisch en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de studentenvoorzieningen psychosociale en psychologische dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. Werkveld drie focust op sociale dienstverlening. De opvolging van studentenwelzijn is niet enkel werkveldoverschrijdend, maar betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen. Tijdens corona zijn in verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

Tussen de verschillende instellingen zijn specifieke samenwerkingen. UC Limburg, LUCA School of Arts en KU Leuven maken deel uit van de Associatie KU Leuven. Binnen hun associatie maken zij ook deel uit van de werkgroep studentenvoorzieningen. Universiteit Hasselt en PXL Hogeschool vormen samen de Associatie Universiteiten en Hogescholen Limburg (AUHL). Binnen de associaties worden ook specifieke samenwerkingsovereenkomsten gesloten. LUCA School of Arts doet een beroep op de studentenvoorzieningen van UC Limburg voor de dienstverlening aan hun studenten in Genk. Om de best mogelijke dienstverlening voor hun studenten te voorzien, werken Hogeschool PXL en Universiteit Hasselt op verschillende studiedomeinen samen. Naast deze instellingsoverschrijdende samenwerking wordt er bovendien bij diverse stuvo-initiatieven ook gekozen voor een associatieoverschrijdende samenwerking. In oktober 2020 lanceerden Universiteit Hasselt en de Hogescholen PXL, UC Limburg en LUCA School of Arts de KLIK app die studenten met dezelfde interesses makkelijker met elkaar in contact kan brengen.

Alle hogeronderwijsinstellingen participeren ook in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Daarnaast participeren ze ook in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

Verder is er nog een informele samenwerking op regionaal niveau. De hogeronderwijsinstellingen in Limburg hebben vier keer per jaar een gemeenschappelijk intervisieoverleg met minstens alle studentenpsychologen. Deze periodieke bijeenkomsten focussen op de noden die er leven, welke tendensen er voelbaar zijn en welk aanbod best wordt voorzien dat hierbij aansluit.

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de Limburgse hogeronderwijsinstellingen op vlak van studentenwelzijn, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief, en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid studentenwelzijn zoals beschreven in het eerste hoofdstuk van het eindrapport.

Informatie, vroegsignalering en awareness

Elke hogeronderwijsinstelling staat in voor de integrale ondersteuning van haar studenten. Niet alleen de diensten studentenvoorziening, studentenondersteuning en studentenbeleid dragen hieraan bij, maar ook het gehele (onderwijs)personeel zet zich op verschillende manieren hiervoor in. Tijdens corona zijn er extra inspanningen geleverd vanuit de instellingen en hun diensten studentenvoorzieningen om deze periode zo dragelijk mogelijk te maken voor zowel studenten als voor personeel. Bovendien zijn er in de verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

De onderwijsinstellingen gebruiken zoveel mogelijk verschillende communicatiekanalen met als doel om initiatieven kenbaar te maken en om drempels weg te nemen. Zo wordt gebruik gemaakt van face to face contacten, de website, het studenten-mailadres, toledo, blackboard, facebook en instagram van de instelling, centrale ankerpunten op de verschillende campussen, ... om informatie te verspreiden, met als doel om zoveel mogelijk studenten te bereiken. Met informatie wordt bedoeld de voorstelling van een (vaak) thematisch aanbod op vlak van studentenwelzijn zoals een infosessie in groep, de opstart van een trainingsaanbod dat over meerdere sessies loopt, een toelichtingssessie door een externe expert, een aanbod van externe initiatieven.

Elke hogeronderwijsinstelling organiseert introductiedagen bij het begin van het academiejaar, waarin studenten wegwijs gemaakt worden in hun opleiding. Ook de diensten studentenvoorziening proberen op dat moment zo zichtbaar mogelijk naar voor te treden voor nieuwe studenten. Zo stellen medewerkers van de diensten studentenvoorziening zich voor op de introductiedagen en lichten ze hun werking toe en/of vatten ze post op de verschillende campussen op strategische plekken, in functie van een zo groot mogelijke zichtbaarheid voor nieuwe studenten. Op die manier proberen ze de aandacht te trekken op de verschillende invalshoeken waarvoor deze diensten ondersteuning kunnen bieden aan de studenten.

Een groep die moeilijk te bereiken blijft met de huidige kanalen, is de groep van internationale studenten. Het vermoeden leeft dat ze de diensten studentenvoorziening niet altijd kennen, of dat ze een hogere drempel hebben om er naartoe te gaan. Drempels die hierin een rol kunnen spelen zijn bv. het niet beheersen van de Nederlandse taal of culturele barrières. De vraag stelt zich ook of internationale studenten wel evenveel informatie via evenveel kanalen als de niet-internationale studenten ontvangen.

De impact van de pandemie heeft zich vooral sterk laten voelen in de progressie op vlak van online werken. Sinds het voorjaar van 2020 heeft het online werken en de online dienst- en hulpverlening binnen de hogeronderwijsinstellingen een enorme vlucht genomen.

Binding en verbinding

Verbondenheid is een belangrijke protectieve factor voor psychische gezondheid. Om de verbinding tussen studenten onderling te ondersteunen en te bevorderen wordt er door de hogeronderwijsinstellingen sterk ingezet op verbindende initiatieven via online communities, zoals samen studeren via discords, samen ontspannen of onderling contact leggen met de KLIK app. Waar sommige initiatieven worden begeleid door een medewerker, zijn bepaalde initiatieven volledig georganiseerd door en voor studenten. Instellingen bieden ook initiatieven aan voor internationale studenten. De ervaring leert dat er voor veel zaken een online aanbod kan zijn maar voor echte verbinding tussen een student en de hogeronderwijsinstelling, is fysiek sociaal contact een must.

De onderwijsinstellingen doen veel inspanningen om studenten zich “thuis” te laten voelen. Naast een breed aanbod van ondersteunende initiatieven vanuit de diensten studentenvoorziening, worden vanuit de verschillende opleidingen zelf, acties en initiatieven opgezet om hun studenten te verbinden met de opleiding die ze volgen. En waar mogelijk wordt er ook gekeken naar peer-to-peer-projecten in samenwerking met studenten(kringen) in functie van verbondenheid tussen studenten zoals het project Study Buddy bij PXL waar studenten bijles geven aan andere studenten of met het toewijzen van een meter/peter voor het onthaal, het wegwijs maken en de integratie van nieuwe studenten bij UHasselt.

Studenten zetten zelf soms ook initiatieven op, los van de onderwijsinstelling, en vooral gericht op vrije tijd. De onderwijsinstellingen kunnen hier omkadering of financiële steun voor voorzien binnen bepaalde voorwaarden (bv. toegankelijk zijn voor alle studenten van de instelling, niet alleen de eigen opleiding). Elke onderwijsinstelling hanteert hierbij zijn eigen richtlijnen en beleid.

Verder wordt er ook ingezet op infrastructurele ingrepen, waardoor studenten op een ontspannen manier samen tijd kunnen doorbrengen. Zo voorziet UC Limburg vanuit hun concept ‘living campus’, zetels, een kicker- en een pooltafel. Een voordeel van dergelijke ingrepen is dat ze elke taal overstijgen.

Psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops

Van zodra studenten ‘vastlopen’, is er meer nodig om hun veerkracht te herstellen. Een persoonlijk vangnet dat ondersteunend werkt, maar ook groepen of verenigingen die lotgenoten samenbrengen, kunnen hierbij een belangrijke rol hebben. De hogeronderwijsinstellingen hebben een ruim aanbod van psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops en leerateliers over gezondheidsvoorlichting en psychische gezondheid waarop elke student kan intekenen. Thema’s die in de verschillende hogeronderwijsinstellingen aan bod komen zijn weerbaarheid en veerkracht, assertiviteit, psychische gezondheid, faalangst, uitstelgedrag, slapen, verbindende communicatie, positieve psychologie, omgaan met stress, piekeren, relaxatie, mindfulness, blokken en plannen,...

Deze psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops, worden gegeven door medewerkers van de diensten studentenvoorziening zelf. Een aantal sessies wordt ook door externe organisaties verzorgd zoals, Arktos voor training sociale vaardigheden, ZorGGroep Zin voor info over verslaving.

Verder zetten onderwijsinstellingen in op e-health voor verschillende thema’s zoals faalangst, balans in het leven vinden, meer bewegen, denken voelen doen, eenzaamheid, emoties in kaart brengen, geluk, lekker slapen, mijn sociale omgeving, omgaan met emoties, paniek, piekeren, planning en structuur, sociale angst, veerkracht, stress, stress bij corona, te veel social media, ... Het is belangrijk voor studenten dat het ehealth-platform een centraal punt is waar ze zelf relevante informatie kunnen vinden en aan de slag kunnen gaan. Diensten studentenvoorziening bakenen intern de thema’s af die voor hun via e-health opgenomen kunnen worden. E-health als zelfstandig online hulpmiddel, kan ook aangereikt worden in een formule van blended care, waar er bijkomend ook persoonlijke begeleiding wordt voorzien vanuit de diensten studentenvoorziening. UCLL-studenten kunnen vanaf academiejaar 2021-2022 via het e-health programma MIRRO online-modules volgen rond uiteenlopende thema’s zoals sociale angst, conflicthantering, ..., en dit ook in beide talen. Naast het aanbieden van concrete tools worden studenten ook verwezen naar online zelfhulp-websites via de infokanalen.

Tijdens de periode van de corona-lockdown, waarbij alle (of het merendeel van de) lessen in het hoger onderwijs online werden gegeven, is een grotere instroom te zien van studenten in alle vormen van groepsessies (enkel online) in vergelijking met 2019 (enkel live) en dit zowel in 2020 als in 2021. Deelname aan het aanbod in Limburg blijft eerder beperkt voor internationale en anderstalige studenten.

Individuele psychosociale begeleiding en verwijzing

Studenten kunnen voor individuele psycho-sociale ondersteuning rekenen op individuele ondersteuning van studentenpsychologen, van externe eerstelijnspsychologen indien deze niet of onvoldoende aanwezig zijn in de onderwijsinstelling zelf, en van studenten- en studiebegeleiders. Individuele kortdurende ondersteuning binnen de instelling zelf, is gratis voor de student. Als er een beroep moet worden gedaan op externe individuele eerstelijnsbegeleiding, dan voorzien de studentenvoorzieningen, elk op hun eigen manier, een financiële tussenkomst voor de student. Elke instelling heeft een specifiek doorverwijsnetwerk van therapeuten of diensten. Voor internationale en anderstalige studenten is er een intern aanbod van individuele begeleiding in verschillende talen. Voor externe individuele begeleiding is het aanbod eerder beperkt omwille van taal.

Een aantal onderwijsinstellingen geven aan dat er tijdens de pandemie een grotere instroom was van studenten met eerder algemene klachten van zich onwel voelen met de hele situatie rond covid. Bij deze aanmelders zitten waarschijnlijk ook een aantal studenten die zowel voor als tijdens de corona-pandemie al problemen hadden. Een mogelijke verklaring hiervoor is het structureel wegvallen van fysieke sociale contacten en het constant thuis zitten (zeker voor studenten met een moeilijke thuissituatie). Dit vraagt wel een verhoogde inzet van de medewerkers van de diensten studentenvoorziening.

Tot voor corona, was face to face de meest gebruikte formule voor een gesprek tussen student en psycholoog / studentenbegeleider. Deze vorm van gesprek brengt verbale en non-verbale informatie volledig samen. Tijdens corona zijn er nog beperkt face tot face gesprekken op de campus mogelijk. De meeste live gesprekken werden echter vervangen door videobellen. Dit heeft uiteraard het voordeel dat niemand zich moet verplaatsen. Eerstelijns hulp, als in begeleiding, wordt momenteel quasi niet aangeboden via wederzijdse chat. Er zijn wel de speciale situaties waar het onthaal gebeurt via chat of als een student bv. thuis niet kan praten, dat hij chat en de hulpverlener beeldbelt. Daarnaast zijn er de chat-mogelijkheden bij organisaties en verenigingen op de Ode lijn, waar goed opgeleide vrijwilligers de chatfunctie bedienen. Deze contacten blijven echter relatief oppervlakkig waarbij de focus vooral ligt op het bieden van een luisterend oor. Voor de toekomst is het interessant om de pistes van face to face en van videobellen in een blended vorm te kunnen aanbieden.

Medische begeleiding wordt niet aangeboden op de campussen in Limburg. Er is voldoende aanbod in de regio van oorsprong van de student of in de regio van de hogeronderwijsinstellingen. De huisartsenkring Herkenrode bundelt alle huisartsen in de zone rond de hogeronderwijsinstellingen van Limburg (Hasselt, Zonhoven, Diepenbeek). Voor de internationale studenten is er geen specifiek aanbod gekend. Zij blijken evenwel voldoende aansluiting te vinden bij het reguliere aanbod.

Crisis - schokkende gebeurtenissen en vertrouwenspersoon

De diensten studentenvoorziening hebben een specifiek doorverwijsnetwerk voor crisissituaties en bieden handvatten aan studenten en professionals binnen de hogeronderwijsinstellingen over hoe om te gaan met enerzijds studenten in crisis en anderzijds een schokkende gebeurtenis. Instellingen hebben stappenplannen/flowcharts/leidraden ontwikkeld omtrent vroegdetectie van crisissituaties en schokkende gebeurtenissen, die beschikbaar zijn op het centrale intranet platform. Daarnaast worden vormingsinitiatieven naar de studentenbegeleiders en medewerkers van de onderwijsinstellingen uitgerold, zodat iedereen vanuit eenzelfde visie vorm zal geven aan de opvang van studenten.

Elke hogeronderwijsinstelling biedt de mogelijkheid om grensoverschrijdend gedrag (pesten, discriminatie, ongewenst seksueel gedrag, geweld, intimidatie,...) te melden. Het meldpunt heeft als doel vroegdetectie mogelijk maken, zorgen voor een eerste opvang en gericht door te verwijzen indien nodig. De meldpunten zijn zowel beschikbaar voor studenten als voor onderwijspersoneel en zijn via verschillende kanalen bereikbaar.

Professionalisering medewerkers en studenten (gatekeepers)

De hogeronderwijsinstellingen zetten ook in op het professionaliseren van alle betrokkenen (medewerkers en studenten) in het hoger onderwijs op vlak van mentaal welbevinden. Corona heeft de interne samenwerking binnen de hogescholen en universiteiten versterkt. Zo werd er intenser samengewerkt met facultaire medewerkers, docenten, onderzoekers, onderwijsdiensten en studenten. Men onderstreept hiermee het belang dat iedereen, zowel onderwijsmedewerkers, als medewerkers van de diensten studentenvoorziening, als studenten,... een rol kan spelen in het creëren van een positieve, ondersteunende leef-, werk- en leeromgeving.

Instellingen bieden trainingen en vormingen voor hun personeel aan, al dan niet gegeven door externen. Zo kan er bv. ingetekend worden op het open aanbod van de vorming van de Centra Geestelijke Gezondheidszorg (CGG/Kohesie, CGG/DAGG en CGG/ZorGGroep Zin) in verband met suïcidepreventie. Daarnaast stellen de instellingen ook handvatten, actieplannen en flowcharts ter beschikking, zodat personeelsleden op een adequate manier kunnen handelen als ze geconfronteerd worden met een bepaalde vraag/probleem.

3. Regionale aanbod - sociale kaart

Dit hoofdstuk rapporteert over de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in de provincie Limburg. Voor de onderwijsinstellingen werd een uitgebreide sociale kaart met fiches van diensten uit de diverse lijnen opgesteld. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese gemaakt van de toegankelijkheid van de zorg, de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten, de coördinatie van het systeem.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldelijn

De diensten en structuren die tot de nuldelijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

Er zijn heel wat wat **lotgenotenverenigingen en themagerichte werkingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Hun hoofddoel is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten zijn voor studenten een meerwaarde gezien ze ontmoetingskansen bieden met lotgenoten en laagdrempelig inzetten op ervaringsdeskundigheid en herstel.¹⁶

Zo is er Missing You dat zich richt naar rouwende jongeren, Inderdaad! dat zich inzet voor LGBTQI+-jongeren, Al-Anon voor jonge naasten van alcohol-verslaafden, ZoJong voor jonge mantelzorgers, Similes voor naasten van iemand met een psychische kwetsbaarheid,...

Regionaal is er ook een open aanbod voorzien door de **Herstelacademie**, met vorming in beperkte groep (maximaal 10 à 12 personen) om het herstelproces te bevorderen met modules zoals: "Jezelf in Herstel", "Groeien naar daginvulling", "Omgaan met Afhankelijkheid", "Met hoop naar de toekomst", "Omgaan met tegenslagen", "Familie in herstel", ... De Herstelacademie is gevestigd in het provinciehuis in Hasselt. De vormingen zelf worden op verschillende locaties in de provincie gegeven of online. Typisch voor de vormingen van de Herstelacademie, is dat ze gegeven worden in duo, namelijk een professional samen met een ervaringsdeskundige. Het aanbod wordt voorzien in het Nederlands of in het Engels.

Er zijn ook enkele **organisaties die zich situeren binnen de jeugdhulp**, zoals onder meer Eigen Kracht Conferentie en 1gezin-1plan-werkingen: Plan-Trekkers (ELZ Kemp & Duin, Maasland, zuid-oost Limburg), Gezin-Centraal: ELZ Noord-Limburg, west Limburg en midden-west Limburg), 1sgezind (ELZ haspengouw en Herckenrode).

Daarnaast zijn er ook **maatschappelijke diensten met een direct verband met GGZ**. Veel organisaties verlenen zorg die niet wordt omschreven als GGZ, maar die er wel mee samenhangt, zoals werkgelegenheidssteuningsdiensten, (zoeken naar) huisvesting, financieel advies, hulp bij sociale problemen, enz. Typische voorbeelden in de provincie Limburg zijn het OCMW, VDAB, RVA, sociale huisvestingsmaatschappijen, diensten voor maatschappelijk werk van de mutualiteiten, lokale overheden zoals gemeenten, enz. Deze diensten bieden informatie en hulpverlening omtrent de context waarin studenten zich in kunnen bevinden en situeren zich voornamelijk in steden.

¹⁶ Het SIHO maakte voor de regio een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

Verder zijn er ook een aantal diensten die de instellingen kunnen ondersteunen op vlak van preventieve activiteiten. De **Lokaal GezondheidsOverleggen (LOGO's)** geven als netwerkorganisatie een gezicht aan het preventiebeleid van De Vlaamse Overheid. Binnen de provincie Limburg is er slechts één LOGO actief, namelijk Logo Limburg vzw. De Logo's coördineren het regionaal gezondheidsnetwerk waarbij partners zoals lokale besturen, onderwijs, zorgorganisaties, terreinwerkers en gezondheidsprofessionals samen werken aan de uitvoering van het Vlaams preventieve gezondheidsbeleid en doelstellingen. Deze logo's hebben een verbindende functie, werken in op het aanzetten tot kwaliteitsvolle acties in preventie en ondersteunen deze door het bieden van coaching. Ook zetten deze Logo's in op het bieden van ondersteuning tot het ontwikkelen van warme steden en gemeenten.

De onderwijsinstellingen in Limburg zijn vragende partij voor een structureel aanbod over thema's rond mentaal welzijn, en dit eventueel over de Limburgse onderwijsinstellingen heen, zoals ook al wordt samengewerkt voor bepaalde acties op vlak van cultuur, sport, huisvesting en gezondheid.

Tot slot zijn er ook organisaties die in samenspraak met de diensten studentenvoorziening, bepaalde projecten of trajecten kunnen opzetten, wel tegen betaling, maar dan ook echt op maat van de onderwijsinstelling(en). In de regio Limburg hebben Arktos vzw en Groep Intro vzw reeds een ruime expertise in onderwijsgerelateerde trajecten, hoofdzakelijk met en voor lokale besturen, gericht naar het lager en het secundair onderwijs.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als 'poortwachters van de gezondheidszorg'. De eerstelijnszorg omvat diensten en personen waar studenten op een laagdrempelige manier ambulante bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende interventies aan. Cliënten kunnen zich melden zonder tussenkomst van een andere hulpverlener. De hulpverlening is kortdurend. Indien nodig brengen ze de student in contact met een meer gespecialiseerde hulpverlener of dienst.

Op de eerste lijn in Limburg is er naast het aanbod van de studentenvoorzieningen in de eerste lijn, in de provincie een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk. Door corona is deze toegankelijkheid wel tijdelijk hertekend door verplicht te werken op afspraak of door live ontmoeten te vervangen door videobellen.

Zo is er het **Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW)** dat verspreid zit over de provincie met een onthaalfunctie in Hasselt, Genk, Pelt, Sint-Truiden en Tongeren. Het CAW is eveneens de toegangspoort bij crisissituaties rond geestelijke gezondheid, via het gratis centrale nummer 0800 13 500.

In de schoot van het CAW, is er het **JAC** (Jongerenaanbod van het CAW), waar jongeren tussen 12 jaar en 25 jaar terecht kunnen met al hun vragen. Ze kunnen er informatie krijgen, advies, begeleiding, of gewoon een luisterend oor. Het JAC is eveneens breed aanwezig in de regio met onthaalpunten in Hasselt, Genk, Bree, Peer, Lommel, Maasmechelen, Tongeren, Sint-Truiden, en vanaf 2022 ook in Beringen.

TEJO is pas sinds begin mei 2021 actief in de regio Limburg met een eerste Tejo-huis in Hasselt. TEJO biedt laagdrempelige, therapeutische hulpverlening aan jongeren tussen 10 en ongeveer 20 jaar. De hulp- en dienstverlening gebeurt kortdurend (een 10-tal sessies) door professionele therapeuten op vrijwillige basis. Het is een plek waar er in alle rust naar jongeren wordt geluisterd, en waar ze anoniem (ook zonder medeweten van hun ouders) en gratis terecht kunnen.

Op dit moment is er slechts één **Overkop-huis** in de provincie, namelijk in Genk. In een OverKop-huis kunnen jongeren tot 25 jaar gewoon binnen en buiten lopen en allerlei leuke activiteiten doen. Het is een veilige plek waar ze een luisterend oor vinden en een beroep kunnen doen op gratis professionele therapeutische hulp. De overheid gaf in maart 2021 goedkeuring voor een uitbreiding in Limburg met zes Overkop-huizen (Hasselt, Sint-Truiden, Beringen, Peer, Lommel en Pelt), wat de capaciteit en de opportuniteiten aanzienlijk versterkt. Verder is er ook nog het Jefhuis in Heusden-Zolder, dat werkt volgens het concept van de Overkop-huizen maar onder het beheer werkt van Arktos vzw.

In elke gemeente is er een **Huis van het Kind**. Het is centrale plek waar jongeren met hun vragen over opvoeden terecht kunnen zoals bv. preventieve gezondheidszorg, opvoedingsondersteuning, taal- en talentontwikkeling, onderwijsondersteuning, Het Huis van het Kind richt zich naar (aanstaande) ouders met kinderen en jongeren tot 24 jaar of naar andere opvoedingsverantwoordelijken zoals bv. oudere broers/zussen die jong mantelzorger zijn binnen hun gezin. Vooral het Huis van het Kind in Genk is sterk uitgebouwd en kan, mits voorafgaande melding, ook in meerdere talen ondersteuning bieden.

Eerstelijns Psychologische Zorg (ELP) georganiseerd vanuit de Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg biedt psychologische hulp wanneer informele zorg niet meer volstaat. Doel is om enkelvoudige, licht tot matige problemen met betrekking tot geestelijke gezondheid (angst, depressie of alcoholgebruik) snel te behandelen zodat chroniciteit en complexere problemen niet zouden ontstaan. Met dit eerstelijnspsychologisch aanbod werd de drempel naar psychologische zorg aanzienlijk verlaagd en wordt ingezet op preventieve zorg. Vanaf 1 september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het netwerk “kinderen en adolescenten” (tot en met 23 jaar) en het netwerk “volwassenen” (vanaf 15 jaar). Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepsessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepsessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Deze sessies of behandelingen zullen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben. Verschillende psychologen geven dit aanbod reeds in West-Vlaanderen. Dit biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden. De analyse tot nu toe leert dat in Limburg voor het netwerk Reling, Noolim en Ligant, de eerstelijnspsychologen een beschikbaarheid hebben. Slechts enkelen hebben een opnamestop, vooral als ze zich richten naar specifieke doelgroepen zoals bv. cliënten met autisme.

Naast de gesubsidieerde zorg heeft de provincie Limburg een uitgebreid (en steeds groeiend) aantal **zelfstandige therapeuten en psychologen** (individuele - en groepspraktijken). Studentenvoorzieningen doen een beroep op zelfstandige praktijken in het kader van langdurende begeleiding, psychotherapie en diagnostiek. De studentenvoorzieningen hebben reeds regionaal een goede samenwerking opgebouwd met een aantal externe therapeuten. Het verder uitbreiden van dit aanbod, en het up to date te blijven rond het steeds groeiend ruime aanbod van deze externe partners (aanbod, specialisme, methodiek enz.) blijft een uitdaging.

Binnen het online aanbod, dat een groeispurt heeft gekend, zijn er momenteel ook partners op de private markt die een exclusief online aanbod bieden. Je kan vooraf zoeken naar een begeleider die de nodige expertise heeft in een bepaald thema of voor een match op vlak van persoonlijkheid en hobby's. Er is een gratis kennismakingsgesprek voorzien, op basis waarvan je al dan niet kan kiezen om in te stappen op een (betalend) begeleidingstraject. Er zijn ook quasi geen wachtlijsten, net omdat deze platformen samenwerken met een uitgebreid aanbod van zelfstandige experts, elk met hun eigen expertise. Omdat de begeleiding exclusief online gebeurt, is er ook geen fysieke verplaatsing nodig.

In de prive-sector zijn de bedragen voor een consult erg uiteenlopend en variëren gemiddeld tussen € 50,00 en € 100,00 per sessie. Voor aangesloten psychologen bij de mutualiteiten, is er in sommige gevallen een terugbetalingsregeling voorzien. De voorwaarden waaraan deze begeleidingen moeten voldoen om in aanmerking te komen voor een terugbetaling, schommelen al naargelang de mutualiteit. Jaarlijks voorziet OPGanG, een up to date brochure voor het lopende kalenderjaar, met daarin alle voorwaarden per afzonderlijke mutualiteit. Deze brochure is gratis en online beschikbaar.

De onderwijsinstellingen hebben elk ook hun eigen systeem van financiële tussenkomst voor de student als er een begeleiding nodig is bij externe partners/psychologen. Ondanks de tussenkomst door de onderwijsinstelling, betekent dit in veel gevallen dat de student wel nog een eigen aandeel zelf moet betalen.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweedelij

De tweede lijn betreft gespecialiseerde, ambulante, professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in een bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijnen vallen centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen, mobiele teams. Hulpverlening in de tweedelij is enkel toegankelijk via doorverwijzing.

Binnen Limburg zijn drie **Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)**, namelijk CGG KOHESI, CGG DAGG en CGG VGGZ. Het CGG VGGZ is enkel toegankelijk voor inwoners van een beperkt aantal gemeenten op de as Tongeren-Hasselt en is in 2019 gefusioneerd met CAD Limburg onder 'ZorGGroep Zin'. CGG KOHESI en CGG DAGG werken nog autonoom en zijn toegankelijk voor alle inwoners van Limburg. De CGG's zijn in principe verschoven van de eerste naar de tweede lijn, dus enkel toegankelijk na doorverwijzing door een arts. In de praktijk is dit echter een formaliteit, waardoor cliënten zich nog steeds rechtstreeks, dus in de eerste lijn en zonder doorverwijzing van een arts, kunnen aanmelden. Met een verwijsbrief is het eerste consult gratis, anders niet. De CGG's bestaan uit een multidisciplinair team (minimaal een psychiater, een psycholoog, een maatschappelijk werker en een onthaal) dat ambulante gespecialiseerde zorg verleent, zowel individueel als groepsbegeleiding. Deze zorg bestaat uit screening, vroege detectie en behandeling. De zorgnood neemt toe waardoor er lange wachtlijsten ontstaan, en verwijzing naar een CGG beperkt mogelijk is. Er zijn evenwel regionale verschillen.

Het eerste gesprek (intake) is in principe voorzien binnen de maand na aanmelding bij de CGG's. De effectieve begeleiding daarentegen kan gemiddeld 4 tot 6 maanden later pas starten. Sinds kort heeft CGG KOHESI een therapeutisch groepsaanbod om in te spelen op de structurele capaciteitsbeperking. De focus ligt op cognitieve training en gedragstherapie, momenteel via de toepassing van Acceptance and Commitment Therapy (ACT). De deelnemers aan deze groepsessies, krijgen allemaal eenzelfde therapeutisch kader aangereikt, waarmee ze op maat van hun eigen situatie aan de slag kunnen gaan. Bij de CGG's worden er speciale tarieven gehanteerd per consult: € 11,00 (zonder statuut van verhoogde tegemoetkoming bij de mutualiteit) of € 4,00 (met statuut van verhoogde tegemoetkoming bij de mutualiteit) al naargelang de sociale situatie van de student. In bepaalde gevallen, waar het financiële aspect echt problematisch is, kan het zelfs gratis.

In de provincie Limburg zijn er drie **Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg**, twee voor volwassenen (Reling voor west-Limburg en Noolim voor oost-Limburg) , en één provinciaal voor kinderen en jongvolwassenen (Ligant). Instellingen zoals de meldpunten GGZ hebben **mobiele herstelteams** opgestart, georganiseerd in samenwerking met een aantal psychiatrische ziekenhuizen, het CAW en eventuele derden zoals bv. Ligant Crisis. Zij voorzien in langlopende outreachende begeleiding in de thuiscontext, die meestal volgt op een intensieve kortdurende interventie door het mobiele crisisteam dat zich op de derde lijn situeert. Deze mobiele herstelteams zijn multidisciplinair en verlenen zorg in de thuiscontext van de cliënt bij een gebrekkig eigen netwerk van de cliënt zelf of als de reeds aanwezige ambulante zorg ontoereikend is. Ze streven naar het herstellen van het evenwicht in het leven van de cliënt en zijn omgeving. Tijdens de begeleiding gaan de verschillende medewerkers van het mobiele herstelteam aan huis (= shared caseload). Iedere professionele hulpverlener kan een cliënt aanmelden. Bij voorkeur gebeurt dit door of na overleg met een arts.

Verder zetten de **initiatieven voor Beschut wonen (IBW)** in op het begeleiden mensen met psychische problemen die geen nood hebben aan een permanent verblijf in een psychiatrisch ziekenhuis. Deze initiatieven bieden hen een woonvorm waar ze begeleiding krijgen., Deze initiatieven zijn verspreid over de gehele provincie zoals dat het geval is voor Basis vzw of Bewust vzw.

Naast deze initiatieven zijn er ook **psychosociale revalidatiecentra voor volwassen psychiatrische patiënten**. Voor Limburg is dat onder andere De Passer van Asster vzw in Sint-Truiden.

Ten slotte hebben vele **psychiaters, psychologen of psychotherapeuten een ambulante privé- of ziekenhuispraktijk**. Een aantal van deze zorgverleners werken samen in poliklinieken of particuliere multidisciplinaire centra.

Het aanbod aan organisaties dat op de tweede lijn een aanbod voorziet, is eerder beperkt omdat het gaat om gespecialiseerde dienst- en hulpverlening. Naast de CGG's en de psychiatrische afdelingen van de ziekenhuizen en de psychiatrische revalidatiecentra, zijn er ook wel organisaties zoals Familieplatform Geestelijke Gezondheid VZW (voormalige KOPP), Family Justice Center, Solentra, OBJ,...

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - derdelijn

De derde lijn betreft voornamelijk psychiatrische ziekenhuizen en gespecialiseerde voorzieningen waar men langdurig in behandeling is en residentieel verblijft. De ziekenhuizen zijn gespecialiseerd in bepaalde doelgroepen en problematieken.

In regio Limburg zijn drie **psychiatrische ziekenhuizen**: Sint-Truiden (Psychiatrisch Ziekenhuis Asster), Rekem-Lanaken (Openbaar Psychiatrisch Zorgcentrum Rekem) en Bilzen (Medisch Centrum Sint-Jozef). De hulpverlening kan in deze centra zowel ambulante als residentieel gebeuren.

Naast deze psychiatrische ziekenhuizen zijn er ook **speciale voorzieningen voor gedetineerden met geestelijke gezondheidsproblemen**, zoals psychiatrische afdelingen in gevangenissen en forensische psychiatrische centra.

De meldpunten GGZ, hebben naast mobiele herstelteams, ook **mobiele crisisteams** opgestart, opnieuw in samenwerking met een aantal psychiatrische ziekenhuizen, het CAW en een aantal derden al naargelang de situatie (bv. begeleid wonen) Zij voorzien in kortdurende (max. 4 weken) outreachende begeleiding in de thuiscontext, waarbij ze binnen de 24u na melding contact opnemen met de cliënt. Ook mobiele crisisteams zijn multidisciplinair. Een interventie door een mobiel crisisteam wordt, na de crisis, meestal gevolgd door een mobiel herstelteam. De werking hiervan werd besproken bij de tweedelijnszorg. Ook in deze situatie kan iedere professionele hulpverlener een cliënt aanmelden, opnieuw bij voorkeur door of na overleg met een arts.

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

In de provincie Limburg hebben de hogeronderwijsinstellingen reeds een rijk ondersteuningsaanbod uitgebouwd, zowel in eigen beheer als in samenwerking met externe partners. Ondanks het brede aanbod en de relatief snelle opstart van begeleidingstrajecten, blijven sommige studenten een gevoel zitten van een wachtperiode als ze bv. twee weken moeten wachten op een gesprek. Het is en blijft vooral belangrijk om de juiste communicatiekanalen in te zetten in functie van zichtbaarheid voor de studenten als potentiële gebruiker, of vanuit hun rol als gatekeeper. Ook gerichte interne communicatie voor medewerkers is belangrijk, zowel voor hun rol als gatekeeper als voor hun rol als doorverwijzer, maar zeker ook in het kader van verdere professionalisering. Instellingen zetten daarbij gerichte acties op, en wensen naast deze pijlers ook het preventieve- en ehealth-aanbod verder uit te bouwen, alsook de ondersteuningsinitiatieven ten aanzien van internationale studenten, zoals bv. het inzetten op Engelstalige communicatie.

In de provincie is er een brede waaier van ondersteunende organisaties en verenigingen actief in het kader van geestelijke gezondheid. Er is een uitgesproken open houding van organisaties zoals bv. Logo Limburg of ZorggroepZin, maar ook van (lotgenoten)verenigingen als bv. Zo Jong!, om een ondersteunende rol op te nemen bij het uitwerken van een thematisch (welzijns)beleid binnen de onderwijsinstellingen, voor zowel studenten als voor medewerkers.

De netwerken GGZ (Reling, Noolim, Ligant) zijn ook bereid, om samen met de organisaties die ze verenigen, samenwerkingsverbanden op te zetten met de hogeronderwijsinstellingen in functie van het ontwikkelen van een gericht aanbod voor studenten in de regio. Deze netwerken kunnen bovendien ook ingezet worden als consult- en advieslijnen voor de diensten studentenvoorzieningen en met uitbreiding als expert-partners in functie van verdere professionalisering van de medewerkers van de hogeronderwijsinstellingen. Zeker op vlak van verdere professionalisering van medewerkers en kringverantwoordelijken tot gatekeepers, zijn er nog heel wat mogelijkheden.

Er is ook een breed provinciaal aanbod in de nulde- en eerstelijnszorg waar zowel op professionelen als op lotgenoten/vrijwilligers kan worden gerekend. Uit de omgevingsanalyse blijkt dat er een uitgebreid netwerk is aan partners/diensten die preventief werken op de nulde lijn met als doel om veerkracht te vrijwaren. Zij hebben meestal geen specifiek aanbod voor studenten, maar studenten kunnen ook aansluiten bij een open (groeps)aanbod voor jongeren of voor volwassenen. De Limburgse hogeronderwijsinstellingen zijn geïnteresseerd in een uitgewerkt structureel (open) aanbod op vlak van (studenten)welzijn door externe partners, zowel in het preventieve luik met de nadruk op veerkracht, als op vlak van professionalisering van medewerkers, als op vlak van gatekeeping door zowel medewerkers als kringverantwoordelijken. Verder is er ook de mogelijkheid om nieuwe initiatieven op te zetten in samenwerking met partners uit het middenveld, specifiek voor studenten die op die transitieleeftijd vastzitten.

We kijken hierbij naar structurele thematische preventieve (gezondheids)initiatieven via een ruim aanbod aan workshops, interactieve groepsbegeleiding en peer-to-peer projecten. Dit kan mooi aansluiten bij de ervaringen van de diensten studentenvoorziening, namelijk dat er een toename is van studenten met algemene klachten tijdens de corona-periode.

Er kan in de periode 2021-2022 in elk geval ook worden gerekend op de uitbreiding van de Overkop-huizen (momenteel enkel in Genk) met zes nieuwe locaties, gespreid over de provincie Limburg (Hasselt, Sint-Truiden, Beringen, Peer, Lommel en Pelt), wat zeker ten goede zal komen van vroegdetectie. Daarnaast biedt ook het aanbod van het Jef-huis in Heusden-Zolder. samenwerkingsopportuniteiten.

Het is eveneens van belang om een goede samenwerking op te zetten met externe eerstelijnspsychologen, vooral als doorverwijsnetwerk, zodat de eigen werking van de diensten studentenvoorziening, gevrijwaard worden van langdurige begeleidingstrajecten. Intern komt er daardoor meer ruimte, waardoor op andere initiatieven kan worden ingezet zoals bv. op preventieve acties die zich richten naar het vrijwaren van veerkracht, ook in corona-vrije periodes. De toegang tot up to date informatie over private erkende psychologen over de hele regio Limburg (gericht naar kotstudenten én naar pendelstudenten) is dus opportuun.

Het provinciale welzijnsaanbod voor internationale studenten is beperkt, vaak omwille van taal. Online zijn er wel mogelijkheden om aan te sluiten bij anderstalige initiatieven uit andere regio's (bv. Brussel, Vlaams Brabant of Antwerpen). Voor individuele gesprekken, kan er een beroep worden gedaan op tolken of cultureel bemiddelaars. Het blijft een aandachtspunt om voldoende Engelstalige initiatieven te voorzien in de regio Limburg. Naast taal, zijn er ook andere barrières tot mentaal welzijn zoals bv. etniciteit, gender, socio-economische status, Zowel de onderwijsinstellingen als externe regionale partners zoals OBJ, het Huis van het Kind in Genk, Het Regenbooghuis, Inderdaad!,... kunnen hier een bijdrage aan leveren. Werkingen met lotgenoten vinden in Limburg overwegend plaats in het Nederlands, soms in het Engels. Voor internationale studenten kan ook aansluiting worden gezocht bij het aanbod van Avansa (voorheen Vormingplus), dat zich richt op integratie en verbinding op het lokale niveau.

De beperkende maatregelen op vlak van fysieke contacten tijdens de corona-pandemie, hebben ook een sterke groei veroorzaakt op vlak van online informeren en leren. Hetzelfde geldt voor het opzetten van acties en initiatieven voor studenten. In de toekomst wensen instellingen meer in te zetten op blended care, een combinatie van een online aanbod en een aanbod on campus. Hierdoor kunnen bovendien meer studenten worden bereikt zoals bv. pendelstudenten of studenten met een beperkte mobiliteit.

Er is al veel samenwerking tussen de hogeronderwijsinstellingen in Limburg op vlak van huisvesting, cultuur, sport en gezondheid. Daarnaast stemmen de onderwijsinstellingen ook ad hoc met elkaar af in functie van bepaalde initiatieven. Rond studentenwelzijn werd het engagement genomen om informatie over een open aanbod van derden-externen, systematisch met elkaar uit te wisselen.

Voor sport leeft er in bepaalde instellingen ook de vraag naar een grotere toegankelijkheid, naar een verhoogde inclusiviteit. Het gaat over een beperking op vlak van mentaal welzijn waardoor studenten de weg niet vinden naar het aanbod bv. studenten met sociale angst of een angststoornis, internationale studenten, studenten met een migratie-achtergrond,...

Een mogelijk bijkomend voordeel zou bovendien kunnen liggen in een gemeenschappelijk aanbod van thema's rond mentaal welzijn, die door diverse derde partners worden aangereikt. Elke onderwijsinstelling bepaalt autonoom of en op welke manier zij dit willen integreren in hun beleid (collectief of in kleinere groepen, theoretisch of creatief (bv. via podcasts, getuigenissen,...), fysiek of online of beide,...)

Daarnaast is er het Vlaams Lerend Netwerk dat sinds mei 2021 operationeel is in het kader van dit project. In dit netwerk wordt thematische expertise gedeeld tussen onderzoekers, experts en medewerkers van onderwijsinstellingen zelf. Dit blijkt voor de medewerkers van diverse instellingen uit de regio's verrijkend en een meerwaarde om regionaal mogelijke 'vertalingen' te overwegen en te installeren.

Tot slot en los van het voorgaande, liggen er ook mogelijkheden om in samenspraak met de omliggende gemeenten, vorm te geven aan een lokaal studentenbeleid waarbij verdere acties of initiatieven kunnen worden opgezet in het kader van studentenwelzijn.

Uiteraard zijn de regionale noden en mogelijkheden een dynamisch gegeven. In functie van een bepaalde focus of van maatschappelijke tendensen, kunnen deze verder worden genuanceerd of worden uitgebreid. De hogeronderwijsinstellingen bekijken elk in functie van hun eigen werking, welke noden of mogelijkheden prioritair zijn en of er eventueel iets gezamenlijk met de andere onderwijsinstellingen kan worden opgezet.

Volgende acties lopen momenteel in samenwerking met SIHO:

- opmaak van sociale kaart (centraal platform)
- uitstippelen van een gezondheidstraject op vlak van mentaal welbevinden met maandelijks wisselende thema's
- beleidslijnen uitzetten rond studentenwelzijn voor het volgende academiejaar
- bekijken hoe de beleidsdoelstelling over inclusief sporten, vanuit mentaal welbevinden kan worden verbeterd bv. studenten met sociale angst of een angststoornis, internationale studenten, studenten met een migratie-achtergrond,..
- ondersteuning bij de evaluatie van interne procedures

Omgevingsanalyse Oost-Vlaanderen

1. Context Oost-Vlaanderen

In Oost-Vlaanderen zijn er zeven hogeronderwijsinstellingen: Universiteit Gent, Hogeschool Gent, Arteveldehogeschool, Odisee, LUCA school of Arts, KU Leuven, en Hogeschool West-Vlaanderen. De zeven instellingen zijn zeer verschillend, zowel op het vlak van interne organisatie alsook in grootte, capaciteit en locatie binnen Oost-Vlaanderen. In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 90.931 inschrijvingen (Tabel 1).

Academiejaar 2019-2020 Oost-Vlaanderen	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
Universiteit Gent	28.760	22.981	44.669	7.072	51.741
KU Leuven	1.176	1.822	2.738	260	2.998
HOGENT	8.017	7.734	14.996	755	15.751
Arteveldehogeschool	9.029	4.684	13.219	494	13.713
Odisee	2.804	2.693	5.363	134	5.497
LUCA School of Arts	689	368	78	979	1.057
Hogeschool West-Vlaanderen	109	51	160	0	160
Totaal	50.593	40.338	82.137	8.794	90.931

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

Oost-Vlaanderen kenmerkt zich door Gent als grootste studentenstad (86.773 inschrijvingen), maar centraliseert ook studenten in Aalst (2.573 inschrijvingen), Dendermonde (53 inschrijvingen), Lokeren (97 inschrijvingen), Oudenaarde (156 inschrijvingen) en Sint-Niklaas (1.270 inschrijvingen).

De stuvo's/studentenpsychologen die gelijkwaardige toegang tot, en de deelname van alle studenten aan het hoger onderwijs bevorderen, zetten in op zes werkvelden. Werkveld drie focust op sociale dienstverlening. Daar vallen trainingen onder, nl. sociale vaardigheden bijbrengen. Werkveld vier focust op de medisch en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de stuvo's/studentenpsychologen professionele ondersteuning en dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. De opvolging van studentenwelzijn is niet enkel werkveld overschrijdend, maar betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen. Tijdens Corona zijn in verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

Universiteit Gent, Arteveldehogeschool, Hogeschool Gent en Hogeschool West-Vlaanderen vormen samen de Associatie Universiteit Gent (AUGent). Odisee hogeschool, LUCA School of Arts Campus Gent en KU Leuven Campus Gent maken deel uit van de Associatie KU Leuven. Alle instellingen participeren in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Alle instellingen participeren in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

Binnen de regio Oost-Vlaanderen werd in 2018 naar aanleiding van de opstart warme stad Gent in 2016, een structurele, overkoepelende samenwerking gestart. Student in Warme Stad Gent is een samenwerking tussen Stad Gent, Universiteit Gent, Arteveldehogeschool, Hogeschool Gent, Odisee hogeschool, LUCA School of Arts campus Gent, Katholieke Universiteit Leuven, Fonds GaVoorGeluk en Logo Gezond+. Warme stad Gent focust op het uitbouwen van een beleid en initiatieven omtrent veerkracht bevordering bij kinderen en jongeren tot 24 jaar waarbij universele preventie centraal staat. Logo Gezond + coördineert de werkgroep Student in Warme Stad Gent. Het consortium onder impuls van Fonds gavoorgeluk betreft een samenwerking tussen Fonds gavoorgeluk, Logo Gezond +, stad Gent en alle hogeronderwijsinstellingen in Gent. De partners van dit consortium bundelen krachten, expertise en competenties om op een positieve, niet-stigmatiserende manier studenten te verbinden, te informeren en te adviseren. Er werd zowel een stuurgroep als een werkgroep opgericht. De werkgroep focust op een integraal beleid rond veerkracht bevordering, uitwisseling tussen de hogeronderwijsinstellingen en uitwisseling betreffende projecten & acties t.a.v. studentenwelzijn. Gezien eenzaamheid één van de grote problemen bij studenten vormt, is verbondenheid en ontmoeting een belangrijke doelstelling van de werkgroep Student in Warme Stad Gent. Samenwerking ten aanzien van betere preventie en toeleiding naar hulp betreffen de andere twee doelstellingen van dit consortium.

Naast de ontwikkelingen van de gezamenlijke website 'Content in Gent' waarop informatie over studentenwelzijn in Gent wordt gebundeld, en de ontwikkeling van de KLIK app die studenten met elkaar wil connecteren, focust de werkgroep op de gezamenlijke uitwerking van een peer support training. Ook ten aanzien van mantelzorg wordt een workshop ontworpen en opengesteld voor alle studenten over de onderwijsinstellingen heen. Tijdens de coronapandemie werden ook initiatieven als small walks en stoepbabbels ontwikkeld (zie verder). De werkgroep volgt ook structurele samenwerkingen op met het OverKophuis, Stad Gent (warme stad welzijn-dienst preventie: Kernteam studenten-dienst jeugd: team Student in Gent) en Start to talk (een praatgroep van en door studenten).

Deze beweging naar synergie tussen de hogeronderwijsinstellingen, Logo Gezond+, Fonds Ga voor Geluk, stad Gent en Student in Gent, zorgt ervoor dat er binnen stad Gent betreffende mentaal welbevinden reeds een uitwisseling bestond van good practices en nieuwe initiatieven. De frequentie van overleg was oorspronkelijk om de twee tot drie maand. Afhankelijk van projecten en noden, was dit frequenter. Bij de opstart van het SIHO project werd deze frequentie opgetrokken naar maandelijkse bijeenkomsten.

Bovendien staat ook het team Student in Gent van stad Gent rond de student en diens welzijn. Dit team stelt zelf verbindende activiteiten en kleine acties op t.a.v. studenten (bv. paaseierenraap) en internationale studenten (bv. International Student Challenges 14 mei via app Adventure) om een hart onder de riem te steken. Bijkomend werken ze samen met studenten verbindende activiteiten uit en/of ondersteunen studenten met een goed initiatief (bv. Gent gaat online daten). Jaarlijks wordt een 'student van het jaar' verkozen.

Binnen team student in Gent zetelt ook een preventieadviseur die het opvolgen van probleemsituaties (studentenoverlast) op zich neemt en met studenten in communicatie treedt. Vanwege deze werkmethode voelen veel studenten zich ondersteund en gehoord. Bovendien wordt ingezet op professionalisering, o.a. het voorzien van peer support workshops aan studentenconventen.

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de hogeronderwijsinstellingen uit de provincie Oost-Vlaanderen op vlak van studentenwelzijn, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid studentenwelzijn.

Informatie, vroegsignalering en awareness

Via diverse communicatiekanalen - zoals de website, Facebook, Instagram, website, intranet, pop-ups, nieuwsbrief, flyers en informatieschermen - bieden de verschillende instellingen informatie over psychische gezondheid en het aanbod aan psychosociale ondersteuning aan. Daarbij wordt niet alleen informatie over het eigen ondersteuningsaanbod aangeboden. Instellingen rapporteren ook informatie en tutorials over psychische gezondheid, alsook linken ze door naar activiteiten en tools van externe organisaties (bv. activiteiten van partners, ehealth aanbod). De informatie is vooral preventief om studenten te informeren en te sensibiliseren, maar wil ook de weg naar het instellingsaanbod, het welzijns- en curatieve hulpaanbod faciliteren. De informatie is niet steeds zowel in het Nederlands als het Engels beschikbaar, waarbij de informatie voor internationale studenten beperkter is. Ook overkoepelend binnen het consortium Student in warme stad Gent wordt hierop ingezet.

Content in Gent - De website biedt informatie aan betreffende mentaal welbevinden. Zowel tools/zaken die je kan doen om jezelf of een ander vooruit te helpen zijn te vinden, als gerichte doorverwijzing naar de stuvo's/studentenpsychologen van je onderwijsinstelling als goede organisaties waar studenten terecht kunnen. Content in Gent is opgericht met als doelstellingen het aanbod rond begeleiding voor studenten in kaart te brengen en de drempel hiertoe voor elke student te verlagen. De tips zijn opgesteld aan de hand van de geluksdriehoek (Vlaams instituut Gezond Leven). Daarbij maakte Content in Gent op zijn webpagina ook een verwijzing naar het aanbod van de Gentse hogeronderwijsinstellingen. Deze webpagina is zowel in het Nederlands als in het Engels raadpleegbaar.

Student@warmUGent - Wel in je vel - Tijdens de eerste coronagolf (eerste lockdown) werd binnen het online leerplatform van de UGent een specifieke omgeving rond welzijn bij studenten uitgebouwd. Het online leerplatform 'Wel in je vel', werd binnen UGent opgestart in de eerste golf. Het leerplatform vertrekt vraaggestuurd en per thema wordt een pagina Er werden thematische rubrieken gemaakt met verschillende tools/zaken die je kan doen om jezelf of een ander vooruit te helpen. Content: flyers, infosheets, linken naar info, webinars, organisaties alsook filmpjes die aangemaakt werden door docenten en studentenpsychologenstuvo medewerkers met als doel normaliserend te werken en studenten op hun gemak te stellen. Op de UGent-webpagina werd het hulpaanbod rond welzijn binnen en buiten de UGent gebundeld op www.ugent.be/welinjevel. Op aangeven van de studenten wordt de naam van de omgeving op het leerplatform in academiejaar 2021-2022 aangepast van student@warmUGent naar 'wel in je vel' zodat het concept zowel op de webpagina als op de elektronische leeromgeving doorgetrokken wordt.

De hogeronderwijsinstellingen zetten in op signalering en vroegdetectie, onder meer via welzijnsbevragingen. In het kader van preventie, participeren de hogeronderwijsinstellingen ook aan de vierjaarlijkse bevraging onder studenten naar druggebruik in samenwerking met VAD, het Vlaams Expertisecentrum voor alcohol en andere drugs.

Het spreken over mentaal welbevinden en problemen is voor heel wat studenten niet altijd even makkelijk. Via sensibiliserende acties zetten hogeronderwijsinstellingen in op het doorbreken van taboes. Vaak houdt dit in dat thema's laagdrempelig op een ludieke manier bespreekbaar worden gemaakt. Mede door COVID-19 ontstonden in de schoot van interne werkgroepen preventie nieuwe awareness initiatieven die campusoverkoepelend werden uitgerold.

#KiesJeKraam-actie - Met de #KiesJeKraam-actie beoogt Stuvo LUCA te sensibiliseren rond drugs zonder te moraliseren. De actie omvatte 4 kramen (kraam met gezonde alternatieven, kraam met enquête van de druglijn, waarzegster...). Evenals hun #NoLabel-actie (over gender, stereotypering, hokjesdenken...), had deze actie als doel het bespreekbaar maken van moeilijke, eerder verdoken onderwerpen en zichtbaar maken dat hierover met STUVO in gesprek kan gegaan worden.

Festival Te gek? - Elk jaar wordt op de campus Sociaal Werk te Arteveldehogeschool een Te gek? Festival georganiseerd met als doelstelling: bespreekbaar maken van thema's. Deze actie is tot nu campus gebonden. Stuvo Arteveldehogeschool wil dit graag uitbreiden.

Random rond podcasts - De studentenraad Revolte van Hogeschool Gent, lanceerde recent het podcastproject 'Random rond'. Random rond is een in-house podcastproject waarmee de studentenraad studenten een hart onder de riem wil steken en taboes wil doorbreken. Via deze podcast willen Revolte studenten op een leuke manier laten connecteren met andere studenten. Want dat is de kern van Random rond: studenten brengen verhalen voor studenten door studenten, vanuit hun eigen beleving van de coronaperiode. De thema's in de podcast zijn dan ook onlosmakelijk verbonden met studentenwelzijn.

Livestreams - Odisee organiseerde diverse lezingen en livestreams met experts, bekende personen en studentenbegeleiders rond het thema mentaal welzijn. De livestream en Q&A met Jef Willem en Mahad Abdi, over het bespreekbaar maken van mentale gezondheid bij studenten, was een groot succes. Ook de online meditatie sessie met mindfulness expert David Dewulf was succesvol. Daarnaast werden ook extra motivatieposts verspreid met betrekking tot COVID-19 over mentaal welzijn en zelfzorg.

Binding en verbinding

De hogeronderwijsinstellingen voorzien in initiatieven die bijdragen tot de binding aan de onderwijsinstelling enerzijds, en verbindingen tussen studenten onderling anderzijds. Hierbij willen ze een warme campus aanbieden, ontmoetingen tussen studenten onderling en ook met personeel stimuleren, en de sociale weefsels en vangnetten tussen studenten onderling versterken. Elke instelling zet in op het creëren van een warme en stimulerende omgeving op campus. Dit wordt gecreëerd door wervende, zeer diverse activiteiten waarbij ontmoeting en verbinding centraal staan. Elke instelling legt hierbij verschillende accenten.

Corona connections - Om studenten een hart onder de riem te steken, introduceerde LUCA School of Arts 'Corona Connections'. Studenten die in deze coronaperiode locaties of activiteiten (her)ontdekt hebben die hen de nodige ontspanning bezorgen, kunnen deze aanduiden op een digitale kaart. De kaart werd geïntegreerd in Google maps en studenten kunnen deze onder andere raadplegen en aanpassen via de LUCA website.

Pswelofyou - stuvomedewerkers van de LUCA School of Arts schreven in samenwerking met personeelsleden persoonlijke briefjes vol moed aan de studenten. Deze envelopjes werden her en der op de camussen verspreid.

Warme babbelbox - Docenten van de Arteveldehogeschool kunnen bij stuvo Arteveldehogeschool een warme babbelbox lenen. De inhoud van deze box (thee en ondersteunende kaarten) dienen om met een groepje studenten op een laagdrempelige manier in gesprek te gaan rond lichte en serieuzere onderwerpen.

Revolte café - Als samenwerking tussen participatiecoaches van HOGENT en de studentenraad Revolte werd het Revolte café geïntroduceerd. Een online café waar klasgroepen wekelijks samen rond de digitale toog kunnen hangen.

UGent forum - Binnen UGent is er een online discussieforum waar studenten onderling en met de studentenpsychologen kunnen chatten in functie van mentaal welbevinden.

Niet alleen op instellingsniveau, maar ook overkoepelend bundelen de Gentse instellingen in het kader van 'Student in Warme Stad Gent' de krachten om duurzame verbindende activiteiten op regionaal niveau uit te werken.

KLIK app - Om tegemoet te komen aan het vergroten van sociale cohesie en verminderen van eenzaamheid als preventieve factor t.a.v. psychische problemen werd de KLIK app ontwikkeld. De app is een zeer laagdrempelig systeem waar studenten zoekertjes kunnen plaatsen en kunnen reageren op zoekertjes om elkaar zo (online en offline) te ontmoeten en met medestudenten te verbinden. Zowel gericht op kotstudenten, pendelstudenten als internationale studenten.

Small walks - Naar aanleiding van het initiatief 'Walk in the park' van de stuvomedewerkers van HOGENT, lanceerde Student in Warme Stad Gent het project Small walks. De Stuvomedewerkers van de verschillende instellingen boden een wandeling aan drie studenten die interesse hadden in een live ontmoeting. Bijkomend gaf dit initiatief de warme oproep aan studenten om met medestudenten te gaan wandelen.

Stoepbabbels (Small talks) - Naar analogie van de Small walks ontstond ter continuering het project de Stoepbabbels. Stoepbabbels is een initiatief vanuit het SIHO en het consortium Student in Warme Stad Gent in samenwerking met de Gentse studentenraden. Het is een duurzaam peer to peer project met als doelstellingen sociale cohesie, verbinding en veerkracht tussen studenten te bevorderen. Studenten kunnen via een poster aan hun raam aantonen dat ze graag een stoepbabbel willen aan hun voordeur. Het geeft de kans en de verantwoordelijkheid aan studenten die een spontane ontmoeting missen, om er voor elkaar te zijn. Het project staat in teken van het reduceren van de eenzaamheid bij zowel kotstudenten als pendelstudenten.

Veel studenten ondervinden emotionele problemen maar niet elk probleem vraagt om professionele hulpverlening. Studenten doen vaak in eerste instantie beroep op hun vrienden. De hogeronderwijsinstellingen zetten daarom ook in op initiatieven via peer-to-peer en buddyprojecten, waarbij studenten (buddies) andere studenten in hun studieloopbaan en sociale en academische integratie ondersteunen. Deze werkingen dragen bij tot meer sociale cohesie en verbondenheid onder studenten, wat een belangrijke impact heeft op psychische gezondheid, de sociale en academische integratie en het studiesucces.

Studiebubbels - De studentenraad Revolte introduceerde Studiebubbels. Studenten die moeilijkheden ondervinden met een bepaalde inhoud, kunnen zich connecteren met een 3 tot 4 studenten. Momenteel zijn er reeds 13 studiebubbels.

StudyCoach - Eerstjaarsstudenten aan de UGent kregen in aj 2020-2021 extra aandacht en zorg. Studenten in het eerste bachelorjaar werden ingedeeld in kleinere studiegroepen. Elke studiegroep kreeg een eigen StudyCoach: een persoonlijke begeleider en mentor die studenten op weg helpt met al hun vragen. De StudyCoaches waren o.a. masterstudenten die eerstejaarsstudenten wegwijzen en vertrouwd maken met de UGentomgeving, hen de opleiding leren kennen, studeren faciliteren en in teken van connectiviteit, eenzaamheid bij eerstejaars in coronatijden tegengaan. Masterstudenten engageren zich op vrijwillige basis en zijn een laagdrempelig aanspreekpunt.

Peer support - Binnen de trainingen van Arteveldehogeschool kreeg peer support een volwaardige uitwerking. Twee stuvo medewerkers volgden begin 2020 de training 'Connect peer support' van Ann Ford. Met behulp van deze kennis werd zowel een inspiratiesessie aangemaakt t.a.v. studenten als een training van 15u (verspreid over 5 dagen). De getrainde peer supporters gaan volgend academiejaar aan de slag om verbondenheid tussen studenten te bevorderen, een luisterend oor te bieden aan medestudenten en gericht door te verwijzen naar het begeleidingsaanbod binnen de HOI.

Odibuddy - De studentenraad van Odisee lanceerde in november 2020, in cocreatie met Stuvoplus, het project Odibuddy. Odibuddy's zijn studenten die (nieuwe) studenten zo goed mogelijk proberen te begeleiden en ondersteunen tijdens hun hogeschoolcarrière, dit zowel voor opleidingsgebonden vragen, het plannen van sociale activiteiten als het bieden van een luisterend oor. Ondertussen zijn er 95 buddy's actief, en dit over de 6 verschillende campussen van Odisee.

Een pijler waar de werkgroep Student in warme stad Gent gezamenlijk op inzet is een grondige uitwisseling betreffende het thema peer support. Alle instellingen erkennen deze meerwaarde. Het gezamenlijk uitwerken van een trainingsmodule peer support ter signaaldetectie en in staat zijn correct te reageren, is van start gegaan via een subwerkgroep. Een eerste gezamenlijke workshop betreffende dit thema met als titel **Zeg ne keer, hoe ondersteun ik mijn medestudenten**, opengesteld t.a.v. elke student, wordt uitgewerkt t.a.v. de 10(0) daagse van de veerkracht. Deze workshop zal plaatsvinden op 26 oktober 2021. De workshop focust op signaaldetectie en op hoe een gesprek te openen als signalen gedetecteerd worden: 'Zeg ne keer'. Tijdens het onderdeel 'Zeg ne keer' leren studenten dergelijke gesprekken te initiëren. Ook gespreksvaardigheden (wat doe ik als iemand hard begint te wenen) komen aan bod als doorverwijzing (wat nu). In het 2e deel van de workshop komt een koppeling aan casussen aan bod ingedeeld via thema's waar studenten aangeven nood aan te hebben (alcohol druggebruik - eetstoornissen - suïcide - psychose - liefdesverdriet - slaap).

Opnieuw rezen ook overkoepelende initiatieven aansluitend op dit thema. Zo ontstonden in heel wat gemeenten binnen Oost-Vlaanderen bloklocaties, specifiek om studenten tijdens corona een hart onder de riem te steken. Elke onderwijsinstelling, maar ook studentenraden, zetten hierop in, alsook steden en gemeenten.

Blokmap.be - De Gentse studentenraad ontwikkelde Blokmap.be, een collectie bloklocaties die studenten helpt een plaats te vinden om te blokken tijdens de examens over geheel Vlaanderen, zo ook voor pendelstudenten.

Psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops

Alle hogeronderwijsinstellingen organiseren een ruim aanbod aan psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops rond studie- en studentgerelateerde thema's en gezondheidsvoorlichting. De sessies en trainingen worden afgestemd op de behoeften en de vraag van studenten. De sessies zijn éénmalige workshops, de trainingen bestaan uit een verdiepend traject van meerdere sessies betreffende eenzelfde welzijnsthema.

De sessies en trainingen worden gegeven door interne studentenbegeleiders en studentenpsychologen. Sporadisch ook door externen. Thema's die binnen de sessies aan bod komen zijn faalangst, piekeren, stress, veerkracht, zelfvertrouwen, uitstelgedrag, perfectionisme, relaxatie, mindfulness, studerende mantelzorg, studieaanpak, leren noteren, examenplanning, mondeling en schriftelijk examen, paper topic kiezen, bachelor- en masterproef, leren presenteren, lockdown ondersteuning, jobs en carrière. Voor gespecialiseerde thema's zoals slaap of middelengebruik wordt er naargelang de noden ook samengewerkt met externe partners. Slechts een beperkt aantal sessies wordt in het Engels aangeboden. Nadien is er steeds een vlotte doorstroom naar het intern of extern aanbod.

Onderwijsinstellingen zetten ook in op de uitbouw van een eHealth aanbod waarbij studenten via digitale trajectbegeleiding aan studiegerelateerde psychologische problemen zoals faalangst, onzekerheid, uitstelgedrag kunnen werken.

Daarnaast nemen hogeronderwijsinstellingen ook initiatieven om een laagdrempelig groepsaanbod uit te werken.

Tutorials - Ter samenwerking tussen stuvo LUCA School of Arts en Odisee stuvoplus werden tutorials aangemaakt omtrent studiemethode- en planning, angst en paniek, uitstelgedrag, faalangst. Naast deze basisthema's die aangeboden worden, werden een aantal extra thema's uitgewerkt betreffende connectiviteit, veerkracht, slaap. Met deze filmpjes bieden beide instellingen studenten concrete tips. Odisee stuvoplus biedt deze e-modules aan op de website mindlab.

Studeren zonder Blokkeren - Het team therapeuten van de studentenvoorzieningen van Arteveldehogeschool ontwikkelden 'Studeren zonder Blokkeren'. Dit e-health pakket biedt studenten met studiegerelateerde psychologische problemen (zoals faalangst, onzekerheid, uitstelgedrag,...) de mogelijkheid om via digitale trajectbegeleiding zichzelf te helpen en gemakkelijker de weg te vinden om persoonlijk hulp te zoeken wanneer dit nodig lijkt. Deze tool is zowel beschikbaar in het Nederlands als Engels. Deze tool wordt door diverse hogeronderwijsinstellingen in Vlaanderen gebruikt.

Praatsessies - Afgelopen academiejaar startten de studentenpsychologen van de Afdelings Studieadvies UGent een samenwerking met de faculteit psychologie en pedagogische wetenschappen. Studenten psychologie organiseren laagdrempelige praatsessies. Deze praatgroepen focussen op specifieke thema's, zoals eenzaamheid, en sociaal leven in corona.

De coronapandemie had een grote invloed op de organisatie van de sessies. De on-campus sessies werden sterk gelimiteerd en vervangen door een online aanbod, waarbij bepaalde sessies een groter publiek bereikten. Stuvo's/studentenpsychologen melden de praktische haalbaarheid t.a.v. een student (bv. t.a.v. pendelstudenten), de lagere graad van absentisme en het grotere bereik in aantal studenten betreffende de online sessies. Hogeronderwijsinstellingen verkennen de balans van zowel fysiek als online trainingen aanbieden voor de toekomst

De hogeronderwijsinstellingen verkennen pistes om een beperkt psycho-educatief aanbod toegankelijk te maken voor alle studenten, ongeacht de hogeronderwijsinstelling waaraan ze studeren. Dit aanbod zou aanvullend werken op het eigen interne aanbod van elke hogeronderwijsinstelling. Een gezamenlijke workshop mantelzorg over de grenzen van alle instellingen heen, opengesteld voor elke student vond reeds plaats in maart 2021. Ook een gezamenlijke workshop omtrent suïcide wordt via een samenwerking met het PAKT & VLESP onder de loep genomen. De hogeronderwijsinstellingen hebben bovendien de ambitie om ook t.a.v. internationale studenten gezamenlijke workshops uit te werken.

Individuele psychosociale en medische begeleiding en verwijzing

Studenten kunnen binnen elke onderwijsinstelling terecht voor een luisterend oor en vraagverheldering terecht bij een studentenpsycholoog of stuvomedewerker. Dit aanbod wordt zo laagdrempelig georganiseerd (bv. via campusmedewerkers Arteveldehogeschool, Luca inloopmomenten, individuele wandelingen HOGENT). Deze begeleiders fungeren als luisterend oor, filteren de hulpvraag en detecteren signalen. Daarna kan intern of extern worden verwezen naar 2e lijn, aldus naar interne psychotherapeuten binnen de eigen HOI of extern (niet elke instelling heeft studentenpsychologen of therapeuten). Bij het eerste onthaal- en intake-moment wordt dus ingezet op vraagverheldering en een inschatting gemaakt van de gepaste ondersteuningsaanpak: interne doorverwijzing naar het psycho-educatieve (groeps) aanbod, kortdurige interne individuele begeleiding of externe doorverwijzing voor kort- of langdurige individuele begeleiding. Problematieken die studiegerelateerd zijn, zoals faalangst of uitstelgedrag, zullen veelal intern opgevolgd worden in een viertal individuele sessies. Indien interne doorverwijzing, kan de student kan steeds op korte termijn terecht bij een studentenpsycholoog, -therapeut of -begeleider voor een intakegesprek. De hogeronderwijsinstellingen die geen interne psychologen hebben, werken voor kortdurige individuele begeleiding structureel samen met enkele groepspraktijken of zelfstandige therapeuten binnen de regio via hun specifiek dooverwijsnetwerk. Bij externe doorverwijzingen wordt indien van toepassing financiële ondersteuning aangeboden vanuit de hogeronderwijsinstelling. Hierbij wordt rekening gehouden met de vrije keuze van de student 'met of zonder medeweten van de ouders'. Ook hier gelden de afspraken dat de student steeds op korte termijn terecht kan bij de externe psycholoog/psychotherapeut.

Medische begeleiding op de campus wordt niet aangeboden. In de regio Oost-Vlaanderen kunnen studenten doorverwezen worden naar de studentenartsen van de UGent. De studentenartsen zijn een aantal zelfstandige artsen die in een gebouw van de universiteit huisartsgeneeskundige zorg aan studenten verlenen. Op werkdagen kunnen studenten van de universiteit of hogescholen online een afspraak maken. Hiertoe is geen wachtlijst, veelal vindt de consultatie de dag zelf of de dag erna plaats. Ook internationale studenten kunnen bij de studentenartsen terecht.

Crisis, schokkende gebeurtenissen meldpunt vertrouwenspersoon

Bij crisissen en schokkende gebeurtenissen werken de hogeronderwijsinstellingen samen met het mobiel crisisteam, spoeddiensten van ziekenhuizen en gespecialiseerde diensten. Alle hogeronderwijsinstellingen hebben een structurele samenwerking met het mobiel crisisteam MCT, zowel t.a.v. adviesverlening als t.a.v. inschakeling tijdens een acute crisis. Bij een aanmelding in een psychologische en/of psychiatrische crisis staat het MCT snel ter plaatse. Indien een student een schokkende of traumatische gebeurtenis meemaakt, verwijzen de stuvos/studentenpsychologen deze studenten door naar externe experts (bv. trauma psychologen EMDR).

UCare - Interne dienst UGent die eerste opvang en nazorg biedt aan groepen studenten (en medewerkers) na een schokkende gebeurtenis.

Alle hogeronderwijsinstellingen hebben ook interne onafhankelijke meldpunten voor studenten en personeel met betrekking tot voorvallen van geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en/of discriminatie.

Professionalisering van medewerkers en studenten als gatekeepers

De hogeronderwijsinstellingen organiseren interne sensibiliseringsacties en vormingen voor studenten en personeel. Thema's als middelengebruik, mentale gezondheid, warme doorverwijzing, in dialoog over faalangst, verbindende communicatie en duurzaamheid komen aan bod. Hiervoor wordt er nauw samengewerkt met organisaties als het VAD en het Rode kruis. Ook online onderwijstips voor docenten worden vanuit elke hogeronderwijsinstellingen aangeboden. Er zijn nog geen specifieke opleidingen tot gatekeepers.

UGent zet in op het professionaliseren van betrokkenen in de instelling op vlak van mentaal welbevinden. UGent biedt voor personeel (medewerkers, docenten, onderzoekers) handvatten, actieplannen aan via online kapstokken, zodat personeelsleden op een adequate manier kunnen handelen als ze geconfronteerd worden met een bepaalde vraag/problematiek. Arteveldehogeschool biedt binnen de hogeschoolbrede professionaliseringsweek een aantal sensibiliserende sessies aan medewerkers, docenten en onderzoekers aan.

Odisee ontwikkelde een draaiboek suïcidepreventie. Dit werd verspreid over alle opleidingen en faculteiten. In dit draaiboek worden concrete handvatten gegeven aan personeel over hoe ze gepast kunnen reageren indien ze signalen opvangen die erop wijzen dat er een mogelijk suïciderisico bij een student is.

Studentenperspectief

Binnen deze omgevingsanalyse werd ook het studentenparticipatie vooropgesteld. Volgende noden en opportuniteiten werden door studenten aangehaald.

Studenten vinden het geestelijke gezondheidslandschap complex. Naast een versnippering van het landschap, zien de studenten een probleem in het feit dat Geestelijke gezondheid niet wordt terugbetaald op hetzelfde niveau zoals gewone gezondheidszorg. Hierdoor wordt de kloof omtrent hoe naar geestelijke gezondheidszorg wordt gekeken groter i.p.v. kleiner. Bij studenten leeft bovendien voornamelijk het gedachtegoed: Waarom zou je zoveel betalen voor een coachingsessie / een psychosociale begeleiding? Initiatieven vanuit de Overheid om de zorg laagdrempeliger te maken, worden warm onthaald.

Het fenomeen eenzaamheid bij studenten is geen nieuw probleem. Mensen kunnen ontmoeten, nieuwe vrienden kunnen maken is tijdens corona niet evident en blijkt vooral voor eerstejaars een bijzonder moeilijk gegeven. Tijdens en post corona dient hier in het begin van een academiejaar ten volle op ingezet te worden. Studenten geven aan dat preventieve acties (zoals de Stoepbabbels) enorm steunende acties zijn. Ook geven de studentenraden aan vragende partij te zijn tot het bundelen van krachten bij het uitwerken van preventieve acties. Op die manier kunnen grotere, krachtigere acties ontstaan en hebben hier meer studenten baat bij.

Studenten halen ook MOOL aan (mix online en offline les en sessies), waarbij studenten pleiten voor lessen on campus. Studenten geven aan dat een contact met mensen online opnieuw meer last is op mentaal welzijn. Bij lessen online spreek je nadien niet af met iemand, terwijl lessen op campus een verplichting betekenen tot terug wat contact te zoeken; uit deze grot te komen. Ook omtrent workshop mentaal welzijn, wordt door studenten aangegeven dat er meer diepgang bereikt kan worden in een offline sessie. De voorkeur gaat ook hier uit naar dit laatste.

Studenten benadrukken ook de wens om voldoende beluisterd en betrokken te worden vanuit het beleid van instellingen en overheid. De focus en communicatie lag volgens studenten te veel op het secundair onderwijs in vergelijking met het hoger onderwijs. Studenten willen duidelijke en heldere communicatie vanuit de instellingen en de overheid, en willen meer bevraagd worden wat ze nodig hebben, waar ze het moeilijk mee hebben en wat kan helpen. Een student wil aldus participatief betrokken worden.

3. Regionale aanbod - sociale kaart

Deze paragraaf focust op de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in Oost-Vlaanderen betreffende jongvolwassenen. Voor de onderwijsinstellingen werd een uitgebreide sociale kaart opgesteld, met oog op expertisedeling, -opbouw en gerichte doorverwijzing. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese van toegankelijkheid van de zorg; de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten; en de coördinatie van het systeem in zijn geheel besproken.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldelijn

De diensten en structuren die tot de nuldelijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

In Oost-Vlaanderen zijn er heel wat zorgverleners en diensten die zich op de nuldelijn bevinden. Zij bieden dienstverlening aan met een zo laag mogelijke drempel. Voorbeeld is de mantelzorg, maar ook crisiscentra geven aan zich op de nulde lijn te situeren. Zij willen immers zorgverlening zonder drempels aanbieden, zoals bijvoorbeeld telefonische hulpverlening waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Ook de talrijke zelfhulporganisaties hebben hier hun plaats.

Er zijn heel wat wat **lotgenotenverenigingen en themagerichte werkingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Hun hoofddoel is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten zijn voor studenten een meerwaarde gezien ze ontmoetingskansen bieden met lotgenoten en laagdrempelig inzetten op ervaringsdeskundigheid en herstel.¹⁷

Zo kunnen studenten vanuit de provincie Oost-Vlaanderen een beroep doen op volgende lotgenotenorganisaties: Werkgroep Verder, Similes, Al-Anon, ZoJong, Ups&Downs, Uilenspiegel (Eunoia)... De analyse leert dat studenten die met een gericht thema worstelen baat hebben aan het in gesprek gaan met lotgenoten.

Naast themawerkingen, kan ook een geschikte hobby invloed hebben op mentaal welzijn. Een aantal organisaties kunnen studenten helpen bij het zoeken. De Stap Gent is een leerwinkel die volwassenen wegwijst in alle mogelijkheden van levenslang leren. T.a.v. studenten bieden zij o.a. gratis oriëntering naar vrije tijd en het niet formele leren. Hierbij staat de focus op het prestatiegerichte loslaten centraal. Ze zoeken samen met studenten naar wat bij diens identiteit past (vormingen/opleidingen/workshops persoonlijke ontplooiing, sociale vaardigheden, gezondheid, kunst). Vzw Broei biedt een waaier aan organisaties aan die zich in het Duivelsteen huisvesten en waarbij hun werking gericht is op 16-30 jarigen (workshops rond persoonlijke groei, kunst & media). Vzw Ferm is een vzw die vrouwen in hun kracht wil zetten en sterker in hun vel doen voelen, dit via workshops vrije tijd bv. bloemen schikken tot webinars rond mentale veerkracht, mantelzorg en alcoholverslaving.

¹⁷ Het SIHO maakte voor de regio een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

Om in te spelen op de drempel omtrent hulpverlening zijn er, mede door corona, **burgerinitiatieven** ontstaan. Een aantal van deze burgerinitiatieven zijn ontstaan vanuit het in alle vrijheid in gesprek gaan met jongeren. De initiatieven worden veelal uitgewerkt door vrijwilligers bestaande uit studenten of orthopedagogen, sociaal werkers, therapeuten,... Daarbovenop bieden deze diensten gratis, anonieme en kwaliteitsvolle hulpverlening aan. Zinvolle initiatieven in Oost-Vlaanderen zijn Ik-Jij-Wij(n), Enchanté, Mindfits en Onbespreekbaar.

De **algemene Nederlandstalige hulp- en advieslijnen**¹⁸ zoals Tele-Onthaal 106, de Zelfmoordlijn 1813, VAD, de Druglijn 078 15 10 20, de hulplijn voor Geweld, misbruik en kindermishandeling 1712, Sensoa, Similes, CM Teleblok, AA Vlaanderen, AB-BN, WATWAT, Awel, Lumi, Werkgroep Verder enz. leveren een belangrijke bijdrage in de nulde lijn. Deze organisaties met een Vlaanderen breed aanbod, zijn zeer populair bij studenten gezien ze aansluiten op thema's waar studenten vragen rond hebben, anoniem, gratis en 24u op 24u bereikbaar zijn. Daarnaast zijn er binnen informatie- een advieslijnen ondersteunende diensten, die professionals willen ondersteunen vanuit hun expertise bijvoorbeeld ASPHA (Advies Suïcide Preventie voor Huisartsen en Andere hulpverleners), ADS advies en coaching, IN-Gent. Naast informatie en advies bieden deze diensten ook een doorverwijzing aan naar verdere hulp indien nodig. Deze lijnen geven aan dat werking van de studentenvoorzieningen voor hen minder gekend zijn en ze over beperkte informatie beschikken, wat doorverwijzen hindert. Daarnaast bestaat het aanbod binnen deze diensten in de provincie Oost-Vlaanderen vooral uit Nederlandstalige informatie- en advieslijnen.

De vier **HerstelAcademies** in de provincie Oost-Vlaanderen (Gent, Meetjesland, de Vlaamse Ardennen en Aalst, Dendermonde, Sint-Niklaas) bieden een laagdrempelig vormingsaanbod aan rond psychische gezondheid en psychische kwetsbaarheid (bv. omgaan met tegenslagen, eenzaamheid, piekeren, depressie). Deze werking zet in om terug in zijn/haar kracht te kunnen komen (herstel). De herstelacademies zijn ontstaan vanuit de netwerken voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG). De cursussen richten zich in de eerste plaats naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maar ook betrokkenen uit de omgeving en (toekomstige) hulpverleners kunnen aan de cursussen deelnemen. De vormingen vinden plaats in een toegankelijke en veilige leeromgeving en worden georganiseerd op verschillende locaties in Oost-Vlaanderen (wegens Covid-19 vinden voornamelijk online cursussen plaats). De cursussen worden in coproductie tussen ervaringsdeskundigen in geestelijke gezondheid (peer support) en professionelen georganiseerd. Binnen de academies in de provincie Oost-Vlaanderen zijn er geen wachtlijsten. Desalniettemin neemt de leeftijdsgroep van studenten 18-25 jaar beperkt deel.

Naar analogie van de HerstelAcademies voor volwassenen, werd in Gent de **Discovery Colleges** voor jongeren en jongvolwassenen (14-25j) uitgewerkt. De bedoeling is thema's omtrent geestelijke gezondheidszorg bij de jongeren (14-25j) te brengen via workshops met en voor jongeren. Hierbij centraal zijn principes als co-creatie en educatie.

Er zijn ook enkele **organisaties die zich situeren binnen de jeugdhulp**, zoals onder meer Eigen Kracht Conferentie, 1gezin-1plan-werkingen: Samen 1 plan Gent, ELP werkingen en Re-Member: Open-Hart-Cirkels die de kracht van het netwerk van jongeren en jongvolwassenen erkennen en inzetten op verbinding en dialoog. Gezien de recente aanpassing van de leeftijdsbepaling in jeugdhulp kunnen zij een mogelijk aanbod bieden naar jongvolwassenen tot 25 jaar, dit wel telkens binnen een gezinscontext.

¹⁸ De sociale kaart die SIHO opmaakte, bevat ook een overzicht van advies- en consult lijnen.

Er zijn ook **maatschappelijke diensten met een direct verband met GGZ**. Veel organisaties verlenen zorg die niet wordt omschreven als GGZ, maar die er wel mee samenhangt, zoals werkgelegenheid ondersteuning, (zoeken naar) huisvesting, financieel advies, hulp bij sociale problemen, enz. Typische voorbeelden in de provincie Oost-Vlaanderen zijn het OCMW, VDAB, RVA, sociale huisvestingsmaatschappijen, diensten voor maatschappelijk werk van de mutualiteiten, lokale overheden, zoals gemeenten, enz. Deze diensten bieden informatie en hulpverlening omtrent de context waarin studenten zich kunnen bevinden en situeren zich voornamelijk in steden.

Verder zijn er ook een aantal diensten die de instellingen kunnen ondersteunen op vlak van preventieve activiteiten. De **Lokaal GezondheidsOverleggen (LOGO's)** geven als netwerkorganisatie een gezicht aan het preventiebeleid van De Vlaamse Overheid. Binnen de provincie Oost-Vlaanderen zijn er drie Logo's, namelijk LogoGezondplus, Logo Dender en Logo Waasland. De Logo's coördineren het regionaal gezondheidsnetwerk waarbij partners zoals lokale besturen, onderwijs, zorgorganisaties, terreinwerkers en gezondheidsprofessionals samen werken aan de uitvoering van het Vlaams preventieve gezondheidsbeleid en doelstellingen. Deze logo's hebben een verbindende functie, werken in op het aanzetten tot kwaliteitsvolle acties in preventie en ondersteunen deze d.m.v. het bieden van coaching. De Logo's begeleiden de Warme Steden & Gemeenten bij de uitwerking van hun beleid.

Verder werden er een aantal organisaties bevonden in de regio die specifiek inspelen op het versterken van studenten in de nuldelijn.

Start to Talk is een project voor en door studenten. Ze bieden open praat sessies aan t.a.v. studenten betreffende waar ze het op dat moment moeilijk mee hebben. Bovendien verzorgen zij ook een vorming voor vrijwilligers betreffende signaal detectie.

Warme William is een initiatief van het Fonds GaVoorGeluk en zet in op het versterken van de veerkracht en het mentaal welzijn bij kinderen en jongeren van 0 tot 24 jaar. De visie achter Warme William is dat praten helpt om je terug beter te voelen. Dat kan pas als iemand het gevoel krijgt dat hij/zij zich kwetsbaar kan en mag opstellen. Met behulp van de luistertips roept Warme William iedereen op om een Warme William te zijn voor elkaar en echt te leren luisteren.

We Have The Choice biedt cirkelrituelen aan. Hun werking biedt in deze intieme momenten de mogelijkheid aan jongvolwassenen bepaalde gebeurtenissen en/of bekommernissen los te kunnen laten. De werking focust op jongvolwassenen die in deze tijd van versnelling en oppervlakkige communicatie zoekend zijn naar zin in de samenleving.

Route 360 werkt een alternatief onderwijsprogramma uit betreffende persoonlijke ontwikkeling voor jongvolwassenen die (nog) geen weg vinden in het regulier programma of (nog) geen studiekeuze willen/kunnen maken. Het aanbieden van een blik op de wereld op een ervaringsgerichte manier staat hier centraal. Vanaf februari 2022 staat een eerste pilootversie van 6 maanden gepland. Normaliter zal vanaf september 2022 het alternatief onderwijsaanbod een academiejaar omvatten.

Jong Gent in Actie is een themagerichte werking betreffende armoede en uitsluiting met vrije inloop op 1 dag per week t.a.v. 14-28 jarigen. Een individuele babbel is mogelijk alsook zich samen met andere jongvolwassenen engageren om met hun ervaringen het beleid aan te schrijven.

Stappen met Steven is een nieuw initiatief naar aanleiding van corona. Deze werking zet het ervaringsleren (specifiek: ontheming) in als methodiek. Er worden staptochten georganiseerd in de zomervakantie 2021 voor studenten betreffende mentaal welzijn.

Merhaba is een organisatie die gratis LGBTQ+ personen met een migratieachtergrond verenigt en empowert (community creëren), ongeacht gender, seksuele voorkeur, huidskleur, etniciteit, nationaliteit, status en religie.

Victoria Deluxe zet via sociaal artistieke projecten en vrije tijd in op het doorbreken van de stereotiepe beeldvorming die er t.a.v. talloze onderwerpen en minderheidsgroepen wordt gehanteerd. Voornamelijk a.d.h.v. versterken van veerkracht en emancipatie.

BlinkOut (Gent) is gericht op alle volwassenen, waaronder ook studenten, die een onzichtbare drempel voelen (donkere gedachten, onzichtbare ziekte/diagnose, prikkelgevoeligheid) en hierdoor vereenzamen. De werking heeft een community-gerichte basis: 'iedereen is er voor elkaar'. Ervaringsdeskundigen ondersteunen als vrijwilliger de veerkracht van mensen via allerlei activiteiten, workshops en/of een individueel gesprek. Het BlinkHuis biedt een publieke stille kamer, gratis van maandag tot vrijdag.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als de 'poortwachter van de gezondheidszorg'. De eerstelijnszorg omvat diensten en personen waar studenten op een laagdrempelige manier ambulante bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende en laagdrempelige interventies aan. Indien nodig brengen ze studenten in contact met een meer gespecialiseerde hulpverlener of dienst.

In de eerstelijnszorg zijn de **huisartsen** een van de belangrijkste actoren. Zij zijn vaak het eerste contactpunt bij gezondheidsproblemen en kennen tevens (in de meeste gevallen) de student en zijn/haar achtergrond/voorgeschiedenis het best. Huisartsen zijn in meer dan zeven op de tien gevallen betrokken bij de detectie, diagnose of behandeling van personen met geestelijke gezondheidsproblemen. Belangrijk om te benadrukken is dat vele studenten geen vaste huisarts hebben in de stad waar ze studeren en/of op kot zitten. Desalniettemin zijn er in regio Gent studentenartsen beschikbaar specifiek voor studenten. Verder kan dit tekort worden opgevangen door wijkgezondheidscentra (i.e. medisch huis) en eerstelijnszones.

Op de eerste lijn is er in de provincie een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties (CAW, JAC, Overkop, TEJO) die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk.

Het **Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW)** Oost-Vlaanderen vzw ontstond in 2014 na een fusie van 6 Oost-Vlaamse CAW's (CAW Artevelde, CAW Visserij, CAW Regio Dendermonde, CAW Waasland, CAW Regio Aalst en CAW Zuid-Oost-Vlaanderen). Jaarlijks kloppen zo'n 26.570 mensen (kinderen, jongeren, jongvolwassenen, volwassenen en ouderen) aan voor informatie, advies en hulp. Een CAW-team is multidisciplinair, en bestaat onder andere uit maatschappelijk werkers, psychologen, opvoeders, sociologen en pedagogen. Studenten kunnen naar een CAW gaan voor een brede waaier van problemen, o.a. op gebied van welzijn, gezondheid, relatie en familie, administratie en financiën, geweld en misbruik, werk, vrije tijd, enz. Het CAW biedt een breed onthaal waaruit ze enerzijds eerste hulp aanbieden bij psychische problemen (kortdurende, laagdrempelige en psychosociale hulpverlening), anderzijds doorverwijzen naar meer gepaste hulp indien noodzakelijk. Binnen de provincie Oost-Vlaanderen zijn geen wachtlijsten binnen het onthaal en eerste contact, wel binnen het begeleidingsaanbod. CAW's werken sporadisch samen met hogeronderwijsinstellingen.

Binnen het CAW is er ook het jongerenteam nl. het **JAC**. In de provincie Oost-Vlaanderen situeren de JAC's zich in de 11 verschillende regio's nl. regio JAC Aalst, JAC Dendermonde, JAC Gent, JAC Geraardsbergen, JAC Lokeren, JAC Ninove, JAC Oudenaarde, JAC Ronse, JAC Sint-Niklaas, JAC Wetteren, JAC Zottegem. Het JAC biedt, na vraagverheldering wegwijsinfo aan jongeren (doorverwijzing). Het JAC is geen instantie die alle vragen van jongeren op kan nemen. JAC diensten richten zich immers op een specifieke niche, met name kwetsbare jongvolwassenen; jongeren en jongvolwassenen waar het echt niet bij lukt/ die (even) volledig uit de boot vallen. Dit zijn meestal geen studenten, maar veeleer thuisloze jongeren, instellingverlaters. Studenten die leven met een leefloon of een leefloon nodig hebben. Het JAC moedigt jongeren via diverse initiatieven aan om er voor elkaar te zijn. In de provincie Oost-Vlaanderen is deze opdracht niet altijd haalbaar. Jongeren blijven langer in begeleiding waardoor de wachttijd voor nieuwe aanvragen van jongeren oploopt. Om toch aan de noden te voldoen, werkt het JAC van Oost-Vlaanderen aan initiatieven om jeugdwerkers, die dicht bij de doelgroep staan, een signaalfunctie te laten opnemen en hen hierin te ondersteunen om zo in te spelen op vroegdetectie. Er zijn geen wachttijden bij de JACs. De student kan vrij inlopen of in principe binnen de paar dagen een afspraak krijgen.

OverKop is een inloophuis waar ontmoeting centraal staat en kunnen er tegelijkertijd dagelijks individuele gesprekken aangevraagd worden door jongvolwassenen. OverKop Gent heeft geen wachtlijst, bereikt op dit moment vaak niet-schoolgaande jongeren of jongeren met specifieke problematieken; echter staan zij volledig open voor en is hun werking absoluut geschikt voor elke student betreffende diens mentaal welzijn. OverKop biedt een laagdrempelig onthaal voor jongvolwassenen tot 25 jaar. Jongeren kunnen er met hun persoonlijke vragen 'inlopen' bij professionele medewerkers en kunnen er terecht rond thema's zoals m.b.t. relaties, depressie, vrije tijd, werk. Er is geen wachtlijst in Gent. Dit jaar komen er meerdere OverKop-huizen in de provincie Oost-Vlaanderen (Aalst, Sint-Niklaas, Wetteren). Hierdoor wordt de capaciteit om jongvolwassenen laagdrempelig op te vangen en te versterken sterk vergroot.

Ook **Broeiness** situeert zich binnen dit aanbod. Broeiness biedt groepsworkshops en groepsbabbels aan studenten en jongvolwassenen (18-26 j.) waar groei in eigen identiteit centraal staat. De werking van Broeiness biedt dit themagericht aan, zowel betreffende mentaal welzijn (zelfzorg, eigenwaarde, keuzestress) als betreffende maatschappelijke thema's (gender, racisme, generatiekloven). Ontmoeting en verbinding met gelijkgezinden staat centraal. Via deze gerichte ontmoetingen biedt Broeiness een normaliserende impact en leren studenten dichter bij zichzelf komen, duurzame keuzes te maken. Hiermee geeft Broeiness studenten rust en richting en biedt Broeiness een antwoord op de uitdagingen waar jongvolwassenen en studenten dagelijks voor staan.

Huis van de mens biedt vrijzinnig humanistische begeleiding aan volwassenen, waaronder zeker ook studenten. Soms lopen mensen de muren op (ruzie thuis) of zitten mensen in de knoop (zich alleen voelen, iemand missen, existentiële vragen). In Huis van de Mens vinden mensen bij een consulent een luisterend oor. Huis van de Mens helpt orde te scheppen in de chaos in iemands hoofd. Deze begeleidingen zijn gratis.

The Future Generation (TFG) begeleidt Inside Out workshops waarbij jongeren en jongvolwassenen leren keuzes maken van binnenuit. Belangrijke werkvorm hierbij is het Keuzekompas. Het Keuzekompas is een tool waarmee jongeren en jongvolwassenen hun persoonlijk, innerlijk kompas vormgeven. Dit kompas ondersteunt hen bij het maken van bewuste duurzame keuzes over leren en leven, vanuit een intrinsieke motivatie (de tool is ontwikkeld i.s.m. motivatiepsycholoog Maarten Van Steenkiste). Een volledig individueel Keuzekompastraject kost een jongere 600 euro. Om dit democratisch te maken gaat TFG ook aan de slag met groepjes jongeren, waardoor ze deze prijs kunnen halveren (afhankelijk van het aantal jongeren).

In de provincie Oost-Vlaanderen zijn er diverse **TEJO** huizen, namelijk in Gent, Oudenaarde en Sint-Niklaas. TEJO biedt laagdrempelige, therapeutische hulpverlening aan jongeren tussen 10 en 20 jaar, kortdurend, onmiddellijk, anoniem, en gratis. TEJO biedt eerstelijns therapeutische ambulante begeleiding aan voor jongeren met psychische problemen. De dienstverlening gebeurt door professionele therapeuten op vrijwillige basis. De therapie heeft als hoofddoelstelling de jongeren te deblokken en hen opnieuw in hun kracht te zetten. Op die manier komt TEJO preventief tegemoet aan dringende hulpvragen zodat de probleemsituatie niet verder escaleert en de jongeren in een vroeg stadium geholpen worden. In de provincie Oost-Vlaanderen is het aanbod van TEJO sterk uitgewerkt maar overbelast. Binnen TEJO Gent zijn geen wachttijden, wel dienen studenten - indien geen plaats - te blijven bellen tot een plekje 'vrijkomt'. Ook doen de vrijwillige therapeuten bij TEJO Gent hun best extra op te komen in grote perioden van drukte. TEJO Sint-Niklaas is een laagdrempelig aanbod voor studenten in groep aan het uitwerken.

Homaar (Wetteren) is een groeiplek waar jongvolwassenen (15-23 jaar) in een ondersteuningstraject van twee weken gecoacht worden op vlak van mentaal welbevinden via creatieve ateliers, workshops. Het betreft een ondersteuning overdag; via een gewettigde afwezigheid. Het zet jongeren en jongvolwassenen terug in hun kracht en heeft als doelstelling jongeren na deze ademruimte terug goesting te doen krijgen.

In het **Namaste-huis** in Deinze kan op adem gekomen worden en wordt veerkracht versterkt. Namaste Huis biedt van maandag tot vrijdag een time-out met ondersteuning aan. Thema's: omgaan met stress, onrust, een dreigende burn-out, het opbouwen van perspectief, verlies. Namaste Huis kiest voor kleinschaligheid. Er is plaats voor 6 personen. (Momenteel ontvangen we 4 gasten per week omwille van de coronamaatregelen.)

Empathie (Gent, Mechelen) verleent therapeutische en oplossingsgerichte zorg aan jongeren en volwassenen met een eetstoornis. Jongeren leren de eetstoornis beter te begrijpen en samen een oplossingsgericht actieplan op te stellen. Medische zorg, therapie en begeleiding worden voorzien. Voor de opstart van een traject geldt op dit moment een wachttijd van 5 maanden.

Change Twice biedt ondersteuning via ondersteuning op vlak van persoonlijke groei, zelfvertrouwen (Sint-Niklaas).

Younique biedt ondersteuning betreffende studiekeuze, talenten aan in Maldegem. ThOF biedt alternatieve vormen van therapie (wandeltherapie, kampvuur therapie, vrouwen tongen) in Drongen.

Magisch licht biedt ondersteuning rond eenzaamheid, relatie gezin, relatie partner, zingeving, stress, burn-out, angst in Lokeren.

Compass to connection biedt ondersteuning voor internationale studenten die worstelen met de volgende thema's: ontdekking seksuele oriëntatie, ontdekking genderidentiteit, seksbeleving, seksueel grensoverschrijdend gedrag, eenzaamheid, relatie gezin, relatie partner, misbruik in relatie, misbruik in familie, zingeving, angst (anxiety) en trauma.

Eerstelijns Psychologische Zorg (ELP) georganiseerd vanuit de Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg biedt psychologische hulp wanneer informele zorg niet meer volstaat. Doel is om enkelvoudige, licht tot matige problemen met betrekking tot geestelijke gezondheid (angst, depressie of alcoholgebruik) snel te behandelen opdat chroniciteit en complexere problemen niet zouden ontstaan. Met dit eerstelijnspsychologisch aanbod werd de drempel naar psychologische zorg aanzienlijk verlaagd en wordt ingezet op preventieve zorg. Dit blijft echter wel tot nu toe beperkt tot consult op doorverwijzing door een arts. Het voordeel is dat dit aanbod vrij snel kan opgestart worden. De analyse leert dat in Oost-Vlaanderen voor het netwerk PAKT met werkingsgebied Gent - Eeklo - Vlaamse Ardennen de meeste van de eerstelijnspsychologen een beschikbaarheid hebben. Slechts enkelen hebben een opnamestop. Vanaf september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het netwerk “kinderen en adolescenten” (tot en met 23 jaar) en het netwerk “volwassenen” (vanaf 15 jaar). Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepsessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepsessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Deze sessies of behandelingen zullen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben. Dit biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden.

Daarnaast zijn er ook nog de ELP vanuit de Netwerken Samen 1 plan Gent waar studenten (tot 25 jaar) zeker ook beroep op kunnen doen via verwijzing door de brede instap en het verbindingsteam, indien zich specifieke gezinsgerichte problematieken voordoen (gezinsgerichte focus). Samen 1 plan Gent biedt ook telefonische adviesverlening aan professionelen (stuvo oa.), m.n. coaching en consult. Huisartsen kunnen rechtstreeks verwijzen naar de ELP. In Gent zelf werken de ELP niet voor studenten, daar de visie omtrent ELP is dat dit hiaat t.a.v. studenten in de stad ‘opgelost’ wordt door TEJO en Overkop. ELP buiten Gent bieden hun werking wel aan voor studenten. Dit biedt de mogelijkheid voor voornamelijk pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden.

Naast de gesubsidieerde zorg heeft de provincie Oost-Vlaanderen een uitgebreid (en steeds groeiend) aantal **zelfstandige psychologen, therapeuten en psychiaters** (individuele - en groepspraktijken). Stuvo's/studentenpsychologen doen een beroep op zelfstandige praktijken in het kader van begeleiding, psychotherapie en diagnostiek. De stuvo's/studentenpsychologen hebben regionaal reeds een goede samenwerking opgebouwd met deze externe therapeuten en psychiaters. Het up to date te blijven rond het steeds groeiend ruime aanbod van deze externe partners (aanbod, specialisme, methodiek enz) blijft een uitdaging. Knelpunten hier zijn het in kaart brengen van accurate wachtlijsten en beschikbare specifieke traumatherapeuten (o.a. EMDR). De regio wenst het overzicht en netwerk hieromtrent uit te breiden.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweedelij

De tweede lijn betreft ambulante en professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in een bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijn vallen centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra, psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen en mobiele teams.

In de provincie Oost-Vlaanderen is er een ruim aanbod aan tweedelijnsdiensten die een gespecialiseerd, (vaak ambulante) aanbod rond geestelijke gezondheidszorg aanbieden. Het is de bedoeling dat personen met milde psychische problemen de weg via huisarts vinden naar eerstelijnspsychologische zorg. Personen met meer ernstige psychische of psychiatrische problematiek kunnen dan beroep op het tweedelijns aanbod van CGG, revalidatiecentrum en PAAZ. Toegang tot de meer gespecialiseerde hulpverlening in tweede lijn gebeurt vaak op verwijzing van een (huis)arts of andere hulpverleners. Diensten onder deze lijn werken vaak multidisciplinair. Een kernteam van psychiaters, psychologen, maatschappelijk assistenten, psychiatrisch verpleegkundigen aangevuld met creatief-, bewegings-, ergo- therapeuten e.a. bieden elk vanuit hun discipline én samen een meerwaarde in de ondersteuning van de cliënt. Ook diverse mobiele teams situeren zich op tweede lijn. Dit gespecialiseerd aanbod (zowel langdurig als kort) is geïndiceerd bij personen met een meervoudige, complexe, vaak ernstige problematiek waarbij er noodzaak is om mobiel (aan huis, in de voorziening...) te werken. Vanuit een psychische kwetsbaarheid en de gewenste interventie vereist dit vaak expertise vanuit geestelijke gezondheidszorg. Naast deze langdurige zorg bieden mobiele teams ook kortdurende interventies in de thuisomgeving van de cliënt voor acute psychische en psychiatrische problemen. In wat volgt lichten we de werking toe van tweedelijnsdiensten die gericht ondersteuning aan studenten op maat kunnen bieden.

Binnen Oost-Vlaanderen zijn er vijf **Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)**, namelijk CGG Adentro (Gent), CGG Deinze-Eeklo-Gent, CGG Waas & Dender (Sint-Niklaas), CGG De Drie Stromen (Dendermonde) en CGG Zuid-Oost-Vlaanderen (Aalst). De CGG's bestaan uit een multidisciplinair team (minimaal een psychiater, een psycholoog, een maatschappelijk werker en een onthaal) dat ambulante gespecialiseerde zorg verleent, zowel individueel als groepsbegeleiding. Deze zorg bestaat uit screening, vroege detectie en behandeling. De zorgnood neemt toe waardoor er lange wachtlijsten ontstaan, en verwijzing naar een CGG beperkt mogelijk is. Er zijn evenwel regionale verschillen.

Zo biedt CGG Adentro ambulante hulp aan personen bij ernstige psychische problemen of psychiatrische problemen en aan hun omgeving (medisch-psychiatrisch: diagnose, ev. medicatie en psychotherapeutisch). De doelstellingen worden in het gesprek ingebracht. Er is een jongerenwerking op komst: 18-25 jaar. Op dit moment heeft de werking van Deinze geen wachtlijst. Deze dienst is net uit een aanmeldingsstop (juni-december 2020). Aanmelding gebeurt nu meer met de verwijzer (1e lijn moet al geprobeerd zijn). Dit maakt dat de drempel iets hoger ligt en heeft als reden de wachtlijst weg te werken/houden. De therapie kan binnen de maand opgestart worden. Dit is een testfase. Binnen de dienst in Eeklo heeft elke therapeut een persoonlijke wachtlijst, gemiddeld 3 personen voor op de wachtlijst. De dienst in Gent bezit een lange wachtlijst. Er is op dit moment een cliëntenstop. Mensen kunnen zich wel aanmelden en worden sowieso beluisterd maar er is tijdelijk geen ruimte om behandelingen op te starten.

CGG Waas en Dender biedt ambulante hulp aan personen bij ernstige psychische problemen of psychiatrische problemen en aan hun omgeving, die multidisciplinair behandeld dienen worden (medisch-psychiatrisch: diagnose, ev. medicatie en psychotherapeutisch).

Sint-Niklaas heeft binnen de volwassenenwerking een transitieteam (= jongvolwassen werking). Voor Jongvolwassenen is de wachtlijst t.a.v. zowel Lokeren als Sint-Niklaas op dit moment een half jaar tot langer. Dit wisselt heel erg. In Dendermonde is de wachtlijst op dit moment minder dan een half jaar.

CGG De Drie Stromen biedt gespecialiseerde ambulante hulpverlening aan personen met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen en hun omgeving vanuit een multidisciplinair perspectief (medisch-psychiatrisch: diagnose, ev. medicatie en psychotherapeutisch). Binnen de volwassenenwerking is de wachttijd eerder beperkt: na indicatiestellingsfase, meestal opstart behandeling binnen 4-7 weken.

CGG ZOV biedt gespecialiseerde ambulante hulpverlening aan personen met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen en hun omgeving vanuit een multidisciplinair perspectief (medisch-psychiatrisch: diagnose, ev. medicatie en psychotherapeutisch).

In de provincie Oost-Vlaanderen zijn er twee **Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg** (Het Pakt en Netwerk CGG Aalst-Dendermonde-Sint-Niklaas) voor volwassenen, en één provinciaal voor kinderen en jongvolwassenen (RADAR). Vanuit deze Netwerken GGZ en een aantal psychiatrische ziekenhuizen zijn **mobiele teams** opgestart. Zoals in de inleiding aangegeven voorzien ze o.a. in crisissituaties een intensieve outreachende begeleiding in de thuiscontext of bij studenten in de kotcontext. Bij de crisis is het netwerk en de aanwezige ambulante zorg ontoereikend. Deze teams streven naar het herstellen van het evenwicht in het leven van de cliënt en zijn omgeving. Tijdens de begeleiding gaan verschillende medewerkers aan huis (= shared caseload). Iedere professionele hulpverlener kan een cliënt aanmelden. Bij voorkeur gebeurt dit door of na overleg met een arts. Deze crisisteams zien binnen de 24 uren na aanmelding de cliënt. De teams zijn multidisciplinair en verlenen zorg in de omgeving van de persoon, tijdens een crisisperiode of continu. In de provincie Oost-Vlaanderen zijn mobiele teams georganiseerd vanuit verschillende instellingen. Connect 14-25 richt zich bijvoorbeeld tot Oost-Vlaamse jongeren en jongvolwassenen tussen 14 en 25 jaar met een vermoeden van psychosegevoeligheid en/of middelengebruik. Ze bieden ook ondersteuning aan personen uit de omgeving van deze jongeren die zich hierover zorgen maken, alsook advies, ondersteuning of vorming t.a.v. professionelen (stuvo's/studentenpsychologen oa.). Aanmelden kan telefonisch. Het eerstvolgende (telefonisch) contact volgt hierna binnen de week. Geen wachtlijst, onmiddellijk opstart is mogelijk aangezien het gaat om korte trajecten. Connect 14-25 biedt laagdrempelige interventies: outreachend, kort traject. Connect 14-25 is gratis en is ook beschikbaar voor internationale studenten (Fr, Eng).

Verder zetten de **initiatieven voor Beschut wonen (IBW)** in op het begeleiden van mensen met psychische problemen die geen nood hebben aan een permanent verblijf in een psychiatrisch ziekenhuis. Deze initiatieven bieden hen een woonvorm waar ze begeleiding krijgen. Deze initiatieven zijn verspreid over de gehele provincie (Gent, Sint-Niklaas, Zottegem, Melle, Zelzate, Eeklo). Er bestaan ook buddywerkingen in Oost-Vlaanderen binnen deze thematiek, o.a. Buddywerking Vlaanderen regio Gent, Eeklo, Deinze. Deze buddywerking heeft als doelstelling een buddy koppelen aan iemand met een psychische kwetsbaarheid waarbij het doorbreken van een sociaal isolement centraal staat.

Naast deze initiatieven zijn er ook **psychosociale revalidatiecentra voor volwassen psychiatrische patiënten**. Een voorbeeld hiervan is Mirabello, een Psycho-Sociaal Revalidatiecentrum met vestigingen in Gent en Oudenaarde. Mirabello is partner van het Pakt (ggznetwerk Gent - Eeklo - Vlaamse Ardennen) en ondersteunt volwassenen met een psychosociale of psychiatrische problematiek, die zich niet in een acute fase bevinden; m.a.w. mensen met ondergesneeuwde krachten en kwaliteiten die zich door een aantal belemmeringen in hun persoonlijk en sociaal functioneren geremd voelen en nood hebben aan een tijdelijk, maar intensief hersteltraject op maat. De focus hier ligt op identiteitsopbouw en maatschappelijke integratie als kernopdrachten. Een tweede voorbeeld is PARCOER. Parcoer staat voor "Psychosociaal Ambulant Revalidatiecentrum gericht op Ontwikkeling en Rehabilitatie". PARCOER is een centrum voor psychische revalidatie gelegen in het centrum van Dendermonde en maakt deel uit van het netwerk Geestelijke Gezondheid Aalst - Dendermonde - Sint-Niklaas. Het centrum biedt een intensief, ambulant revalidatieprogramma aan, aan (jong)volwassenen, die kampen met psychische, psychosociale en/of psychiatrische problemen. PARCOER is de laatste stap die mensen zetten in hun hersteltraject vooraleer ze terugkeren naar de reguliere arbeidsmarkt of een opleiding aanvatten. In het centrum wordt er gewerkt

aan persoonlijke domeinen (zorgen voor zichzelf en anderen, welzijn en gezondheid, sociale relaties), alsook aan andere levensdomeinen (wonen, werken, leren, vrije tijd). Echter ligt de focus binnen deze psychosociale revalidatiecentra op de toeleiding naar de arbeidsmarkt. Sporadisch is er een toeleiding naar het hoger onderwijs.

Ten slotte hebben vele **psychiaters, psychologen of psychotherapeuten een ambulante privé- of ziekenhuispraktijk**. Een aantal van deze zorgverleners werken samen in poliklinieken of particuliere multidisciplinaire centra. Ambulante zorg biedt o.a. dagtherapie aan; 8-weekse groepstherapie gedurende 4 dagen per week. Voorbeelden hiervan zijn Karus en Maria Middelaers.

Naast ambulante hulpverlening in de tweede lijn, is er ook residentiële opvang in **psychiatrische afdelingen in een algemeen ziekenhuis (PAAZ)**. De PAAZ biedt een kortdurende behandeling in het ziekenhuis. Het voordeel is de lagere drempel in vergelijking met psychiatrische ziekenhuizen (de-stigmatisatie), de onmiddellijke toegankelijkheid tot lichamelijke zorg en de behandelvisie 'kort verblijf'. Sommige algemene ziekenhuizen met een PAAZ hebben ook een eenheid voor psychiatrische noodinterventies.

Shelter Aalst biedt een co-housing project voor jongvolwassenen waar leven binnen hun thuissituatie niet langer een mogelijkheid is (psychologisch, praktisch). Shelter Aalst biedt tijdelijk onderdak aan meerderjarige jongeren die op eigen benen moeten staan maar daar nog niet klaar voor zijn. Leeftijd: 18-23 jaar. Wachtlijst is niet numeriek, er wordt steeds gekeken wie matcht met de huidige groep. Gemiddelde verblijfsduur: 9 maanden tot 1 jaar. Shelter is een huis waar jongeren de tijd, ruimte en begeleiding krijgen om op adem te komen, waardoor ze kunnen groeien en zelfredzaam worden.

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - derdelijn

Psychiatrische ziekenhuizen (PZ) bieden behandeling en verzorging aan patiënten met ernstige psychische problemen. De ziekenhuizen beschikken hiervoor over gespecialiseerde afdelingen. Een multidisciplinair team zoekt naar de meest geschikte therapie om de patiënt te helpen. Naast een volledige hospitalisatie kan een psychiatrisch ziekenhuis ook dagopvang (dagziekenhuizen) en, minder vaak, nachtopvang aanbieden. Er zijn een negen psychiatrische ziekenhuizen binnen Oost-Vlaanderen: Psychiatrisch Ziekenhuis Dr. Guislain, Psychiatrisch Centrum Sint-Franciscus - De Pelgrim, Psychiatrisch Ziekenhuis en Revalidatiecentrum Sint-Hiëronymus, Psychiatrisch Centrum Sint-Jan, Psychiatrisch Ziekenhuis Karus, Psychiatrisch Ziekenhuis Sint-Lucia, Psychiatrisch Centrum Sint-Jan Baptist, Psychiatrisch Ziekenhuis Ariadne en Psychiatrisch Centrum Gent-Sleidinge. **Psychiatrisch Ziekenhuis Karus**, bijvoorbeeld, heeft een specifieke Jovo-werking voor jongvolwassenen tussen 16 en 23 jaar met een aanpassings-, stemmings-, of angstproblematiek, jongeren met een bedreigde persoonlijkheidsontwikkeling en tot jongeren die door een psychiatrische problematiek vastlopen in de overgang naar volwassenheid toe. De afdeling Dam richt zich naar jongeren tussen 15 en 25 jaar, die problemen hebben met illegale drugs, eventueel gecombineerd met problemen met alcohol en/of medicatie. De afdeling Dageraad focust op dagtherapie enerzijds t.a.v. adolescenten vanaf 15 tot 23 jaar (transitieleeftijd) met (het vermoeden van) een psychotische problematiek al dan niet in combinatie met een autismespectrumstoornis. Anderzijds is deze werking ook gefocust op volwassenen met psychotische kwetsbaarheid en een relatief kort ziektegeschiedenis. Ook op dagcentrum angst en stemming kunnen jongvolwassenen terecht. De afdeling Cadans richt zich tot adolescenten, jongvolwassenen en volwassenen met een emotieregulatie- of een borderline-problematiek. Ook hier biedt Karus hulpverlening aan jongvolwassenen (2/3 van de cliënten is onder de 23 jaar).

Naast deze psychiatrische ziekenhuizen zijn er ook **speciale voorzieningen voor gedetineerden met geestelijke gezondheidsproblemen**, zoals psychiatrische afdelingen in gevangenissen en forensische psychiatrische centra.

Crisis

Crisishulpverlening omvat diensten die een antwoord bieden op een crisissituatie. De meeste crisisdiensten zijn 24u beschikbaar, of bieden op korte termijn hulp en worden in de provincie Oost-Vlaanderen georganiseerd door verschillende instellingen. Daarnaast zijn er ook diensten die hulp bieden bij een schokkende gebeurtenis.

Er zijn een aantal algemene crisisdiensten die kunnen geraadpleegd worden afhankelijk van het probleem dat zich voordoet (nl. huisarts, zelfmoordlijn, tele-onthaal, antigifcentrum, politie en spoed). Voor een student in crisis zijn er organisaties zoals de PAAZ afdelingen, psychiatrische ziekenhuizen... die hierboven werden beschreven. Specifiek is er in de stad Gent de **Spoedpsychiatrie Upsie UZ Gent** waar crisisopvang gegarandeerd wordt met de capaciteit van 11 bedden: 7 bedden (UPSIE-bedden) voor patiënten in een psychiatrische en/of psychische crisistoestand en 4 bedden (P-bedden) voor patiënten met een middelengebonden problematiek (zowel legale als illegale middelen). De spoedpsychiatrie Upsie biedt opvang en behandeling van psychiatrische crisissituaties met als doel oriëntatie (ambulant of residentieel) na afloop van de crisissituatie.

Het **mobiel crisisteam MCT** biedt adviesverlening t.a.v. de stuvo's/studentenpsychologen en wordt ingeschakeld tijdens een acute crisis. Bij een aanmelding van een psychologische en/of psychiatrische crisis kan het MCT snel (tussen de 4 à 8 uur) op huis- of kotbezoek gaan. De meeste aanmeldingen in crisis zijn studenten met multiprobleem: financiële moeilijkheden, geen thuis netwerk meer hebben, ernstige slaapproblemen, verkeerde studiekeuze... Deze werking geldt ook t.a.v. internationale studenten. Deze dienstverlening is gratis voor de student.

Het **crisisinterventiecentrum (CIC) De Sleutel** biedt residentiële hulp aan volwassenen (+17j.) die illegale drugs gebruiken en die zich in een crisissituatie bevinden. Een opname duurt maximum 6 weken.

Karus High Intensive Care (HIC) biedt herstelondersteunende zorg, behandeling en bescherming aan volwassenen in ernstige psychiatrische crisissituaties voor wie een gesloten opname setting noodzakelijk is.

Het **Vertrouwenscentrum Kindermishandeling** wordt aangehaald als belangrijke dienst voor de stuvo's/studentenpsychologen ter adviesverlening op een casus en/of eventueel overname casus. Het Vertrouwenscentrum Kindermishandeling geeft zelf aan enkel jongeren onder de 18 jaar op te volgen.

Bij schokkende gebeurtenissen zijn er beperkt aantal diensten in de provincie die hierop inspelen en onmiddellijk beschikbaar zijn. Elk **CAW** heeft een dienst slachtofferhulp en biedt zowel individuele als groepsbegeleiding.

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

De hogeronderwijsinstellingen in Oost-Vlaanderen hebben reeds een rijk ondersteuningsaanbod met betrekking tot mentaal welbevinden uitgebouwd, zowel op preventief als curatief vlak. Via Student in Warme stad Gent bundelen de hogeronderwijsinstellingen de krachten, ook met relevante stakeholders zoals stad Gent en Logo Gezond Plus waarbij ze duurzame activiteiten en tools voor studenten op vlak van mentaal welbevinden gezamenlijk uitrollen. Naast het uitrollen van preventieve acties voor studenten, vormt deze samenwerking ook een grote meerwaarde voor de uitwisseling betreffende expertise. Binnen elke hogeronderwijsinstelling bestaat er veel content betreffende mentaal welbevinden (o.a. flyers omtrent angsten, rouw/verlies... filmpjes betreffende thema's, getuigenissen, tutorials, kwalitatieve ehealth...). Het kan als opportuniteit bevonden worden dit onder de verschillende hogeronderwijsinstellingen binnen Oost-Vlaanderen breed te delen. Het aanbod is rijk en wordt op deze gebundelde manier binnen een breed kader nog rijker. Gezamenlijke noden van instellingen situeren zich op vlak van verdere communicatie van het aanbod (intern en extern), verdere uitbouw van preventieve acties met betrekking tot peer support in co-creatie met studenten, het bereiken en ondersteunen van specifieke doelgroepen zoals internationale studenten en het gezamenlijk verder uitbouwen van gemeenschappelijke workshops. Ook willen de instellingen inzetten op uitbouw van een gericht (doorverwijs)netwerk en samenwerkingen in de nulde en eerstelijns hulp waarbij mentaal welzijn breder gezien dan wordt dan psychosociale problematieken. Het gedachtegoed van de student versterken willen ze ook binnen doorverwijzing strategie integreren.

Samenwerkingen met nieuwe initiatieven en andere diensten uit het welzijns- en hulpverleningslandschap, zoals o.a. het aanbod van de Herstelacademies, Broeïnest, de mogelijkheden van ELP en bestaande initiatieven zoals Overkop, Homaar, Merhaba kunnen hiertoe opportuniteiten bieden. Deze diensten zijn laagdrempelig, focussen op veerkracht, werken student minded en zijn ook betaalbaar. Via de werkgroep Student in Warme stad Gent wordt reeds ingezet op structureel overleg met verschillende initiatieven en verschillende externe partners omtrent een verscheidenheid aan thema's. Een groeikans is om deze initiatieven ook verder zichtbaar te maken voor studenten, om zo een warme, vlotte kennismaking van goede initiatieven te kunnen waarborgen. Dit omdat er studenten zijn die liever aan persoonlijke groei werken en liever hulp zoeken buiten de hoger onderwijsinstelling. De website Contentingent kan naast de instellingspagina, ook meer zichtbaarheid geven aan diensten uit de nulde en eerste lijn.

Bepaalde organisaties en diensten binnen de regio Oost-Vlaanderen kampen met wachttijden, o.a. Tejo, CGGs.... De olopende wachttijden zijn enerzijds een gevolg van een meer complexe casuïstiek waarmee jongvolwassenen laattijdig hulp zoeken en anderzijds een gevolg van steeds naar dezelfde organisaties door te verwijzen. Doorverwijzingen in nulde en eerste lijn en een verdere uitwerking van peer support initiatieven en preventieve acties binnen de werkgroep Student in Warme stad Gent kunnen deze knelpunten opvangen.

Het provinciaal aanbod in trainingen voor internationale studenten is beperkt, hoewel de problematiek eenzaamheid bij deze groep studenten sterk aanwezig is en specifiek gegroeid is. Internationale studenten hebben nood aan verbinding en ontmoeting. Daarnaast ervaren deze studenten verschillende barrières op vlak van taal en informatie. Ook etniciteit, socio-economische status en gender kunnen bij deze populatie een barrière vormen, echter zijn deze barrières niet strikt gelimiteerd tot internationale studenten. Er is cultuursensitieve zorg nodig om aan deze noden te voldoen o.a. door diversifiëring van het personeel, cultuursensitieve kennis. Bepaalde organisaties binnen de Gentse Regio bieden kennis en consult aan professionals o.a. IN-Gent. Bovendien zijn er organisaties die inwerken op het creëren van community gevoel en empowerment o.a. Merhaba, Çavaria.

Een goede samenwerking met zelfstandige praktijken en therapeuten werd opgebouwd vanuit de instellingen en wordt geregeld kwalitatief geëvalueerd en bijgestuurd. De regio wenst het huidige gedifferentieerd aanbod op vlak van therapie en diagnostiek van (nieuwe) solo en groepspraktijken verder te verkennen. Alsook is er de wens om een gezamenlijke lijst qua beschikbaarheid van psychologen en psychiaters in de regio op te stellen. Er worden voornamelijk moeilijkheden ondervonden bij de wachttijden van 2e lijns psychologen en van psychiaters. Ook met betrekking tot het gebruik maken van de advies- en consultijnen zowel om de eigen aanpak in een casus te ondersteunen, als deze informatie te ontsluiten voor studenten, liggen nog opportuniteiten.

Heel wat studenten met een psychische zorgnood ervaren geen nood aan begeleiding. De voornaamste redenen dat studenten niet in behandeling (willen) gaan zijn cognitieve barrières of attitudes. Heel wat studenten staan weinig positief tegenover 'open zijn' over hun problemen, zijn ervan overtuigd dat ze hun problemen 'zelf kunnen of moeten oplossen', praten er liever met vrienden en familie over, en/of herkennen niet dat ze kampen met een psychische moeilijkheid. Dit heeft tot gevolg dat de vraaggestuurde werking die stuvo's/studentenpsychologen hanteren deze studenten onvoldoende bereikt. Een opportuniteit hier is inzetten op het uitlokken van de vraag bij studenten en de afstand tussen student en stuvo's/studentenpsychologen waar mogelijk nog verkleinen. Concreet kan dit versterkt worden door hun werking bijvoorbeeld ook verder zichtbaarheid te geven in de eigen instellingen en in de regio.

Voorlichtingsprogramma's kunnen het bewustzijn vergroten over psychische problemen en het beschikbare hulpaanbod. Verder inzetten op het ontwikkelen van communicatiestrategieën, in co-creatie met studenten, kan hier een belangrijke bijdrage leveren, Student-ambassadeurs bijvoorbeeld, kunnen getuigen waar ze mee vast zaten en hoe ze ook door stuvo's/studentenpsychologen werden geholpen. Deze aanpak kan ook drempelverlagend werken t.a.v. studenten en ouders, waarbij de misvatting soms leeft dat stuvo's/studentenpsychologen voornamelijk inzetten op financiering en huisvesting. Een opportuniteit ligt om de co-creatie met studenten te versterken in alle aspecten van een geïntegreerd welzijnsbeleid (o.a. noden betreffende workshops). Grotere betrokkenheid en participatie van studenten(raden) lijkt een niet te missen opportuniteit.

De coronapandemie heeft de interne samenwerking binnen de hogescholen en universiteiten versterkt; zo werd er intenser samengewerkt met facultaire medewerkers, docenten, onderzoekers, onderwijsdiensten en studenten en werden specifieke werkgroepen welzijn opgericht. Men onderstreept hiermee het belang dat iedereen, zowel onderwijsmedewerkers, stuvomedewerkers/studentenpsychologen als studenten een rol kunnen spelen in het creëren van een positief, ondersteunend leef-, werk- en leeromgeving. De tendens naar het dienstoverschrijdend samenwerken is een opportuniteit die verder onder de loep genomen mag worden en verder uitgebreid kan worden. Dit gegeven zorgt er net voor dat studenten zich betrokken voelen, dat ze voelen dat er naar hen geluisterd wordt en dat het initiatief gedragenheid heeft. Verdere opportuniteiten liggen in het trainen en counsellen van medewerkers en studenten tot gatekeepers. Studenten geven aan kleine - voor hen betekenisvolle - duwtjes hard nodig te hebben.

Verder willen hogeronderwijsinstellingen ook inzetten op impactmeting van hun aangeboden acties om zodoende een beter zicht te krijgen op de noden en uitdagingen van studenten op vlak van welzijn. Impactmeting van de coronapandemie op de zorg binnen de diensten stuvo/studentenpsychologen gaf bijvoorbeeld reeds aan dat het aantal financiële ondersteuning naar studenten sterk is gestegen, en dat specifieke zorgvragen met betrekking tot ouder-kindrelaties, relationele problemen, zelfvertrouwen, misbruik, angst en eenzaamheid frequenter voorkomen. En dat dit nog een nasleep zal kennen. Zoals uit de analyse bleek zal het thema agressie en misbruik extra onder de loep genomen worden, gezien intrafamiliaal geweld als geweld onder studenten is toegenomen.

Peer to peer werkingen, peer support werkingen en andere preventieve acties zijn daarbij erg van belang. De aanpak van een gezamenlijke workshop tijdens de week van de veerkracht in oktober door de werkgroep Student in warme stad Gent is een mooie stap tot het mobiliseren van een brede range aan studenten. Studenten kunnen en willen veel voor elkaar betekenen. Vormingen van studenten voor studenten zou structureel ingebed kunnen worden in de werking van de stuvo's/studentenpsychologen (o.a. studenten maatschappelijk werk, orthopedagogie, orthopedagogiek en psychologie hebben veel kennis). Peer support bezit mede de opportuniteit om een community gevoel te creëren. De ambitie overkoepelend in te zetten op peer support is groot binnen de werkgroep Student in warme stad Gent. Door samen de thematieken open te trekken en samen een verhaal te schrijven mag duidelijk zijn dat meerdere studenten zich aangesproken zullen voelen. Verdere opportuniteit binnen dit thema is de andere steden binnen Oost-Vlaanderen ook mee betrekken in de uitrol t.a.v. studentenwelzijn. Stad Aalst, Dendermonde, Oudenaarde, Sint-Niklaas zijn betrokken partners en wensen mee te denken.

Naast delen van kennis en expertise rond studentenwelzijn binnen de Gentse hogeronderwijsinstellingen leeft ook de behoefte om eigen goede praktijken uit te dragen en zich te laten inspireren door krachtige voorbeelden van andere hogeronderwijsinstellingen. Deelname aan het Vlaanderenbrede SIHO Netwerk blijkt voor de medewerkers van de diverse instellingen uit de regio sterk verrijkend en wordt als een meerwaarde ervaren om regionaal mogelijke 'vertalingen' te overwegen en te installeren.

De actiepunten die de regio en SIHO de komende maanden zullen opvolgen zijn:

1. Communicatie van het aanbod verder kenbaar maken naar alle studenten

- Werken op 'afstand' tussen student en stuvo's/studentenpsychologen en de zichtbaarheid stuvo's/studentenpsychologen
- Optimaliseren van de eigen communicatiekanalen over de werking naar studenten en afstemmen op het centraal platform
- Ontsluiten van (minder gekend) informatief, preventief, curatief aanbod naar studenten

2. Uitbreiden van preventieve acties en samenwerkingen

- Stoepbabbels verdere uitrol Gent, en uitrol naar Aalst, Oudenaarde, Sint-Niklaas
- Gezamenlijke workshops: peer support, internationale studenten
- Samenwerkingen goede praktijken opzetten (preventieve hulpverlenerslandschap)

3. Versterken expertise delen en -bevorderen

- Intensifiëren van de werkgroep bijeenkomsten (maandelijks/driewekelijks)
- Team Student in Gent betrekken/verbinden met de werkgroep
- Studenten betrekken/verbinden met de werkgroep
- Deelname aan lerend netwerk SIHO

4. Optimaliseren, versterken en uitbreiding samenwerkingen met GGZ

- Opvolgen actuele wachtlijsten (CGG's, Tejo)
- Uitbreiden overzicht van externe therapeuten, psychiaters, artsen
- Verkennen samenwerkingen met de aanvullende opgelijste diensten uit de nulde en eerstelij

Omgevingsanalyse Vlaams-Brabant

1. Context Vlaams-Brabant

Vlaams-Brabant bestaat uit twee arrondissementen, Leuven en Halle-Vilvoorde.

Leuven is in deze provincie een bruisende studentenstad. Zowel studenten van de KU Leuven campus Leuven, UC Leuven, LUCA School of Arts campus Lemmens, Erasmushogeschool Brussel en Vrije Universiteit Brussel volgen les op diverse campussen in Leuven. UC Leuven heeft naast meerdere campussen in Leuven ook een campus in Diest. Sinds de overdracht van HBO5-of graduaatsopleidingen van de centra voor volwassenenonderwijs naar de hogescholen (2019) heeft ook Erasmushogeschool Brussel twee campussen in Vlaams-Brabant, met name in Heverlee (Leuven) en Diest. Ook de VUB biedt verkorte educatieve masteropleidingen aan in Leuven en Diest. KU Leuven heeft naast campussen in Leuven, ook campussen in Brussel, Antwerpen, Geel, Sint-Katelijne-Waver, Gent, Aalst, Kortrijk, Brugge en Diepenbeek. In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 55.315 inschrijvingen in Vlaams-Brabant (Tabel 1).

Academiejaar 2019-2020 Vlaams-Brabant	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
KU Leuven	23.810	21.539	37.409	7.940	45.349
UC Leuven	5.610	3.498	8.620	488	9.108
LUCA School of Arts	284	207	421	70	491
Erasmushogeschool	212	106	282	36	318
Vrije Universiteit Brussel	37	12	47	2	49
Totaal	29.953	25.362	46.779	8.536	55.315

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

De studentenvoorzieningen die gelijkwaardige toegang tot en de deelname van alle studenten aan het hoger onderwijs bevorderen, zetten in op zes werkvelden. Werkveld vier focust op de medisch en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de studentenvoorzieningen professionele ondersteuning en dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. De opvolging van studentenwelzijn betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen. Tijdens Corona zijn in verschillende onderwijsinstellingen specifieke werkgroepen rond welzijn ontstaan.

KU Leuven, LUCA School of Arts en UC Leuven maken deel uit van de Associatie KU Leuven, waarbij de studentenvoorzieningen specifieke samenwerkingsverbanden hebben uitgebouwd. Voor (een deel van) de werkvelden voeding, huisvesting, psycho-medische en sociaal-juridische diensten zijn er aparte samenwerkingsovereenkomsten afgesloten tussen de KU Leuven, UC Leuven, LUCA School of Arts campus Lemmens en Vlerick Business School. Waar studenten UC Leuven een beroep kunnen doen op de studentenvoorzieningen van KU Leuven voor medische, sociale, financiële en juridische ondersteuning, kunnen studenten van LUCA campus Lemmens voor alle dienstverlening terecht bij studentenvoorzieningen KU Leuven. Vrije Universiteit Brussel en Erasmushogeschool vormen samen de Universitaire Associatie Brussel (UAB). Ook zij hebben onderlinge samenwerkingen uitgebouwd.

KU Leuven campus Leuven, LUCA School of Arts, campus Lemmens en UC Leuven werken ook nauw samen met LOKO, de koepelorganisatie van alle Leuvense studenten. Ze vertegenwoordigen de belangen van de studenten, organiseren activiteiten, ondersteunen studentenverenigingen en bieden vorming en diensten aan. Dit ook op het domein van mentaal welbevinden.

Alle instellingen in Vlaams-Brabant participeren in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Alle instellingen participeren in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de hogeronderwijsinstellingen uit de provincie Vlaams-Brabant op vlak van studentenwelzijn, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief, en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid studentenwelzijn.

Informatie, vroegsignalering en awareness

Via diverse communicatiekanalen - zoals de website, intranet, Facebook, Instagram, nieuwsbrief, flyers en informatieschermen - bieden de verschillende instellingen informatie over psychische gezondheid en het ondersteuningsaanbod aan. De informatie is enerzijds preventief om studenten te informeren en te sensibiliseren, maar wil ook de weg naar de studentenvoorzieningen, opleidingen, het welzijns- en curatieve hulpaanbod faciliteren. De informatie is zowel in het Nederlands als het Engels beschikbaar.

Om tegemoet te komen aan de extra nood aan erkenning en informatie bij studenten in deze coronatijd hebben de instellingen hoger onderwijs nog extra ingezet op het gebruik van diverse communicatiekanalen en een actieve communicatie, naast de reeds bestaande infokanalen. Op deze manier blijft de laagdrempeligheid en bereikbaarheid, ook in coronatijden gegarandeerd.

Zo is de webpagina 'Thuis aan KU Leuven/At home at KU Leuven' en de daaraan gekoppelde campagne 'KU Leuven staat (anderhalve meter) achter jou' bijvoorbeeld ontstaan naar aanleiding van de coronacrisis. Samen met de website 'Mindmates' bieden deze websites alle essentiële info over leren en leven en psychische gezondheid. Er worden wekelijkse posts over actuele vragen/thema's gepubliceerd op de facebookpagina. KU Leuven- en LUCA-studenten kunnen tussen 15u en 17u 3x per week (en sinds kort elke werkdag) anoniem terecht op de chat met vragen, zorgen of twijfels.

Studenten van LUCA School of Arts, campus Lemmens kunnen op de website tutorials vinden met info over uitstelgedrag, omgaan met stress, angst en paniek en vinden verwijsgegevens terug indien studenten dringend hulp nodig hebben of bij wie ze terecht kunnen om hen de weg te wijzen naar verdere ondersteuning. Bij online zelfhulp verwijzen ze onder meer naar toolkits van Overkop (rond seksueel misbruik, faalangst, rouw en verdriet, holebi en transgender, pesten, zelfdoding...), het online leerprogramma Houvast rond seksueel geweld en andere online hulpprogramma's zoals depressiehulp, drug-, cannabis-, alcohol- en gokhulp.

Op vlak van awareness, vroegsignalering en vroegdetectie hebben de Leuvense hogeronderwijsinstellingen reeds een sterk uitgebouwd beleid. Via het eerstejaaronderzoek biedt KU Leuven bijvoorbeeld aan eerstejaarsstudenten een gratis preventief psycho-medisch consult aan waarbij er wordt stilgestaan bij zijn/haar gezondheid en algemeen welzijn, aansluitend bij een online bevraging over mentale gezondheid, levensstijl en leven. Op deze manier probeert men mogelijke emotionele problemen, zoals depressie en angst of problemen door drugs of alcohol te voorkomen of aan te pakken. Dit eerstejaaronderzoek loopt in

samenwerking met professor Bruffaerts (KU Leuven), waarbij het psychische welzijn via de Leuven College Survey - WHO World Mental Health - International College wordt gescreend. De bevraging vormt een belangrijke basis om evidence based te werken en het aanbod te baseren op verzamelde data. Studenten ontvangen een feedbackmail gericht naar het lokaal begeleidingsaanbod. Dit leidt tot een gelaagde preventieaanpak naargelang de aanwezigheid van emotionele problemen en de ernst van de situatie/ Daarnaast is er de bekendmaking van en participatie aan de vierjaarlijkse bevraging door VAD, het Vlaams Expertisecentrum voor alcohol en andere drugs.

De verschillende bevragingen, ook soms bv. bij specifieke opleidingen, vormen een belangrijke basis om evidence based te werken en het aanbod te baseren op verzamelde data. Naast deze kwantitatieve input wordt het aanbod ook afgestemd en bijgestuurd vanuit vragen van studenten zelf en de ervaringen van studentenbegeleiders en -psychologen (kwalitatieve input).

Via de verschillende preventieve initiatieven zetten de hogeronderwijsinstellingen in op het sensibiliseren, meer bespreekbaar maken van psychische problemen en doorbreken van taboes. Hierbij wordt er ingezet op de versterking van veerkracht en op het vergroten van awareness en vertrouwen in het durven spreken met elkaar over psychische moeilijkheden en zo de stap naar hulp laagdrempeliger te maken. De coronacrisis heeft de instellingen ertoe aangezet om de reeds ingeslagen weg verder te gaan en extra initiatieven te nemen.

Binding en verbinding

Verbondenheid is een belangrijke protectieve factor voor psychische gezondheid. Dit gaat over zich thuis kunnen voelen in de studentenstad, de onderwijsinstellingen en zich verbonden weten (sense of belonging) met medestudenten, de opleiding, de opleidingsdocenten. Zich thuis voelen, gezien weten, gehoord en erkend voelen heeft een impact op de persoonlijke ontwikkeling en het studiesucces.

Om de verbinding tussen studenten te ondersteunen en te bevorderen wordt er door de hogeronderwijsinstellingen van Vlaams-Brabant sterk ingezet op verbindende initiatieven via online communities, zoals samen studeren via discords, samen ontspannen (online sport, cultuur via lezen of film, activiteiten van kringen, initiatieven van faculteiten ...), via het delen van locaties of activiteiten voor ontspanning (Corona Connections), via groepschats 'Let's talk about mental health' of teams live 'Eerste hulp bij examenstress, via een buddy-systeem om afwezigheden op te vangen ...'.

Ook voor internationale studenten is er een ruim aanbod: het intercultureel ontmoetingscentrum Pangaea biedt allerlei activiteiten en workshops aan zodat ook internationale studenten met elkaar in verbinding blijven, zoals conversatiegroepen Engels of 'Language Walks', Coffee Breaks, online meditatie sessies, lezingen over België, wandelingen en bezoeken aan musea or Leuvense toeristische trekpleisters, ...

De hogeronderwijsinstellingen zetten ook reeds meerdere jaren sterk in op preventieve initiatieven via peer-to-peer werkingen. Deze werkingen dragen bij tot meer sociale cohesie en verbondenheid onder studenten, wat een belangrijke impact heeft op psychische gezondheid.

Bij deze verbindende initiatieven die de studentenvoorzieningen, ook in samenwerking met studentenwerkingen en -verenigingen organiseren, is er telkens extra aandacht voor kwetsbare studentengroepen zoals eerstejaarsstudenten, internationale studenten, studenten met een functiebeperking,

In de buddywerking van MindMates (voor KU Leuven- en LUCA-studenten) ondersteunen student-buddy's kwetsbare studenten die het niet makkelijk hebben om hun weg te vinden in het studentenleven. Zo wordt er een sociaal netwerk gecreëerd voor studenten die het moeilijker hebben. De student-buddy's krijgen hiervoor een basistraining en komen via intervisie geregeld samen met andere buddy's om ervaringen te delen en tips uit te wisselen. Het activiteitenteam van MindMates organiseert ook activiteiten om taboes te doorbreken rond psychisch welzijn en om verbondenheid te versterken.

Via de participatieprojecten en de peer support-projecten voor studenten met een functiebeperking wordt ook bij UC Leuven ingezet op verbondenheid, betrokkenheid en onderlinge steun onder studenten. Ook de recent erkende eerste Leuvense LGBTQIA+ -studentenvereniging 'Spectrum' is een voorbeeld hoe de studentenvoorzieningen initiatieven tot verbinding ondersteunen en zo verbondenheid onder studenten versterkt.

Voor internationale studenten heeft KU Leuven het Buddy Programme van Pangaea wat zorgt voor een interculturele wisselwerking tussen lokale en internationale studenten. De internationale buddy krijgt de kans de Belgische maatschappij van binnenuit te leren kennen en de lokale student krijgt de kans tot 'internationalisation at home'. Het Buddy Programme biedt ook zelf een aantal activiteiten aan, die het sociale netwerk van de studenten vergroten en hen tegelijkertijd vertrouwd maken met typische aspecten van het lokale leven.

Tijdens blok- en examenperiode - en nog meer tijdens de coronaperiode - worden er in Leuven in samenwerking met de stad en LOKO studieplekken voorzien op verschillende locaties en specifiek ook voor studenten in moeilijke omstandigheden.

De hogeronderwijsinstellingen stimuleren ook studenten tot het opnemen van een engagement als vrijwilliger, onder de vorm van een eenmalig of structureel vrijwilligerswerk of in het kader van een woonproject. Vrijwilligerswerk heeft naast het zinvol helpen van anderen namelijk ook voor de vrijwilliger zelf een positief effect op zijn of haar levenskwaliteit. Uit studies blijkt dat vrijwilligerswerk kan leiden tot een verhoogd gevoel van zelfvertrouwen, bekwaamheid en ook sociale integratie, dus een positieve impact op psychische gezondheid. Op de webpagina 'KU Leuven Engage' vinden studenten bijvoorbeeld heel wat informatie terug over mogelijke engagementen. Ook in coronatijden werd het belang van community engagement geaccentueerd.

Naast de onderlinge verbondenheid tussen studenten, en dus de sociale integratie tijdens de studententijd, is er ook de academische integratie: het zich identificeren met zijn/haar studie, goede contacten met docenten en het kennen van mogelijke hulpbronnen die aangeboden worden vanuit de hoger onderwijsinstelling. De hogescholen zetten via het begeleidingscontinuum sterk in op die verbondenheid, door aan elke student een studentencoach en trajectcoach te koppelen. Elke coach heeft een duidelijke begeleidingsrol om samen een veilige, stimulerende, autonomieversterkende en ondersteunende leeromgeving te creëren.

Psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops

Hogeronderwijsinstellingen uit Vlaams-Brabant bieden een zeer ruim aanbod aan psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops over gezondheidsvoorlichting en psychische gezondheid. De sessies en trainingen worden afgestemd op de behoeften en de vraag van studenten en zoveel mogelijk ook in samenspraak of samen met studenten en studentenverenigingen. Dit groepsaanbod situeert zich zowel op preventief als curatief vlak en betreffen topics als veerkrachttraining, mindfulness, stressbeheersing, perfectionisme, anders omgaan met piekeren / gedachten, sociale vaardigheden, faalangsttraining, grensoverschrijdend gedrag en sexting, verslaving, 'het lichaam spreekt', zelfbeeld, zelfzorg (eat, sleep, move, repeat), Q&A rond Soa's, eerste hulp bij psychische klachten van medestudenten, ...

Preventieve workshops zijn meestal kosteloos voor studenten, andere, meer curatieve workshops of groepstrainingen worden aangeboden aan een lage kostprijs.

Er is ook een groepsaanbod dat zich richt op specifieke doelgroepen of specifieke thema's. Zo is er bijvoorbeeld Car4U2 voor hulpverleners in opleiding (studenten geneeskunde, kinesitherapie, logopedie, pedagogiek of psychologie) die tijdens hun stage of assistentschap zichzelf tegenkomen en daar last van hebben. Er worden ontmoetingsmomenten georganiseerd voor studenten uit specifieke doelgroepen, zoals studenten met dyslexie, ASS of ADHD of infosessies 'studeren met dyslexie' of groepstherapie voor studenten met ADHD en problemen in planning, organisatie en timemanagement (KU Leuven). De Start 2 Sleep- training (KU Leuven) of de workshop 'Beter slapen kan je leren' (UC Leuven) is er voor studenten met slaapproblemen. Ook voor studenten met eetproblemen en (faal)angstklachten is er een aanbod aan trainingen of workshops. Rond rouw en verlies kunnen studenten terecht bij de Universitaire Parochie (UP) die rouwsessies aanbiedt (specifieke lotgenotengroep voor jongeren in rouw) en aanspreekpunt zijn voor individuele gesprekken rond existentiële thema's. Tijdens de coronaperiode werden wandelingen in kleine groepjes en één op één aangeboden.

MindMates KU Leuven organiseert sinds kort op regelmatige basis ook online praatcafés waar studenten samenkomen om te praten over hoe het met hen gaat. Deze groepen worden geleid door een student-vrijwilliger en een medewerker van Mindmates.

Deze infosessies, workshops en trainingen worden meestal gegeven door studentenbegeleiders en studentenpsychologen. Soms worden hierbij ook studenten bij ingeschakeld, soms ook samen met externe organisaties (zoals Logo Oost-Brabant, Arktos en Sensoa bv.).

Sinds het academiejaar 2019-2020 werd het Engelstalige groepsaanbod voor internationale studenten van de KU Leuven uitgebreid zodat meer studenten deze kunnen volgen, o.a. met sessies over slaap, mindfulness, breaking bad habits, viewpoint (onder andere over culturele verschillen) en 'dealing with fear and avoidance'.

Ook op vlak van studiebegeleiding is er extra aandacht en een ruim groepsaanbod. Naast de goed uitgewerkte visies op studiebegeleiding en het blijvend streven naar een kwaliteitsvol en afgestemd aanbod voor studenten is er in coronatijd extra gefocust op de uitdagingen van het online studeren, dit zowel in de opleidingen zelf als bij de algemene studentenbegeleidingsdiensten. Daarbij wordt rekening gehouden tussen 'leven' / psychisch welzijn en leren zodat er een ondersteunend leerklimaat kan gecreëerd worden. Dit staat ook centraal in de visie en het beleidsplan van UC Leuven als een Living Campus, een stimulerende en inspirerende omgeving die voor iedereen toegankelijk is en waar verbondenheid en participatie belangrijk zijn.

Voor het initiatief Study Buddy (KU Leuven) wordt ook peer-to-peer support ingezet binnen het domein studiebegeleiding waarbij buddy's op een laagdrempelige manier en in het kader van hun diversiteitsstage een vijftal coachingsessies per semester geven aan een kleine groep studenten over studiegerelateerde thema's, naast samen studeersessies.

UC Leuven en LUCA campus Lemmens bieden vanuit hun 'begeleidingscontinuum' aan elke student coaching op verschillende vlakken, zoals taal, studiemethode en advies over studietraject en het individueel studieprogramma. Indien er nog extra, gerichte begeleiding nodig is, kan een studentenpsycholoog of maatschappelijk assistent ingeschakeld worden. UC Leuven centraliseert informatie in het studentvolgsysteem.

Onderwijsinstellingen zetten ook in op de uitbouw van een e-health aanbod waarbij studenten via digitale trajectbegeleiding aan (al dan niet studiegerelateerde) psychologische problemen kunnen werken. Zo kunnen studenten aan de KU Leuven met de tool 'Studeren zonder Blokkeren' aan de slag. Deze tool focust op faalangst, onzekerheid en uitstelgedrag en is zowel beschikbaar in het Nederlands als Engels. UCLL-studenten kunnen vanaf academiejaar 2021-2022 via het e-health programma MIRRO online-modules volgen rond uiteenlopende thema's zoals sociale angst, conflicthantering, ..., en dit ook in beide talen. Naast het aanbieden van concrete tools worden studenten ook verwezen naar online zelfhulp-websites via de infokanalen.

Individuele psychosociale begeleiding en verwijzing

Voor studenten met emotionele problemen bieden de hogeronderwijsinstellingen laagdrempelige individuele psychosociale en psychologische ondersteuning, onder meer via studentenbegeleiders, studentenpsychologen of externe hulpverleners. Daarnaast betekenen de initiatieven vanuit het generieke aanbod op vlak van verbondenheid, sociale cohesie en sense of belonging een belangrijke en aanvullende ondersteuning in het traject voor studenten met emotionele moeilijkheden.

Studenten UC Leuven met sociaal-emotionele problemen kunnen terecht bij medewerkers van de studentendiensten die een deskundige analyse bieden en een eventuele doorverwijzing of rechtstreeks bij externe psychologen, met wie de hogeschool een samenwerking heeft. Sinds 2019 is er ook een aanbod op drie campussen zelf. Studenten kunnen hierbij rekenen op een financiële tussenkomst voor 12 sessies aan een verlaagd tarief, en indien nodig aan een eventueel sociaal tarief. In deze samenwerking met deze externe zelfstandig gevestigde psychologen worden er duidelijke kwaliteitscriteria vooropgesteld en gebeurt er telkens ook een tevredenheidsbevraging. Om een goede (vlot en accuraat) overstap naar gespecialiseerde externe begeleiding buiten de hogeschool te realiseren, heeft de hogeschool een gediversifieerd netwerk van externe begeleiders, zorg- en hulpverleners of andere professionals uitgebouwd. Naast individuele ondersteuning met professionelen kunnen studenten ook beroep doen op online-hulpmodules via Mirro, depressiehulp en cannabis-, alcohol-, drug- en gokhulp.

Voor één-op-één-gesprekken (online of fysiek) kunnen studenten van de KU Leuven, campus Leuven en van LUCA campus Lemmens terecht op de faculteiten en bij Studentenvoorzieningen waar medewerkers luisteren, meedenken en helpen om de moeilijkheden stapsgewijs aan te pakken. Ook via chat staat het multidisciplinair team klaar. Dit aanbod staat open voor alle studenten, dus ook in het Engels voor internationale studenten.

Het aanbod van psychologische en psychiatrische ondersteuning bij het studentengezondheidscentrum is kortdurend en bestaat uit maximum 16 aantal sessies aan een verlaagd tarief. Er wordt extern doorverwezen naar groepspraktijken bij capaciteitsproblemen, bij doctoraatstudenten, manama-studenten en 2e initiële masterstudenten en wanneer er nood is aan een gespecialiseerde of langdurige behandeling. Sinds het academiejaar 2019-2020 werden de aanmeldingsgesprekken naar maximum vijf gesprekken uitgebreid, omdat men ervoor vast stelde dat het voor studenten die na één aanmeldingsgesprek doorverwezen werden naar het groepsaanbod vaak te snel verliep met drop-out tot gevolg. Door deze bredere uitklaring is er meer tijd om samen uit te zoeken waar de student mee zit en wat hij of zij nodig heeft.

Sinds corona werd het psychotherapeutische groepsaanbod op campus Leuven - KU Leuven via maandelijkse instapmomenten toegankelijker. Verder is het Studentengezondheidscentrum KU Leuven gestart met het uitwerken en uitbouwen van een netwerkstructuur waarbij ze een globaal samenwerkingsmodel voor preventieve en curatieve gezondheidszorg voor studerende jongvolwassenen beogen.

Studenten KU Leuven Campus Leuven en groep T en LUCA School of Arts Campus Lemmens kunnen terecht bij het Studentengezondheidscentrum voor medische begeleiding door een studentenarts. Ook internationale studenten kunnen hier terecht voor een medische consultatie. Voor alle eerstejaarsstudenten wordt er een gratis preventief psycho-medisch consult aangeboden. Eerstejaarsstudenten, ook van UC Leuven, worden daarnaast ook uitgenodigd om deel te nemen aan een grootschalige bevraging over mentale gezondheid, levensstijl en leven.

Crisishulp - Vertrouwenspersoon grensoverschrijdend gedrag

De hogeronderwijsinstellingen bieden bij crisissituaties, schokkende gebeurtenissen, en grensoverschrijdend gedrag ondersteuning aan studenten en opleidingen aan de hand van goed uitgewerkte procedures. De instellingen hebben een vertrouwenspersoon die als een laagdrempelig aanspreekpunt fungeert waar studenten (anoniem) gratis advies, informatie en opvolging kunnen krijgen. Een student kan er terecht als hij of zij zich zorgen maakt over zijn/haar eigen of iemand anders welzijn, als hij/zij wordt gepest (fysiek of mentaal), in aanraking komt met ongewenst seksueel gedrag, als hij/zij mentaal of fysiek wordt lastig gevallen, bedreigd of gestalkt, maar ook als een student zich afvraagt of hij/zij grensoverschrijdend gedrag heeft gesteld en hoe hij/zij ermee om kan gaan. Zowel als slachtoffer, als omstander en ook als persoon die bijdraagt tot ongewenst grensoverschrijdend gedrag kan je terecht bij een vertrouwenspersoon.

Studenten UC Leuven kunnen hiervoor terecht bij een specifiek meldpunt grensoverschrijdend gedrag, waarbij ook via digitale weg een melding kan gebeuren. Studenten aan KU Leuven en LUCA Campus Lemmens contacteren hiervoor de vertrouwenspersonen die verbonden zijn aan het Studentengezondheidscentrum. Indien nodig, gebeurt dit in nauwe samenwerking met de studenteninspecteurs van politie Leuven.

Professionalisering van medewerkers en studenten, gatekeepers

De hogeronderwijsinstellingen zetten ook sterk in op professionalisering van alle betrokkenen in het hoger onderwijs. Corona heeft de interne samenwerking binnen de hogescholen en universiteiten versterkt; zo werd er intenser samengewerkt met facultaire medewerkers, docenten, onderzoekers, onderwijsdiensten en studenten. Men onderstreept hiermee het belang dat iedereen, zowel onderwijsmedewerkers, medewerkers van studentenvoorzieningen als studenten een rol kan spelen in het creëren van een positief, ondersteunend leef-, werk- en leeromgeving.

KU Leuven campus Leuven en LUCA School of Arts, campus Lemmens bieden een Gatekeeperstraining voor personeelsleden en kringverantwoordelijken. Deze training staat open voor alle personeelsleden en vrijwilligers @KU Leuven omdat zij worden beschouwd als gatekeepers doordat ze vanuit hun functie of engagement regelmatig in contact komen met studenten (studieloopbaanbegeleiders, ombudsen, residenten, vrijwilligers van studentenkringen, onthaalmedewerkers). De training focust op thema's als gespreksvaardigheden, psychiatrische ziektebeelden, slecht nieuws gesprekken, ...

UC Leuven biedt vormingen aan voor alle personeelsleden over verschillende thema's: workshop 'eerste hulp bij psychische klachten van studenten, basis- en vervolgopleiding rond suïcidepreventie, i.s.m. CGG Passant, vorming over psychose i.s.m. UPC Kortenberg en een vorming over gamen.

3. Regionale aanbod - sociale kaart

Dit hoofdstuk rapporteert over de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in de provincie Vlaams-Brabant. Voor de onderwijsinstellingen werd een uitgebreide sociale kaart met fiches van diensten uit de diverse lijnen opgesteld. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese gemaakt van de toegankelijkheid van de zorg, de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten, de coördinatie van het systeem.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldelijn

De diensten en structuren die tot de nuldelijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

In Vlaams-Brabant zijn er heel wat nuldelijns organisaties actief. Er zijn de Vlaanderenbrede organisaties die laagdrempelige informatie, hulp en advies aanbieden zoals de Zelfmoordlijn, Iedereen OK, 1712, WATWAT, Overkop, CM Teleblok, Awel, Tele Onthaal, de hulplijnen van Similes en Uilenspiegel, de druglijn, Lumi, Transgender Infopunt, Stop it Now en Stop Geweld en Nupraatikerover, Eetexpert, ... Via verschillende kanalen zoals op de websites, via chat en mail en telefonische bereikbaarheid bieden zij een laagdrempelige, vaak anonieme hulp.

Daarnaast zijn er de regionale of meer doelgroepgerichte werkingen van zelfhulporganisaties of -verenigingen als Uilenspiegel, Similes, AN-BN-vereniging, Missing You, Lumi, Anaktisi, IM Landelijk, Zo Jong!, Verwonderd, &Of (Wel Jong Niet Hetero), ...

In Vlaams-Brabant zijn er 2 **herstelacademies**: Herstelacademie SaVHA Halle-Vilvoorde, Herstelacademie Diletti Oost-Brabant (met concrete werkingen in Diest, Leuven en Tienen). Herstelacademies bieden een laagdrempelig en preventief vormingsaanbod rond diverse thema's die te maken hebben met psychische gezondheid, waarbij ervaringsdeskundigen betrokken zijn (peer support). De herstelacademies zijn ontstaan vanuit GGZ-netwerken. De cursussen richten zich in de eerste plaats naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maar ook betrokkenen uit de omgeving en (toekomstige) hulpverleners kunnen aan de cursussen deelnemen. Binnen de academies in de provincie Vlaams-Brabant zijn er geen wachtlijsten. Zij hebben reeds goede ervaringen met de doelgroep van studenten. Zij ervaren dat studenten contact met lotgenoten en ervaringsdeskundigen een meerwaarde vinden en willen graag een specifiek aanbod uitwerken naar studenten toe.

Er zijn heel wat wat **lotgenotenverenigingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Hun hoofddoel is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten zijn voor studenten een meerwaarde gezien ze ontmoetingskansen bieden met lotgenoten en laagdrempelig inzetten op ervaringsdeskundigheid en herstel.¹⁹ Zelfhulporganisaties als Similes, AN-BN en Missing You geven aan dat het belangrijk is dat studenten weten van hun bestaan en dat er voldoende aan hen gedacht wordt om naar hen door te verwijzen of dat er samenwerking kan zijn rond bijvoorbeeld het brengen van getuigenissen op regelmatige basis. Similes Oost-Brabant bereikt momenteel

¹⁹ Het SIHO maakte voor de regio een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

de groep van jongvolwassenen minder, wel in de KOPP-werking. Bij AN-BN en Missing you kloppen studenten geregeld aan. De AN-BN-vereniging die zich richt op mensen die vragen hebben of kampen met eetproblemen, kent sinds de corona een sterke toename van jongvolwassenen die in het Leuvense inloophuis langskomen.

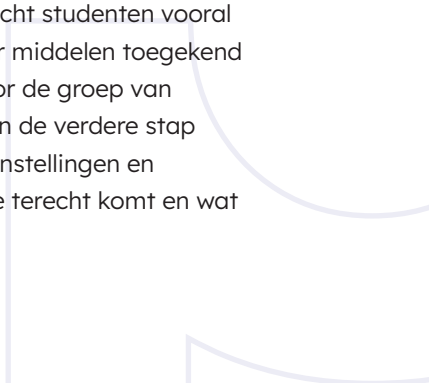
Op vlak van **vrijwilligersengagement** zijn er Initiatieven zoals Giveaday, Youlcee, Koalect, De Vooruitdaging en Samenlevingsdienst waarbij studenten gestimuleerd worden tot het opnemen van een engagement als vrijwilliger, onder de vorm van een challenge, een eenmalig of structureel vrijwilligerswerk of in het kader van een woonproject.

Stad Leuven heeft in het kader van awareness en het toeleiden naar de juiste psychologische hulp in juni 2021 een communicatiecampagne gelanceerd rond mentaal welzijn, met onder meer postkaartjes 'Hoe is 't nu echt?' en ondermeer ook een video getuigenis van een student.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als 'poortwachter van de gezondheidszorg'. De eerstelijnszorg omvat diensten waar studenten op een laagdrempelige manier ambulant bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende interventies aan. Cliënten kunnen zich melden zonder tussenkomst van een andere hulpverlener. De hulpverlening is kortdurend. Indien nodig brengen ze de student in contact met een meer gespecialiseerde hulpverlener of dienst.

Op de eerste lijn in Vlaams-Brabant is er naast het aanbod van de studentenvoorzieningen in de eerste lijn, in de provincie een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties (JAC, CAW, TEJO, Overkop) die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk.

In Vlaams-Brabant zijn er twee grote **Centra Algemeen Welzijnswerk (CAW)** actief, met name CAW Oost-Brabant en CAW Halle-Vilvoorde. Bij het CAW kan een student op een laagdrempelige manier en gratis terecht voor informatie, advies en korte hulp bij verschillende welzijnsvragen, op financieel, relationeel, administratief, juridisch en persoonlijk vlak. Het **JAC** is het Jongeren Aanbod van het CAW dat zich richt tot jongeren tussen 12 en 25 jaar. Daarnaast biedt het CAW ook slachtofferhulp, juridische ondersteuning, ondersteuning bij woonproblemen, crisishulp en begeleiding bij administratieve en financiële problemen. Studenten kunnen terecht op verschillende locaties: in Leuven, Aarschot, Diest, Tienen en Tervuren (Oost-Brabant) en in Asse, Dilbeek, Halle, Merchtem, Sint-Pieters-Leeuw en Vilvoorde (Halle-Vilvoorde). In Leuven is er specifiek voor jongvolwassenen het jongerenopvangcentrum Halte 51 waar jongeren tijdelijk opgevangen kunnen worden, die in een moeilijke situatie zijn terechtgekomen en een geen thuis of onderdak hebben. In de verschillende JAC-werkingen merkt men een toename van het aantal vragen vanuit jongvolwassenen. Bij het JAC Halle-Vilvoorde werden er het voorbije jaar 1755 jongeren (tussen 18 en 25 jaar) begeleid (specifieke cijfers aantal studenten: nog door te krijgen). JAC Leuven tracht studenten vooral door te verwijzen naar de studentenvoorzieningen, temeer omdat zij sinds 2020 minder middelen toegekend hebben gekregen, hierdoor minder JAC-medewerkers hebben en er zeker willen zijn voor de groep van -18jarigen. De medewerkers van JAC Leuven proberen studenten wel te ondersteunen in de verdere stap naar hulp door hen informatie te geven omtrent het aanbod vanuit de hogeronderwijsinstellingen en bezorgdheden te bespreken, als bv. studenten zich de vraag stellen 'waar de informatie terecht komt en wat er mee gebeurt?'.


Er is slechts 1 **Tejohuis** in de provincie dat zich bevindt in Leuven. Een Tejohuis biedt anonieme, laagdrempelige therapeutische begeleiding aan jongeren tussen 10 en 20 jaar. Men wil daarmee vooral inzetten op vroeginterventie en ook op preventie door mentale kwetsbaarheid meer bespreekbaar te maken en de drempel naar hulpverlening te verlagen. Jongeren die zich aanmelden krijgen onmiddellijk of binnen korte termijn een eerste afspraak. Het is afhankelijk van de vaardigheden van de vrijwilliger of de jongere (en eventueel zijn ouders) kan geholpen worden in het Frans, Engels of een andere taal. Het aantal studenten hoger onderwijs die bij Tejo Leuven worden aangemeld is redelijk groot : 25% van het totaal aantal jongeren (cijfers 2019) die bij hen aankloppen. Studenten ouder dan 20 jaar kunnen hier echter niet terecht.

In de regio is er momenteel één **OverKop huis**, met name in Tienen. Er zullen dit jaar nog twee nieuwe huizen opgestart worden in Halle-Vilvoorde. Hoewel OverKop in Tienen soms ook jongeren uit het Leuvense tot bij hen krijgen, bereiken ze momenteel weinig studenten, maar willen deze groep meer bereiken. Dit jaar komen er ook OverKop-huis in Vilvoorde.

Enkele eerstelijnsorganisaties richten zich op vragen of moeilijkheden die te maken hebben met specifieke thema's. Zo biedt **Fara** gratis eerstelijns hulp (zowel via face-to-face en online-gesprekken als via chat en social media en ook lotgenotencontact) aan bij zwangerschapskeuzes. Dit kan gaan over vragen of bezorgdheden rond ongeplande zwangerschap, jong ouderschap en abortusverwerking. Bij de **Medisch Sociale Opvangcentra (MSOC)** Vlaams-Brabant kunnen jongeren en volwassenen gratis terecht met vragen over of moeilijkheden met illegale drugs. In Vlaams-Brabant wordt dit op 4 plaatsen aangeboden, met name in Leuven, Diest, Tienen en Vilvoorde. Hun aanbod bestaat uit psychosociale en medische begeleiding en indien nodig, ook een psychiatrisch consult.

Rond seksueel grensoverschrijdend gedrag bieden **I.T.E.R** en de **zorgcentra na seksueel geweld** (zie ook bij 2e-lijn) een laagdrempelig hulpaanbod aan rond seksueel grensoverschrijdend gedrag voor daders respectievelijk slachtoffers van seksueel geweld.

Sinds april 2019 kunnen volwassenen, en dus ook studenten, met psychische problemen zoals angststoornissen, depressie of alcoholproblemen een terugbetaling krijgen van een kortlopend psychologisch consult bij een klinisch psycholoog of orthopedagoog (= **eerstelijnspsychologisch aanbod**). Hiermee wordt de drempel naar psychologische zorg aanzienlijk verlaagd en wordt ingezet op preventieve zorg. Een doorverwijzing via de huisarts is echter wel noodzakelijk. Het huidige eerstelijnspsychologisch aanbod in de regio Halle-Vilvoorde wordt momenteel onderbenut en is zeker ook toegankelijk voor studenten. Vanaf september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het netwerk "kinderen en adolescenten" (tot en met 23 jaar) en het netwerk "volwassenen" (vanaf 15 jaar). Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepsessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepsessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Deze sessies of behandelingen zullen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben.

De **1gezin-1plan-werkingen** zijn vrij recent opgestarte projecten die dit jaar verder uitgebreid worden over de gehele provincie, in afstemming met de eerstelijnszones. De huidige pioniersprojecten zijn Jeugdhulp Hageland (dat zal uitgebreid worden naar 1gezin-1plan Oost-Brabant) en 1gezin-1plan Asse-Meise-Vilvoorde. De focus wordt gelegd op (de ondersteuning van) het gezin. Daarnaast is er ook een eerstelijnspsychologisch aanbod (kortdurend). De werking van 1gezin-1plan Oost-Brabant staat open voor studenten onder de 25 jaar. Voor de gezinscoaching is het belangrijk dat de student effectief bij het gezin verblijft.

Het **Supportteam GGZ Tienen - Leuven** biedt een kort begeleidingstraject op vlak van inschatting en oriëntatie van psychische problemen (ook naar diagnostiek toe). Zij bereiken veel jongvolwassenen en studenten (geen expliciet onderscheid te maken). Sinds kort stellen zij hun aanbod ook open voor anderstalige en internationale studenten, maar dit zijn vaak jongvolwassenen met een zeer beperkt netwerk en die zij moeilijk doorverwezen krijgen. De groep van studenten of jongvolwassenen die niet over de financiële middelen beschikken om beroep te doen op hun dienst (werken aan zelfstandigentarief) bereiken zij vermoedelijk momenteel niet. Een ander ervaren knelpunt bij deze groep van jongvolwassenen in het algemeen betreft het delen van informatie : doordat er geen gedeelde zorgdossiers zijn, gaat er soms heel wat info verloren of beschikken jongeren over onvoldoende handvatten om de verzamelde informatie mee te nemen in vervoltrajecten. Het is een uitdaging om een verslag zodanig op te maken dat het in een heldere en duidelijker taal geschreven is en gemakkelijk kan overgebracht worden. Het is voor jongvolwassenen niet altijd gemakkelijk om een gemaakt plan vast te houden en optimaal gebruik te maken van verzamelde informatie. Een soort casemanager die het samen met hen mee helpt vast houden zou hierin helpend zijn. Buiten het supportteam kan een student voor indicatiestelling of advies over het zorgtraject ook doorverwezen worden door een huisarts of andere eerstelijnsactoren voor een **éénmalig psychiatrisch consult** of vrije raadpleging (te Kortenberg, Leuven, Tienen, Bierbeek, Diest) of voor **multidisciplinaire adviesraadpleging** (Diest) of voor advies, inschatting, psychodiagnostiek en toeleiding naar een passend hulpaanbod bij **Yuneco Connect** Leuven/Hageland (voor jongeren van 14 - 23 jaar).

Organisaties als **Eigen Kracht Centrale, Lus vzw, 1gezin-1plan- Oost-Brabant, JAC Oost-Brabant** en **Re-Member/Open Hart Cirkels** onderstrepen het belang van voldoende aandacht voor en de kracht van het netwerk van studenten en het inzetten op verbinding en dialoog. Dit zijn hoofdzakelijk organisaties die zich situeren binnen jeugdhulp maar die gezien de recente aanpassing van de leeftijdsbepaling in jeugdhulp een mogelijks aanbod kunnen bieden naar jongvolwassenen tot 25 jaar. Deze organisaties willen zeker verder in gesprek gaan om een aanbod naar studenten toe te bieden. Het inzetten op netwerken en dus betrekken van ouders en andere steunfiguren (kotgenoten bv) uit de context van de student kan een belangrijke hefboom zijn op vlak van studentenwelzijn.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweede lijn

De tweede lijn betreft ambulante en professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in een bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijn vallen centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra, psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen en mobiele teams.

De tweedelijnsdiensten richten zich op personen met ernstige psychologische of psychiatrische problemen en bieden een meer gespecialiseerde, vaak multidisciplinaire hulpverlening aan, en dit na doorverwijzing door een huisarts of andere hulpverlener.

In de regio Vlaams-Brabant zijn er drie **Centra Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)**: CGG VBO (Vlaams Brabant Oost), CGG Passant en CGG Ahasverus, met elk meerdere vestigingsplaatsen : Leuven, Aarschot, Tienen, Diest en Sterrebeek (CGG VBO), Dilbeek, Halle, Haacht en Leuven (CGG Passant) en Asse, Halle, Grimbergen en Vilvoorde (CGG Ahasverus). CGG's bieden ambulante psychotherapeutische, eventueel

in combinatie met medisch-psychiatrische hulp aan, individueel of in groep. Men kan er enkel terecht op afspraak en meestal op verwijzing van een huisarts of andere hulpverlener. CGG Passant is recent gestart met een specifiek transitieteam voor de groep jongvolwassenen, de andere CGG's hebben geen aparte jongvolwassenen-werking. Men voorziet wel een specifiek aanbod zoals een groepsaanbod voor jongvolwassenen (CGG-VBO) of men overweegt een mogelijks aanbod tijdens de wachtperiode aan te bieden (CGG Ahasverus).

Enkel studenten die woonachtig zijn (gedomicilieerd) in Vlaams-Brabant kunnen bij de CGG's terecht. Studenten van UC Leuven, Campus Diest kunnen wel voor individuele begeleiding terecht bij de afdeling CGG-VBO in Diest vanuit een structurele samenwerking tussen UCLL en CGG-VBO.

Wegens het grote aantal aanmeldingen is er een lange wachttijd voor individuele behandelingen die varieert van 3 maanden tot een jaar (CGG VBO), minder dan een half jaar (CGG Passant Halle) en van 1 tot 2 jaar (CGG Passant Leuven). Studenten die willen ingaan op een groepsaanbod moeten minder lang wachten in vergelijking met de opstart van een individueel behandelingstraject. Bij CGG Passant wordt er binnen de maand een intakegesprek ingepland waarbij na bespreking op de teamvergaderingen een advies wordt geformuleerd (wachtlIJst, doorverwijzing, voorrang, ...)

Studenten die slachtoffer werden van seksueel geweld kunnen momenteel terecht in het Zorgcentrum in Brussel. De **Zorgcentra na Seksueel Geweld** bieden slachtoffers van recent seksueel geweld alle mogelijke bijstand op één locatie: medische en psychische zorg, een forensisch onderzoek en indien gewenst, hulp bij de aangifte en opvolging. Een extra Zorgcentrum voor Seksueel Geweld zal opgestart worden in Leuven.

Nieuwe innovatieve woon-initiatieven zoals Kotlab in Leuven en Tienen, Werf 3 in Vilvoorde, De Klinke+ in Heverlee, het Brughuis te Leuven en de heropstart van Halte 51 in Leuven (CAW) richten zich allen tot de transitie-leeftijdsgroep van jongeren tussen 18 en 25 jaar, die in een moeilijke situatie zijn terechtgekomen en geen thuis of onderdak hebben. Een kleine minderheid van deze kwetsbare jongeren zijn ook studenten. Voor deze kwetsbare groep van studenten en hun begeleiders is het belangrijk dat zij op de hoogte zijn van het aanbod vanuit hogeronderwijsinstellingen en dat er, indien nodig en mogelijk, kan ingezet worden op een goede samenwerking.

Voor mensen met een langdurige psychiatrische kwetsbaarheid of specifieke problematiek zijn er de **Mobiele teams** en de **initiatieven voor Beschut wonen (IBW)**. Mobiele teams bieden intensieve begeleiding en/of behandeling in de eigen thuisomgeving. Indien thuis wonen niet mogelijk is, wordt er begeleiding op verschillende levensdomeinen voorzien in een vervangende woonvorm of beschut wonen. Er zijn verschillende mobiele teams actief in de regio. VRINT, het vroege interventieteam biedt advies en outreachende zorg aan jongeren (15-18 jaar) en jongvolwassenen (18-35 jaar) met een psychosegevoeligheid. Het mobiel team Onderweg maakt deel uit van het Dialectisch Gedragstherapeutisch Centrum De Weg en biedt thuiszorg aan volwassenen (18-65 jaar) met een borderline persoonlijkheidsstoornis. Het gaat om een voorbereidend traject van 6 maanden waarbij toegeleid wordt naar De Weg. De andere mobiele teams zijn het Mobiel Team Leuven- Tervuren (De Hulster), het Mobiel Team Oude Baan (Zorggroep Sint-Kamillus), het mobiel team SPPiT (Halle-Vilvoorde), Psychiatrische ondersteuning in de thuiszorg Pastya, het mobiel team Hestia (Tienen), het mobiel team Fides (Aarschot-Begijnendijk) en het Mobiel team Sint-Annendael (Diest).

De **psychosociale revalidatiecentra** hebben als taak om aan cliënten met psychische, psychiatrische en/of psychosociale problematiek(en) een ambulante en/of (semi)residentieel revalidatieprogramma van beperkte duur aan te bieden. In Vlaams-Brabant zijn er Perron 70 (Asse, regio Halle-Vilvoorde), Centrum voor Gedragsstoornissen bij Autisme en Zware Zorgbehoefendheid / GAUZZ (tot 25 jaar, Kortenberg) en Sonar (Heverlee, regio Leuven-Tervuren).

Naast de gesubsidieerde zorgorganisaties doen studenten ook beroep op zelfstandig gevestigde **psychiaters, klinisch psychologen en orthopedagogen of psychotherapeuten** die al of niet werkzaam zijn in een ambulante privé- of ziekenhuispraktijk. Op deze lijn - en extra aangemoedigd door corona - ontstaan er ook meer en meer initiatieven die **online psychologische hulpverlening** aanbieden, zoals Bloomup en de Flowfabriek. Konnektit biedt via 'ik zoek hulp' een wegwijzer aan naar een geschikte hulpverlener.

Voor **dringende hulp** kunnen studenten terecht bij die diensten die ook buiten de normale werkuren hulp verlenen. Hieronder vallen de algemene spoedgevallendienst, de telefonische hulplijnen met een 24uur dienstverlening, de PAAZ-afdelingen (psychiatrische afdelingen van algemene ziekenhuizen), de eenheden voor Psychiatrische Spoed Interventie (EPSI), het crisisinterventiecentrum (CIC UZ Leuven) en de mobiele crisisteams.

Bij de **mobiele crisisteams**, waarvan er drie in de regio werkzaam zijn (team Pharos Jette en Asse, team Leuven-Aarschot-Diest en Tervuren en team Tienen) kunnen studenten 24u op 24u en 7 dagen op 7 voor intensieve kortdurende begeleiding in de thuissituatie en/of via raadpleging bij acute psychische en/of emotionele crisis. Bij het mobiel crisisteam Leuven-Aarschot-Diest-Tervuren worden er de laatste jaren meer en meer jonge mensen aangemeld krijgen. Dit was al voor corona een trend. Doordat de crisisdiensten voor -18-jarigen momenteel overvraagd zijn, stuurt Yuneco geregeld ook -18-jarigen naar het volwassenencrisisteam door. In principe zijn aanvragen sowieso vanaf 16 jaar mogelijk bij het crisisteam. Zij ervaren geen nood aan een structurele samenwerking met hogeronderwijsinstellingen omdat ze sowieso met heel veel verschillende diensten samenwerken. Wel hebben ze nood aan een duidelijk overzicht van wat er bestaat voor studenten met een psychische nood vanuit de hogeronderwijsinstellingen, dit zowel voor studenten die studeren aan Leuvense hogeronderwijsinstellingen als studerenden in Brussel of andere regio's buiten Leuven, maar wel woonachtig in Oost-Brabant. Vermoedelijk wordt er niet altijd gedacht aan het mogelijks aanbod vanuit hogeronderwijsinstellingen voor studenten omdat men er niet mee vertrouwd is.

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - derdelijn

De derde lijn betreft voornamelijk psychiatrische ziekenhuizen en gespecialiseerde voorzieningen waar men langdurig in behandeling is en residentieel verblijft of een intensief ambulantly traject volgt. De ziekenhuizen zijn gespecialiseerd in bepaalde doelgroepen en problematieken.

In regio Vlaams-Brabant vallen volgende centra hieronder: Sint-Annendaal (Diest), Alexianen Zorggroep Tienen, PZ Sint-Alexius (Grimbergen), UPC KU Leuven campus Gasthuisberg en Kortenberg, UPC Sint-Kamillus (Bierbeek) en De Spiegel (Leuven). PAAZ-afdelingen zijn te vinden in Asse, Halle, Jette, Tienen en Vilvoorde.

Het belang van mentale gezondheid van jongeren in deze cruciale overgangperiode is ook op deze lijn een belangrijk aandachtspunt. Op deze scharnierleeftijd is zorgcontinuïteit belangrijk, maar is er ook net die overgang in geestelijke gezondheidszorg van de kinder- en jeugdpsychiatrie naar de volwassenenpsychiatrie.

In vergelijking met andere provincies is er in Vlaams-Brabant geen specifieke, aparte opnameafdeling voor jongvolwassenen. Een specifiek residentieel zorgaanbod dat zich uitsluitend richt op jongeren tussen 18 en 25 jaar met een focus op het ontwikkelingsperspectief ontbreekt. Ook het belang van voldoende aandacht voor studiemogelijkheid en dus de combinatie van kunnen studeren en zorg wordt onderkend door actoren uit de 3e lijn, maar ook de bezorgdheid dat dit soms te snel wordt losgelaten.

Binnen **UPC KU Leuven** worden er therapieprogramma's aangeboden die zich specifiek richten op de groep van studenten of ook jongvolwassenen bereiken. Bij UPC KLIPP kunnen studenten terecht voor een intensief ambulante therapeutisch groepsprogramma in de vorm van 1 dag per week, zodat zij ook hun opleiding kunnen verder zetten, in combinatie met een gespecialiseerd therapieaanbod. Studenten kunnen ook vanuit consult-raadplegingen ook doorverwezen worden naar specifieke therapeutische programma's bij UPC KU Leuven als er sprake is van dwangstoornissen (OCS-centrum), persoonlijkheidsstoornissen (De Weg, een dialectisch gedragstherapeutisch intensieve en ambulante behandeling of Onderweg, mobiele thuiszorg) of bij lichamelijke problemen die mogelijk samenhangen met een psychologisch of psychiatrisch probleem is er de Mind-body Unit bij UPC KU Leuven, campus Gasthuisberg.

Bij **Campus Mechelsestraat** (het vroegere PsychoSociaal Centrum, Alexianen Zorggroep Tienen) te Leuven kan men terecht voor een intensief ambulante psychotherapeutisch groepsaanbod. Zij bereiken een grote groep jongvolwassenen (50% van de observatie- en oriëntatiegroep, wat verminderd naar 1 op 4 bij de verdere trajecten). Momenteel is er zo goed als geen wachtlijst. Doordat zij de nachtopvang stopzetten is het voor studenten die de combinatie nodig hebben van een intensieve behandeling met studeren geen evidentie, ook wegens de regelgeving van een minimale verplichte aanwezigheid van 7u (versoepeling tijdens corona van minimum 3u). Vaak moet studies onderbroken worden.

Bij de psychiatrische kliniek van de **Alexianen Zorggroep Tienen** kunnen jongvolwassenen terecht op verschillende afdelingen: voor acute crisiszorg en bij angst- en stemmingsstoornissen (eventueel in combinatie met middelenmisbruik) kan men terecht op de afdeling algemene psychiatrie, voor eetproblematiek bij het team eetherstel en bij een verslavingsproblematiek bij het team verslavingszorg.

Het psychiatrisch ziekenhuis Sint-Alexius te Grimbergen richt tot volwassenen met ernstige en acute psychiatrische problematiek, alcohol- en/of medicatieafhankelijkheid, psychose en stemmings- en persoonlijkheidsstoornissen.

Op de **dagtherapie Rakonta** van AZ Jan Portaels te Vilvoorde kunnen volwassenen terecht die kampen met psychische problemen, maar voor wie een psychiatrische opname niet direct is aangewezen. Recent is ook in Asse het **psychiatrisch dagziekenhuis** van OLV-ziekenhuis opgestart.

Netwerkorganisaties en koepelorganisaties

Er zijn verschillende netwerkorganisaties of samenwerkingsverbanden die op indirect niveau hulp kunnen bieden aan studenten via adviesverlening en vorming voor huisartsen, zorg- en hulpverleners, medewerkers van (studentenvoorzieningen van) hogeronderwijsinstellingen.

Er zijn de **GGZ-netwerken** (voor Vlaams-Brabant: Diletti, SaVHA en Yuneco), OTA Vlaams-Brabant & Brussel, Teleblok CM, LOGO Oost-Brabant & Zenneland, Te Gek?!, vzw ZIJN, VLOGG, Expertisecentra zoals Eetexpert, VLESP, SENSOA, VAD, KOPP Vlaanderen, Zelfverwonding,... maar ook de psychologenkringen, de eerstelijnszones en VIVEL.

Er zijn ook de **consult- en advieslijnen**, zoals de Consultdesk GGZ Vlaams-Brabant, de eenmalige psychiatrische consultmogelijkheden (bij UPC KU Leuven campus Kortenberg, Alexianen Zorggroep Tienen, Leuven campus Mechelsestraat, Zorggroep Sint Kamillus en Sint-Annendael), consult via supportteam GGZ Tienen & Leuven, de multidisciplinaire adviesraadpleging bij Sint-Annendael, Yuneco Connect (jongvolwassenen tot 23 j) en de ASPHA advieslijn (rond suïcidaliteit).

Binnen de **eerstelijnszone** Zuid-Oost-Hageland is er het samenwerkingsverband PsyZOH en binnen de eerstelijnszones Leuven, Leuven-Zuid en Leuven-Noord is er PsyNet Leuven. Beide initiatieven beogen kennisuitwisseling en multidisciplinaire samenwerking te bevorderen opdat zowel cliënten met

psychische hulpvragen als de hulpverleners uit de zorgregio gemakkelijker hun weg vinden binnen het regionale psychotherapeutisch aanbod. Door de samenwerking van de Psychologenkring Leuven en Supportteam GGZ Leuven binnen PsyNet Leuven kunnen Leuvense inwoners met een psychische nood sneller en gericht een zorgverlener vinden en kan zo de drempel naar hulpverlening verlaagd en de wachttijden in de GGZ verkort worden. De Leuvense Psychologenkring wenst de klinisch orthopedagogen die ook sinds 2016 erkend zijn als gezondheidszorgberoep te betrekken, maar bereiken deze groep onvoldoende op dit moment.

In de **GGZ-netwerken Diletti** (Oost-Brabant) en **SaVHA** (Halle-Vilvoorde) wil men verder inzetten op de groep van jongvolwassenen, en dus ook studenten. Zo werd een werkgroep jongvolwassenen gevormd met als doelstellingen: het opvolgen van evoluties op vlak van jongvolwassenen binnen Vlaams-Brabant en terugkoppeling van lokale en regionale initiatieven; het delen van 'good practices', het in kaart brengen van alle bestaande overleggen rond jongvolwassenen en/of verbindingen blootleggen en concrete acties via werkgroepen. Beide netwerken zien de online-tool en verwijshulp 'Psychewijzer' en de Psychewaaier (voor Oost-Brabant) en de Wegwijzers (voor Halle-Vilvoorde) als een belangrijk communicatiekanaal voor doorverwijzers, ook voor jongvolwassenen en studenten en willen samen met de hogeronderwijsinstellingen mee verder nadenken hoe er meer aandacht kan gaan naar deze specifieke groep in transitieleeftijd.

In Vlaams-Brabant zijn er twee **Logo's**: Logo Oost-Brabant en Logo Zenneland. Een Logo staat voor LOkaal GezondheidsOverleg en ondersteunt als samenwerkingsverband de uitvoering van het Vlaamse preventieve gezondheidsbeleid en de realisatie van de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen.

Specifiek voor jongvolwassenen zijn er ook **nieuwe initiatieven en projecten** als **Mind the Gap Leuven** en Youth in Transition. Mind the Gap Leuven wil als partner van de Europese en internationale A Way Home beweging een coalitie aangaan met Leuvense organisaties uit verschillende sectoren om concrete acties te ontwikkelen die dag- en thuisloosheid van jongvolwassenen (16-25 jaar) structureel uit de Leuvense wereld wil helpen. Prioritair werkt men rond 4 thema's: peers/buddywerking, toegankelijke huisvesting, creatieve woonvormen voor jongvolwassenen en samenwerken met lokale besturen. **Youth in Transition** (KU Leuven) is een project dat de mentale gezondheid van jongeren in de cruciale overgangperiode van de adolescentie tot de jongvolwassenheid in kaart wil brengen en verbeteren en dat bruggen wil bouwen tussen de geestelijke gezondheidszorg voor kinderen en jongeren en die voor volwassenen, tussen alle partners betrokken in die zorg, tussen wetenschap en kliniek en vooral, tussen jongeren en hun omgeving.

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

De Leuvense hogeronderwijsinstellingen hebben reeds een rijk ondersteuningsaanbod uitgebouwd, zowel op preventief als curatief vlak en hebben een geïntegreerde visie over psychische gezondheid uitgewerkt en geïmplementeerd. De coronacrisis heeft heel wat uitdagingen met zich meegebracht voor de studenten, de hogeronderwijsinstellingen en de welzijns- en zorgsector. De vraag naar psychologische ondersteuning voor studenten steeg. In tijden van corona werd het aanbod verder geïntensiveerd en gevarieerd.

Specifieke noden van instellingen situeren zich op vlak van verdere communicatie van het aanbod (intern en extern), verdere uitbouw van preventieve acties, vroegdetectie en een (eventueel gezamenlijk) groepsaanbod, uitbreiding van (doorverwijs)netwerk, verdere verruiming van het e-health aanbod en het bereiken en ondersteunen van specifieke doelgroepen zoals eerstejaarsstudenten, internationale studenten, graduaatstudenten, studenten die de overgang maken naar een andere hogeronderwijsinstelling, Deze noden werden bij de start van het project reeds aangegeven door de hogeronderwijsinstellingen uit Vlaams-Brabant.

Op vlak van preventie kan de verdere uitbouw, bekendheid en eventuele verbreding van de peer- en buddyprojecten een belangrijk speerpunt zijn. Hierbij kunnen samenwerking met Mind the GAP Leuven en lotgenotencontacten - en organisaties als de herstelacademies (herstelgerichte visie) aanvullend zijn. Ook de netwerkgerichte visie waar organisaties als Open Hart Cirkels, de 1gezin1plan-werkingen, Eigen Kracht Centrale en LUS vzw op focussen, biedt kansen om verder in te zetten op de kracht van netwerken rondom een student (ouders, mede(kot)studenten, ...). Ook organisaties als Logo Oost-Brabant en GGZ-netwerk Diletti kunnen de uitbouw van preventieve acties versterken. Op inhoudelijk vlak kan het interessant zijn om te bekijken of een doelgroepspecifieke werking hierbij nodig, zinvol en haalbaar is, zoals bv. de groep van studenten die vastlopen bij stages.

Dankzij een ruim eigen intern aanbod en een sterk uitgebouwd netwerk en samenwerkingsafspraken met privé-praktijken of een CGG (enkel in Diest) kunnen de meeste studenten die in Vlaams-Brabant studeren op redelijke korte termijn en aan betaalbare tarieven terecht voor psychologische ondersteuning. Corona heeft echter de wachtlijstproblematiek in de geestelijke gezondheidssector versterkt. De druk op de verschillende actoren uit de tweedelijns en derdelijns is toegenomen - waardoor de interne opvolgingen en verwijzingen, zeker voor studenten met ernstige psychische moeilijkheden en een nood aan een langdurig traject, onder druk komen te staan.

Studerende jongvolwassenen bevinden zich op een belangrijke, en dus ook kwetsbare transitie-leeftijd die net samengaat met een overgang van geestelijke gezondheidszorg voor kinderen en jongeren naar +18-jarigen (volwassenen aanbod). Hoewel meer en meer initiatieven zich richten tot deze groep van jongvolwassenen, ontbreekt een specifiek residentieel zorgaanbod dat zich uitsluitend richt op jongeren tussen 18 en 25 jaar in Vlaams-Brabant. Een aanbod naar deze groep vraagt een grotere flexibiliteit en voldoende aandacht voor studiemogelijkheid en dus de combinatie van kunnen studeren en zorg en vraagt ook oog te hebben voor het ontwikkelingsperspectief en afstemming met ouders of andere netwerkfiguren.

Gezien studenten ook terecht komen bij de diensten en organisaties op de verschillende lijnen, is er nood aan een goed actueel overzicht van het aanbod van studentendiensten en dit zowel voor studenten die studeren aan Leuvense hoger onderwijsinstellingen als hoger onderwijsinstellingen van Brussel en andere regio's. Indien er een goede zichtbaarheid en vertrouwdheid/bekendheid is met het aanbod voor studenten vanuit de hogeronderwijsinstelling en in het algemeen met de verschillende werkingen binnen het GGZ-aanbod in de regio kunnen studenten ook gericht en via een warme overdracht doorverwezen worden naar de juiste gepaste hulp. Hierbij is het belangrijk dat er duidelijke en toegankelijke informatie terug te vinden is die ook toegankelijk is voor ouders, mede-studenten of vrienden en/of betrokken hulpverleners, zodat het netwerk rondom een student kan ondersteunen bij het laagdrempeliger maken van de stap naar hulp. Het GGZ-netwerk Diletti oppert de idee van een specifieke folder met het GGZ-aanbod gericht op de groep van studerende jongvolwassenen.

De hogeronderwijsinstellingen in de regio hebben elk apart met verschillende partners een nauwe samenwerking opgebouwd, onder meer met groepspraktijken en andere doorverwijskanalen. Daarnaast hebben KU Leuven en de hogescholen LUCA School of Arts campus Lemmens en UC Leuven een sterke samenwerking uitgebouwd. KU Leuven wenst een klinische netwerkgroep op te starten en uit te bouwen zodat klinische expertise gedeeld wordt en een structureel onderling verwijskader ontwikkeld kan worden. Gezien er binnen de regio en studenten uit andere hogescholen en universiteiten studeren, ligt er een opportuniteit om structureel overleg en samenwerking tussen de hogescholen en universiteiten binnen de regio en Vlaanderenbreed verder uit te bouwen. Het samen aanbieden van vorming of workshops omtrent studentenwelzijn en het samen organiseren van preventieve activiteiten geeft de kans om een ruimere en diverse groep studenten aan te spreken en dus ook voldoende aantal deelnemers te hebben.

Met het gewijzigd zorglandschap en de start van het eerstelijnspsychologisch aanbod ligt er ook de uitdaging hoe de studentenvoorzieningen zich hiertoe verhouden.

Vanuit de nood aan meer structurele samenwerking met de verschillende partners uit het welzijns- en zorglandschap worden momenteel de eerste stappen gezet richting een 'overkoepelende werkgroep studenten' vanuit de regionale overleggroep. Dit moet nog verder geconcretiseerd worden en afgestemd met de reeds bestaande werkgroep 'jongvolwassenen' in de regio. De provinciale insteek wordt hierin best meegenomen zodat er rekening gehouden wordt met alle studenten uit Vlaams-Brabant, zoals bijvoorbeeld ook de pendelstudenten uit Halle-Vilvoorde.

Geestelijke gezondheidszorg is een verantwoordelijkheid van iedereen. Een geïntegreerd studentenwelzijnsbeleid richt zich dan ook zowel naar studenten als hoger onderwijsmedewerkers - en personeelsleden toe. Hierin is algemene aandacht voor welzijn en gezondheid cruciaal en inzetten op verdere professionalisering en deskundigheidsbevordering van personeel en studenten belangrijk. De hogeronderwijsinstellingen beschikken reeds over een uitgewerkt kader waarin de verschillende rollen en competentieprofielen duidelijk omschreven worden, wat aansluit bij deze bredere benadering van ondersteuning op vlak van studentenwelzijn. Via de gatekeeperstraining die KU Leuven in samenwerking ook LUCA campus Lemmens aanbiedt aan alle personeelsleden en vrijwilligers die actief zijn binnen bepaalde functies (LOKO, omkadering) wordt ingezet op professionalisering en deskundigheidsbevordering. Corona is een stimulans geweest tot meer verbinding en samenwerking met de verschillende werkingen en opleidingsafdelingen binnen de hoger onderwijsinstellingen zelf.

Binnen de overleggroep Vlaams-Brabant werden volgende mogelijke actiepunten besproken:

- verdere versterking van het preventieve aanbod
 - verdere uitbouw, bekendmaking en verbreding van peer- en buddyprojecten
 - 'onderzoeken van de mogelijkheden van werken met het natuurlijk netwerk van de student'.
- Specifieke doelgroepen, zoals internationale studenten, eerstejaarsstudenten, studenten met een migratieachtergrond, graduaatstudenten, studenten van kleinere campussen (bv. Diest, Heverlee,...)
- Informatie en communicatie
 - goede zichtbaarheid van het aanbod (ook het groeps- en preventieve aanbod) vanuit hogeronderwijsinstellingen voor alle betrokkenen (student, mede-studenten, ouders, hulpverleners, ...)
 - wederzijdse bekendmaking
- Samenwerking en netwerken
 - overleg met GGZ-netwerken
 - verkenning en afstemming met nieuwe organisaties/diensten als 1 gezin-1 plan, herstelacademies en Tejo
 - samenwerking met zelfhulporganisaties en herstelacademies op basis van overzicht lotgenoten-organisaties regio Vlaams-Brabant
 - uitbouw klinisch netwerk
- verdere inzet op vlak van professionalisering en deskundigheidsbevordering (gatekeeperstraining)

Omgevingsanalyse West-Vlaanderen

1. Context West-Vlaanderen

In West-Vlaanderen zijn er vier hogeronderwijsinstellingen: KU Leuven (Campus Brugge, Campus KULAK), Universiteit Gent campus Kortrijk (UGent), Vives (Vives Noord en Vives Zuid), en Hogeschool West-Vlaanderen (Howest). De vier instellingen zijn zeer verschillend, zowel op het vlak van interne organisatie alsook in grootte, capaciteit en locatie binnen West-Vlaanderen.

Howest heeft vier campussen in Kortrijk, drie in Brugge en één campus in Oudenaarde. Universiteit Gent heeft één campus in Kortrijk. Vives bestaat administratief uit Vives Noord en Vives Zuid, samen verdeeld over zeven campussen in West-Vlaanderen, namelijk Brugge (2), Kortrijk, Oostende (2), Roeselare en Torhout. KU Leuven heeft in West-Vlaanderen; Campus Kulak Kortrijk en Campus Brugge. In het academiejaar 2019-2020 vertegenwoordigen ze samen 23.964 inschrijvingen in West-Vlaanderen (Tabel 1).

Academiejaar 2019-2020	Geslacht		Nationaliteit		Totaal
	Vrouw	Man	Belg	Niet-Belg	
West-Vlaanderen					
KU Leuven	843	1.058	1.876	25	1.901
Universiteit Gent	129	425	550	4	554
Vives	8.632	5.657	13.971	318	14.289
Hogeschool West-Vlaanderen	3.033	4.177	6.833	377	7.210
Totaal	12.637	11.317	23.230	724	23.954

Tabel 1: Socio-demografische gegevens 2019-2020 volgens vestigingsplaats - Dataloep

West-Vlaanderen wordt gekenmerkt door twee grotere studentensteden, in het noorden Brugge (8.306 inschrijvingen), en in het zuiden Kortrijk (13.627 inschrijvingen). Daarnaast situeren zich centraal en aan de kust nog een aantal kleinere studentensteden: Torhout (773 inschrijvingen), Roeselare (950 inschrijvingen) en Oostende (298 inschrijvingen).

De studentenvoorzieningen die gelijkwaardige toegang tot, en de deelname van alle studenten aan het hoger onderwijs bevorderen, zetten in op zes werkterreinen. Werkterrein vier focust op de medische en psychologische ondersteuning van studenten, waarbij de studentenvoorzieningen professionele ondersteuning en dienstverlening aanbieden binnen een laagdrempelige en veilige context. De opvolging van studentenwelzijn is niet enkel werkveld overschrijdend, maar betreft een samenwerking tussen vele diensten en opleidingen. Zo is er bijvoorbeeld o.a. studieloopbaanbegeleiding met ondersteuning van de studieadvies en ondersteuning bij het op kot gaan.

KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Campus Brugge en Vives maken deel uit van de Associatie KU Leuven. Howest en Universiteit Gent maken deel uit van Associatie Universiteit Gent. De studentenvoorzieningen (STUVO) Vives voorziet de dienstverlening voor de studenten van Vives en van de studenten KU Leuven Campus Brugge. STUVO Howest voorziet de dienstverlening voor de studenten van Howest en van de studenten van UGent op campus Kortrijk. STUVO KU Leuven Campus Kortrijk voorziet de dienstverlening voor de studenten van KU Leuven Campus Kulak Kortrijk.

Psywest is een uniek samenwerkingsverband tussen de studentenvoorzieningen van VIVES, KU Leuven campus Kortrijk, en Howest waarbij ze samen voorzien in een divers psycho-educatief aanbod voor studenten in West-Vlaanderen. Dit aanbod wordt in het hoofdstuk van het aanbod van de instellingen besproken.

Met vzw Kortrijk Studentenstad willen de studentenvoorzieningen van de Vives, KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Howest de randvoorwaarden van het studeren in de stad verbeteren zodat student zich eenvoudiger in de stad kan manifesteren en zich goed te voelen. Het gaat om initiatieven in het kader van mobiliteit, sport, cultuur en ontmoeting (zoals o.a. Student Welcome, Student@Buda enz.). In Kortrijk zijn de studentenvoorzieningen van de instellingen voor hoger onderwijs sinds september 2019 verenigd in Kortrijk Studentenstad vzw (bestond reeds langer als initiatief). Deze vzw heeft als doel en basisopdracht, sociale cohesie, ontmoeting en verbinding tussen de studenten te faciliteren en de aantrekkingskracht van Kortrijk als studentenstad te verhogen.

Brugge Studentenstad is een samenwerkingsverband tussen de hogescholen VIVES, Howest, KU Leuven, ZoWe Verpleegkunde, Vesaliusinstituut, Europacollege en de stad Brugge. Het wordt gecoördineerd door vzw Brugge Plus. Brugge Studentenstad staat in voor gelijkaardige initiatieven als in Kortrijk. Met de opening van Student Village in 2019 kwam er ook een studentenhuis, waar studenten kunnen samenkomen, studeren, organiseren en de stad leren kennen.

Alle hogeronderwijsinstellingen participeren in de werkgroepen sociaal beleid van de Vlaamse Universitaire Raad (Vlir) en/of de Vlaamse Hogescholenraad (Vlhora). Alle instellingen participeren in de werking van het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO).

2. Aanbod hogeronderwijsinstellingen

In dit hoofdstuk wordt een beknopte synthese gegeven van het aanbod van de West-Vlaamse hogeronderwijsinstellingen op vlak van mentaal welbevinden, zowel preventief als curatief, waarbij goede praktijken en gesignaleerde noden worden geïntegreerd. De voorbeelden zijn illustratief, niet exhaustief, en vertolken slechts een weergave van het rijke aanbod van de hogeronderwijsinstellingen, focussend op de pijlers van een geïntegreerd beleid rond psychische gezondheid.

Informatie, vroegsignalering en awareness

Hogeronderwijsinstellingen communiceren over hun werking en het ondersteuningsaanbod via de website, het intranet, de digitale leeromgeving, brochures, affiches ad valvas, e-mail, nieuwsbrieven, TV schermen op de campus, en sociale media zoals FB en instagram. Ook introduceren ze het aanbod in de opleidingen bij de start van het academiejaar. Vooral het gebruik van sociale media zoals Instagram blijkt goed aan te slaan bij de studenten. Informatie wordt in enkele instellingen in het kader van internationale studenten ook in het Engels aangeboden. Ook specifieke verwelkomingsactiviteiten worden opgezet.

Welcomes Erasmus - In Kortrijk en Brugge organiseren de instellingen hoger onderwijs, samen met de lokale besturen, een warm onthaal voor buitenlandse studenten. Bij de start van elk semester vindt “ Welcomes Erasmus” plaats en “Kortrijk Welcomes International Students” (KWIS), waarbij buitenlandse studenten een overzicht van de voorzieningen en het sociaal leven in de stad krijgen.

Naast het eigen aanbod, rapporteren de studentenvoorzieningen ook informatie over psychische gezondheid, alsook linken ze door naar activiteiten en tools van externe organisaties (bv. activiteiten van partners, ehealth aanbod). De informatie is vooral preventief om studenten te informeren en te sensibiliseren, maar wil ook de weg naar het het welzijns- en curatieve hulpaanbod faciliteren.

De ondersteuning van de studenten is in elke instelling gebouwd op het fundament van een warme, stimulerende, toegankelijke en bruisende campus. Met dit fundament beoogt men heel ruim en vanuit elke hoek signalen van onwelbevinden sneller te signaleren, te detecteren en op te vangen met als doel escalatie van (mogelijke) problemen te vermijden.

Chat - KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Campus Brugge bieden studenten driemaal per week tussen 15u en 17u de kans om anoniem via de chat hun vragen, zorgen of twijfels met de medewerkers van de diensten studentenvoorzieningen te delen. Tijdens Corona en tijdens examenperiodes werd dit aanbod geïntensifieerd.

Alle instellingen in West-Vlaanderen werken mee aan de vierjaarlijkse bevraging naar middelengebruik onder studenten, in samenwerking met VAD, het Vlaams Expertisecentrum voor alcohol en andere drugs.

Binding en verbinding

De hogeronderwijsinstellingen voorzien in initiatieven die bijdragen tot de binding aan de onderwijsinstelling en opleiding, en verbindingen tussen studenten onderling wat beschermend werkt voor het mentaal welbevinden van studenten. Elke instelling zet in op het faciliteren en vormgeven van een warme en stimulerende omgeving op campus. Dit wordt gecreëerd door wervende, zeer diverse activiteiten waarbij ontmoeting en verbinding centraal staan. Mogelijke verbindende activiteiten zijn o.a. de introductieweek, opening van het academiejaar, meter en peter werking enz. Daarnaast beoogt men ook verbinding te stimuleren door het de mogelijkheden van de infrastructuur te benutten zoals o.a. centrale hal, ontmoetingsruimtes, uitnodigende bibliotheek enz. Elke instelling legt hierbij verschillende accenten.

Up@Kulak - De Universitaire Parochie Kulak (UP@Kulak), zowel in Campus Kulak Kortrijk als Campus Brugge, faciliteert allerlei ontmoetingen, engagementen en initiatieven van en voor universiteitsstudenten. UP@Kulak vertrekt vanuit een drievoudig doel: inzetten op ontmoeting en vriendschap, solidariteit en sociale participatie en last but not least: zinvol inspireren! Zo trachten ze een netwerk op te bouwen voor mensen die, elk op hun eigen plaats en manier, hun studententijd zinvol willen maken.

Krant den Owla - In Vives (Campus Roeselare) ontstond een samenwerking tussen studentenvoorzieningen en stagiairs van de opleiding toegepaste psychologie. Het betreft een preventieproject met de bedoeling om de mentale weerbaarheid aan te scherpen en het welzijn bij studenten te onderhouden (gericht op kotstudenten in campus Roeselare). Via een bevraging over 4 thema's: gezondheid, studie, woonsituatie, vrije tijd kreeg men zicht welke noden er leven en op welke het HOI prioritair moet inzetten. Het "dashboard" visualiseerde de scores en prioriteiten en liet toe om te discussiëren over essentiële thema's zoals onder andere studentenvoorzieningen, problemen aanpakken in de eerste lijn en expertisedeling over andere campussen. Uit de bevraging kwamen zeer concrete knelpunten naar voor (bv. bepaalde diensten of plaatsen niet goed kennen). Studenten zijn direct met de resultaten van de bevragede studenten aan de slag gaan. Dit resulteerde in een product "krant d'en Owla, stuitjes voor het brein". Participatie van de student was maximaal, zowel bij inhoud en afwerking. Als gevolg wordt nu een redactie dienst opgestart binnen het HOI om dit initiatief verder te zetten.

Niet alleen op instellingsniveau, maar ook overkoepelend organiseren de instellingen in het kader van 'studentensteden' verbindende activiteiten op het gebied van sport, ontspanning, studeren en cultuur.

The Student Village - Sedert september 2019 kunnen Brugse studenten hoger onderwijs vergaderen, studeren en ontspannen in dit nieuwe studentenhuus. Deze locatie beschikt ook over een kleine fuifzaal (max. capaciteit 200 personen) en een studentenloket waar alle studenten terecht kunnen met hun vragen.

Studieplekken - Zowel in Brugge als in Kortrijk worden studieplekken aangeboden. Na eenvoudige registratie kan er op een ruim aanbod ingetekend worden. Deze studieplekken bieden ook een antwoord voor wie thuis onvoldoende rust kan vinden en staan ook open voor studenten die (tijdelijk door Corona) terug naar hun 'thuisstad' zijn.

Door de corona maatregelen konden veel activiteiten zoals sporten, fuiven, optredens, groepstrainingen, opencampusdagen, fysieke vergaderingen van de stuvoraden, studenten quizen, recepties voor nieuwe internationale studenten niet doorgaan. Gemeenschappelijk hierbij was de uitdagende denkoefening om initiatieven corona veilig te laten doorgaan of online alternatieven te creëren (o.a. verschillende wandelingen, online studentenquiz van Kortrijk Studentenstad en Brugge Studentenstad enz). Studenten en medewerkers gaven blijk van weerbaarheid, flexibiliteit en creativiteit om activiteiten "corona proof" om te zetten.

Discords - KU Leuven Campus Kulak Kortrijk biedt via de online KU Leuven bibliotheek online study spaces aan voor wie graag op digitale wijze, in nabijheid van andere studenten studeert. De studenten van de studentenraad Vives hebben ook een Discord groep waarbij zowel opleidingsgerelateerde thema's als 'samen studeren' aan bod komen.

Study-nights - Vanuit de opleiding Digital Arts and Entertainment (DAE) in Howest worden er wekelijks "Study nights" georganiseerd. Op de campus worden lokalen ter beschikking gesteld om te studeren, groepswerken te maken enerzijds daarnaast ook in combinatie met lokalen waar vooral ruimte is voor ontspannende activiteiten (lokaal met bordspellen, tekenen, bar enz).

Praatcirkels - Vanuit het burgerinitiatief, 'Lieve Zusjes, Stoere Broers' werden gekalkte cirkels in parken in Kortrijk aangeboden (inspiratie uit Rotterdam) waarbij maximaal vier (studenten) op een veilige afstand kunnen uitwisselen. De corona veilige cirkels werden ook in andere studentensteden (o.a. Gent- Sint Pietersplein) gekopieerd.

Een bijzondere vorm van preventief bijdragen aan de cohesie zijn peer support initiatieven waarbij studenten, medestudenten ondersteunen. Binnen Peer Support krijgen studenten volop de kans om verantwoordelijkheid voor elkaar te dragen waardoor de gemeenschapszin toeneemt. Elke onderwijsinstelling erkent het belang van Peer Support en de vele mogelijkheden die dit kan bieden om de sociale cohesie te versterken en 'awareness' rond mentaal welzijn te verhogen tussen studenten. Waar sommige instellingen reeds een traditie in opbouw van dergelijk projecten kennen en deze trachten te verfijnen en uitwerken voor specifieke doelgroepen, zijn andere in de laatste implementatiefase.

Buddy & Mind - Sedert 2016 hebben de medewerkers van Stuvo Howest een peer support project opgestart dat zich richt op het mentaal welbevinden van de studenten, door inzet op verbondenheid en mentale veerkracht. De opgeleide studenten dragen bij aan het welbevinden van andere studenten, vangen vroegtijdig signalen. Op informele wijze kunnen ze laagdrempelig medestudenten ondersteuning bieden. Zelfzorg en stellen van grenzen zijn hierbij belangrijke thema's. Daarnaast verwerven studenten (sociale en communicatieve) vaardigheden om signalen van onwelbevinden bij medestudenten op te vangen, hen gepast te ondersteunen en indien nodig te verwijzen. Via dit project wil men meer verbondenheid creëren tussen studenten en de drempel naar hulpverlening vergemakkelijken. Het beoogde werkingsgebied omvat alle campussen in Brugge en opleiding DAE Kortrijk Weide. Daarna is het de bedoeling om het project de laten doorgroeien naar alle andere campussen. Door de corona maatregelen werd het online aanbod in 2020 evenwel opgesteld voor alle Howest studenten en UGent studenten van de campus Kortrijk.

Peter - en meterwerking - In KU Leuven Campus Kulak Kortrijk staan ouderejaarsstudenten in voor het peter- of meterschap van nieuwe studenten. Binnen dit engagement onthalen ouderejaars de nieuwe studenten en geven ze waar mogelijke hun goede ervaringen door rond het studeren en het leven als student (zoals o.a. tips en tricks hoe de eerste examenperiode best aan te pakken). Tijdens de pandemie werd er vanuit de studentenvoorziening een extra aanmoediging gegeven aan de meters en peters om ook (ludieke) suggesties te geven die helpend kunnen zijn voor het mentaal welbevinden (o.a. een 'tegoedbonnenboek' met zaken die het petekind beslist nog moet meemaken op Kulak).

Buddies & Pals - In de Opleiding Digital Arts en Entertaining (DAE) biedt men de opleiding tot Buddy volledig in het Engels aan, gezien de sterke aanwezigheid van internationale studenten. Hierbij ligt het accent op het verwelkomen en informeren van internationale studenten, wegwijs maken in Brugge of Kortrijk, introductie in het studentenleven en op campus zodat zij zich hier snel thuis kunnen voelen. Men maakt een match tussen een Belgische buddy en een nieuwe internationale student (zowel voor Erasmus- als studenten die hele opleiding volgen) zodat er van bij de start van de opleiding een warme introductie kan gemaakt worden en er veel tijd is voor ontmoeting. De komende jaren verwacht men nog een stijging van het aantal Internationals, gezien het Engelstalig aanbod wordt uitgebreid (opleidingen 'Devine', 'Cyber Security' en 'IT' zijn reeds gestart en 'Product - Development' voor 2022).

MindMates - In Vives zal men volgend jaar starten met MindMates naar het voorbeeld vanuit KU Leuven. Het aanbod zal zich richten naar alle studenten vanuit Vives. Volgend academiejaar start Vives opleiding tot MindMates in de campussen Brugge en Kortrijk, in het tweede semester Roeselare en Torhout. In een latere fase zal men inzetten op event werking.

Psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops

Psycho - educatieve sessie, trainingen en workshops worden zowel in de instellingen via de eigen studentenvoorzieningen aangeboden, maar ook instellingsoverschrijdend via Psywest.

Psywest is een krachtig voorbeeld van een goed werkend samenwerkingsverband tussen de verschillende hogeronderwijsinstellingen in West-Vlaanderen en externe partners uit het hulpverleningsveld. Het kern Psywest team bestaat uit medewerkers studentenvoorzieningen van Vives, KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Howest. Samen met een aantal externe therapeuten uit West-Vlaanderen verzorgen ze een divers groepsaanbod psycho-educatieve sessies, trainingen en workshops rond studie- en studentgerelateerde thema's en gezondheidsvoorlichting. De sessies en trainingen worden afgestemd op de behoeften en de vraag van studenten. De sessies en trainingen kunnen zowel éénmalig plaatsvinden, alsook bestaan uit een traject van meerdere sessies. Waar voorheen elke studentenvoorziening dit afzonderlijk gaf (vaak rond gelijkaardige thema's) aan studenten uit de 'eigen' instelling, werden de krachten gebundeld sinds 2007. De grote meerwaarde is dat expertise gebundeld wordt, en dat alle studenten uit West-Vlaanderen toegang hebben tot dit aanbod. Het laat ook toe om heterogene groepen te vormen.

Thema's die binnen de sessies aan bod komen zijn: assertiviteit, communicatie, faalangst, mentale gezondheid, zelfvertrouwen, uitstellen, stress, timemanagement, multimedia, uitstellen, veerkracht. De sessies en trainingen worden gegeven door interne studentenbegeleiders en psychologen. Door samenwerking met externe partners haalde men bijkomende expertise 'binnen' en werd het inhoudelijk aanbod nog verruimd bv met Mindfulness. Vanuit dit groepsaanbod wordt indien geïndiceerd, een verder individueel traject voor de student bij de studentenvoorzieningen of een externe partner opgestart.

De communicatie gebeurt sedert 2008 via een gemeenschappelijke website, www.psywest.be waarbij studenten zich via een eenvoudig digitaal systeem kunnen inschrijven. De kostprijs van de sessies is zeer studentvriendelijk. Het groepsaanbod is momenteel hoofdzakelijk Nederlandstalig. Eén training "Socialize

Yourself” wordt in het Engels aangeboden en is telkens volzet. Zowel in Brugge als in Kortrijk voelt men de nood om het aanbod voor de Internationale Studenten uit te breiden.

Door Corona werden de sessies grotendeels digitaal gegeven, wat (onverwachts) soms meer mogelijkheid tot verdieping van het thema en meer individuele vragen van studenten kon genereren dan aanvankelijk ingeschat.

Individuele psychologische begeleiding en verwijzing

Studenten van de instellingen kunnen voor individuele psychologische ondersteuning rekenen op begeleiding van studentepsychologen en studenten - en studiebegeleiders.

In elke instelling kan de student op korte termijn en zonder verwijzing terecht bij een psycholoog/ begeleider voor een ‘aanmeldingsgesprek’. Dit garandeert een snelle eerste evaluatie van vragen over psychische en andere problemen. Alle medewerkers van de studentenvoorzieningen in West-Vlaanderen bieden dit brede onthaal op een toegankelijke en laagdrempelige wijze aan. Kwaliteitsvolle dienstverlening aan studenten, met een maximale beschikbaarheid d.m.v. online en offline face- to face, telefonisch en e-mail contact.

Thema’s en problematieken die aan bod komen zijn vrij gelijkaardige over de studentenvoorzieningen heen: studeren (o.a. studiekeuze, stress, motivatie, time-management, prestatiedruk, faalangst), omgaan met emoties (o.a. angst, paniek, agressie, neerslachtigheid), verwerking van situatie en gebeurtenissen (omgaan met verlies), relationele en seksuele problemen (eenzaamheid, sociaal contact), aanpak van problematiek en symptomen (middelengebruik, eetstoornissen, destructief gedrag en slaapproblemen).

Binnen de sociale dienstverlening van de studentenvoorzieningen wordt de vraag van de student goed beluisterd en alle studiebelemmerende factoren onder de focus genomen. Een aanbod van informatie, advies, begeleiding en bemiddeling omtrent studietoelage, studiefinanciering en sociaal juridisch -advies zijn hierbij ondersteunend.

De psychologische dienstverlening is uitgebreid en wordt verschillend georganiseerd:

Howest - Bij Stuvo Howest komen studenten terecht bij ervaren medewerkers met ruime expertise op psychosociaal vlak en geestelijke gezondheidszorg. De focus ligt op eerstelijns hulpverlening. Indien de hulpvraag meer specialisatie vereist, verwijst men naar een netwerk van gekende therapeuten. Men verwijst minder door naar centra geestelijke gezondheidszorg omwille van de wachttijd. Interne (binnen Stuvo) en externe begeleiding worden vaak gecombineerd. De impact van Corona was merkbaar, een stijging op vlak van vragen van psychosociale aard werd ervaren. De studenten van UGent Campus Kortrijk kunnen ook op dit aanbod een beroep doen.

Vives - Bij Vives kunnen studenten van campus Brugge en Kortrijk terecht bij studentepsychologen en ervaren medewerkers voor individuele begeleiding, in Roeselare en Torhout bij ervaren campus medewerkers. De psychologen van Stuvo Vives staan soms medewerkers van Stuvo Kulak bij in functie van indicatiestelling of verder therapeutisch aanbod. Ook studenten van KU Leuven Campus Brugge kunnen beroep doen op psychologische dienstverlening van Stuvo Vives.

Kulak - Stuvo KU Leuven Campus Kulak Kortrijk staat in voor psychosociale begeleiding en studieadvies. Capaciteit van de eerstelijns hulp/basis psychologische zorg werd in 2021 uitgebreid met een nieuwe psychologe (kortdurende therapie). Voor meer langdurige therapie en verdere hulpverlening worden studenten verwezen naar externe therapeuten en psychologen van Stuvo Vives (gratis voor studenten). Zoals op andere domeinen is hier ook sprake van een constructieve, verrijkende samenwerking en kan er beroep gedaan worden op elkaars kunde en expertise. In functie van indicatiestelling, verwijzing of verder therapeutisch aanbod doet Stuvo KU Leuven Campus Kulak Kortrijk soms beroep op Stuvo Vives.

Waar er een financiële drempel is voorzien alle studentenvoorzieningen een financiële tussenkomst voor therapie en diagnostiek bij externe hulpverleners. Daarnaast doen de studentenvoorzieningen ook een beroep op externe therapeuten indien ze de kennis niet in huis hebben, de afstand te groot is (afstandsonderwijs) of het een zeer duidelijke tweedelijnsproblematiek betreft. De studentenvoorzieningen werken samen aan de uitbouw van een goed netwerk aan wie de hulpverlening of diagnostische vraag wordt uitbesteed.

Studenten worden voor de medische dienstverlening verwezen naar hun eigen huisarts of deze in de directe omgeving van de campus.

Crisis en schokkende gebeurtenissen

Quasi jaarlijks worden de hogeronderwijsinstellingen geconfronteerd met schokkende gebeurtenissen zoals een overlijden. Hierbij nemen de medewerkers van studentenvoorzieningen samen met de betrokken opleidingen een centrale rol op om de medestudenten en collega's bij te staan. Draaiboeken faciliteren de samenwerking met betrokken diensten en opleidingen. Waar nodig werken de diensten samen met mobiele crisisteams, spoeddiensten en gespecialiseerde diensten.

De hogeronderwijsinstellingen hebben ook interne onafhankelijke meldpunten voor studenten en personeel waar zij terecht kunnen bij voorvallen van geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en/of discriminatie. Daartoe geven de instellingen op hun site duidelijke verwijzing en richting waar studenten hiervoor terecht kunnen. Daarbij zijn professionele ondersteuning, deskundige opvolging gewaarborgd. Er wordt gezocht naar duurzame oplossingen, en –indien mogelijk of gewenst– naar herstel van respectvolle omgang tussen betrokkenen.

Professionalisering medewerkers en studenten (sensibiliserend gatekeepers)

Alle hogeronderwijsinstellingen hechten veel waarde aan het uitbouwen van een warme, ontvankelijke community op de campus, in de residenties en in het contact met alle medewerkers. De verantwoordelijkheid en awareness voor mentaal welzijn voor student en medewerkers is een speerpunt. Onderhoudspersoneel, residentie verantwoordelijken, campus medewerkers, studie en trajectbegeleiders, docenten en studenten worden betrokken als gatekeepers. Oog voor welzijn en opvang van signalen van onwelbevinden is een opdracht van allen. Zeer gericht biedt men hiertoe ook vorming en workshops aan voor campus medewerkers en docenten.

Suïcidepreventie - Zowel Vives, Howest als KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Campus Brugge hebben een suïcidepreventiewerking uitgerold voor verschillende medewerkers, docenten en studenten. Ontvankelijk zijn en bewustwording van signalen die wijzen op onwelbevinden staan centraal. Met de vorming beoogt men gatekeepers ook te wijzen op hun belangrijke signaalfunctie, mogelijkheden om te verwijzen indien nodig, maar ook de grenzen te bewaken met hun eigen positie en rol (als docent, onderhoud, medewerker enz). Voor vele docenten was de vorming een 'eye opener' en kon de gelaagdheid van gedrag van studenten bekeken worden. Het gaf ook vertrouwen aan docenten om het gesprek aan te gaan wetende 'waar' studenten indien nodig terecht kunnen. De studentenvoorzieningen bieden daarnaast ook een back up om bij twijfel/ bezorgdheid/ hulpvraag van een student met hen anoniem in overleg te gaan en verdere stappen te plannen.

Teacher & Mind - Een opleiding gesprekstechnieken voor docenten werd recent aangeboden door stagiairs in samenwerking en onder supervisie met Stuvo Howest. Deze digitale workshop omvat tips en tricks voor docenten om studenten te verwijzen naar het geschikte zorgaanbod.

Studieloopbaanbegeleiders - Ook voor de studieloopbaanbegeleiders van KU Leuven Campus Kulak Kortrijk en Campus Brugge is er een uitgebreid vormingsaanbod met aandacht voor psychosociale problematieken.

3. Regionale aanbod - sociale kaart

Dit hoofdstuk rapporteert over de organisatie van het geestelijke gezondheidssysteem in het West-Vlaanderen. Voor de onderwijsinstellingen werd een uitgebreide sociale kaart met fiches van diensten en therapeuten uit de diverse lijnen opgesteld. Deze paragraaf biedt een synthese van sleutelactoren van het geestelijke gezondheidssysteem, ingedeeld volgens de organisatie van de WGO-piramide. Daarbij wordt een synthese gemaakt van de toegankelijkheid van de zorg, de samenwerking tussen de diensten en de beroepskrachten, de coördinatie van het systeem in zijn geheel besproken.

Informele maatschappelijke zorg - Nuldelijn

De diensten en structuren die tot de nuldelijn of informele maatschappelijke zorg behoren, leveren geen geestelijke gezondheidszorg, maar dragen bij tot preventie, informatie en sensibilisering, zelfzorg, zelfmanagement, ondersteuning van context en vrijwillige en informele zorg of ondersteuning. Het betreft dienstverlening waarbij studenten en hun omgeving, informatie kunnen opzoeken en telefonische hulplijnen waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Deze diensten spreken mensen aan op hun zelfverantwoordelijkheid en zelfredzaamheid en zetten in op het versterken van veerkracht en netwerken.

In West-Vlaanderen zijn er heel wat zorgverleners en diensten die zich op de nulde lijn bevinden. Zij bieden dienstverlening aan met een zo laag mogelijke drempel. Voorbeeld is de mantelzorg, maar ook crisiscentra geven aan zich op de nulde lijn te situeren. Zij willen immers zorgverlening zonder drempels aanbieden, zoals bijvoorbeeld telefonische hulpverlening waar men ook anoniem een vraag kan stellen. Ook de talrijke zelfhulporganisaties hebben hier hun plaats.

Er zijn heel wat **lotgenoten- of patiëntenverenigingen** die ondersteunend kunnen zijn voor studenten met een psychische kwetsbaarheid. Hun hoofddoel is om bij te dragen tot het welzijn van de betrokkenen en hun naasten, door het opzetten van verschillende projecten van ondersteuning, wederzijdse hulp en informatie. De aangeboden activiteiten zijn voor studenten een meerwaarde gezien ze ontmoetingskansen bieden met lotgenoten en laagdrempelig inzetten op ervaringsdeskundigheid en herstel.²⁰

“Similes” is een voorbeeld van een familievereniging die lotgenotencontact verzorgt voor kinderen van (18+) broers /zussen, partner van personen met een verhoogde kwetsbaarheid. Similes organiseert ook in West-Vlaanderen infomomenten, gespreksbijeenkomsten, praatcafés en workshops. De West-Vlaamse vzw “Saying Goodbye“ biedt psychologische ondersteuning toe bij het verlies van een dierbaar persoon. Ze bieden info-avonden voor groepen rond rouwverwerking, kunnen bij crisissituaties ondersteuning bieden en organiseren kampen, weekends en groepssessies. Studenten vanuit heel Vlaanderen kunnen rechtstreeks contact opnemen met de organisatie. Ook “AN BN Vlaanderen”, patiënten - en familie vereniging Anorexia Nervosa en Boulimia Nervosa kent naast hun Vlaanderenbrede ondersteuning via FB groep en chat ook een regionale verankering in West-Vlaanderen (Westende) waar ‘fysieke activiteiten’ kunnen plaatsvinden zoals praatgroep, creatieve activiteiten enz.

²⁰ Het SIHO maakte voor de regio een gedetailleerde overzichtslijst van alle lotgenotencontacten organisaties die voor de studenten ondersteunend kunnen zijn.

De **HerstelAcademies** in West -Vlaanderen, bieden zowel in Noord, Midden als Zuid West-Vlaanderen een laagdrempelig en (preventief) vormingsaanbod aan rond psychische gezondheid (bv. omgaan met tegenslagen, omgaan met eenzaamheid, piekeren, depressie) aan. De cursussen richten zich in de eerste plaats naar mensen met een psychische kwetsbaarheid, maar ook betrokkenen uit de omgeving en (toekomstige) hulpverleners kunnen aan de cursussen deelnemen. De cursussen worden in coproductie tussen ervaringsdeskundigen in geestelijke gezondheid en professionelen georganiseerd. Vanuit verschillende netwerken in West-Vlaanderen is er bereidheid om de workshops of een training op maat van de doelgroep 'studenten' uit te werken. Naast het vormingsaanbod hebben sommige Herstelacademies ook therapiegroepen die zich eerder tussen eerste en tweede lijn situeren. Herstelacademie Surplus2 bijvoorbeeld biedt onder leiding van een professionele hulpverlener therapiegroepen aan waarbij men werkt rond transdiagnostische processen (kwetsbaarheden die groei en zelfontplooiing belemmeren en kans op herstel verhogen) zoals emotieregulatie, sociale vaardigheden enz. De kwaliteit van het aanbod wordt verzekerd door evidence-based onderbouw en ervaren therapeuten. Deze groepstraining kan op zich staan of aanvullend op een lopende (individuele) behandeling of aansluitend. Het voordeel is dat dit kwaliteitsvol aanbod laagdrempelig, zonder exclusie, en grotendeels zonder doorverwijzing kan ingestapt worden (met uitzondering van "Toekomstgerichte Training"). In Covid periode mocht het aanbod fysiek doorlopen (waardevolle insteek in de huidige omstandigheden). Met het online aanbod bereikt men een andere doorsnede van de bevolking (mogelijks ook doelgroep van studenten). De piste 'blended learning' wordt hiertoe verder verkend.

De **algemene Nederlandstalige hulp- en advieslijnen**²¹ zoals Tele-Onthaal 106, de Zelfmoordlijn 1813, VAD, de Druglijn 078 15 10 20, de hulplijn voor Geweld, misbruik en kindermishandeling 1712, Sensoa, Similes, CM Teleblok, AA Vlaanderen, AB-BN, Teleonthaal, 1712, WATWAT, Awel, Lumi, Werkgroep Verder enz. leveren een belangrijke bijdrage in de nulde lijn. Deze organisaties met een Vlaanderen breed aanbod, zijn zeer toegankelijk voor studenten en sluiten aan op thema's waar studenten vragen rond hebben. Vaak bieden deze lijnen naast informatie ook online hulpverlening (site, chat, telefonisch) dat perfect aansluit bij het stepped care principe, wegens het laagdrempelige karakter en de snelle bereikbaarheid van deze hulpvorm.

Er zijn ook enkele **organisaties die zich situeren binnen de jeugdhulp**, zoals onder meer Eigen Kracht Centrale, 1gezin-1plan-werkingen en Re-Member -Open Hart Cirkels die de kracht van het netwerk van jongeren erkennen en inzetten in op de verbinding en dialoog. Gezien de recente aanpassing van de leeftijdsbepaling in jeugdhulp kunnen zij een mogelijks aanbod bieden naar jongvolwassenen tot 25 jaar, dit wel telkens binnen een gezinscontext. Zo biedt VZW Oranjehuis te Kortrijk aan jongeren en hun leefomgeving hulp om blijvende positieve veranderingen te brengen in situaties die als een probleem ervaren worden thuis, op school, op het werk, in de vrije tijd of in de buurt.(herstellen banden tussen mensen, hun omgeving en de natuur, voorkomen uitsluiting uit maatschappelijke structuren. De eigen kracht van alle betrokkenen staat centraal. Bij schade zet men in op herstel van zowel emotionele, relationele als materiële schade, ten aanzien van een persoon en de gemeenschap.

Route 36 is een samenwerkingsverband van Stad Brugge, OCMW-Vereniging SPOOR Brugge en CAW Noord-West-Vlaanderen. Dit is de werkplek van het JAC, LOGiN, jongerenwerking 't Salon, Buurtsport en de preventiewerkers. Het jongerenhuis legt de link tussen welzijn en vrije tijd en zet zich in voor (kwetsbare, kanszoekende) jongeren (12 en 25 jaar) in Brugge door een plek en activiteiten aan te bieden die hen ondersteunt vanuit hun noden en behoeften. Route 36 wil dat alle jongeren en professionals bij hen terecht kunnen voor kennismaking met de diensten in huis, meer informatie over het activiteitenaanbod of voor praktische hulp.

²¹ De sociale kaart bevat ook een overzicht van advies- en consult lijnen.

Er zijn ook **maatschappelijke diensten** met een direct verband met GGZ. Veel organisaties verlenen zorg die niet wordt omschreven als GGZ, maar die er wel mee samenhangt, zoals werkgelegenheid ondersteuning, (zoeken naar) huisvesting, financieel advies, hulp bij sociale problemen, enz. Typische voorbeelden zijn het OCMW, VDAB, ACTIRIS, RVA, sociale huisvestingsmaatschappijen, diensten voor maatschappelijk werk van de mutualiteiten, lokale overheden, zoals gemeenten, enz.

Jong Volk is een online content platform voor en door Brugse jongeren (+16), en dus ook voor studenten. Het platform toont dat “Brugge leeft, dat de stad meer dan een historisch centrum is en dat veel jongeren met interessante projecten bezig zijn en boeiende verhalen te vertellen hebben”. Op verschillende manieren (podcast, video reeks) brengen jonge creatievelingen diverse verhalen in beeld. Waar “Young Ones” focust op verhalen van jongeren die hun weg zoeken in Brugge, focust “Hang-Outs” op de favoriete plekken van Brugse jongeren, “Podcar” is een podcast over methodes en werkwijzen van creatieve toppers.

Krachtig én toonbeeld van een zeer goed praktijk is het gegeven dat er een samenwerking ontstond tijdens de pandemie met jongeren (hulpverlening) organisaties en Jong Volk. Vanuit de noodzaak om jongeren terug te kunnen bereiken groeide de samenwerking met Jong Volk. **#SAMEN8000** wijst “de weg naar (digitale) plekken waar jongeren samen kunnen komen voor een online activiteit, een babbel of om andere verhalen van jongeren te horen. Daarnaast ook goede praktijk omdat het voor én volledig door jongeren gemaakt wordt, participatie is volop aan de orde! Eén professional bewaakt de kwaliteit van de content en ondersteunt de jongeren met audiovisuele tools (een starterskit is beschikbaar). Het situeert zich op de nulde lijn omdat weg gewezen wordt naar vrijetijdsactiviteiten en heel laagdrempelige vormen van hulp, tot meer gespecialiseerde.

Tot slot zijn er ook een aantal diensten die de instellingen kunnen ondersteunen op vlak van preventieve activiteiten. De **Lokaal GezondheidsOverleggen (LOGO's)** geven als netwerkorganisatie een gezicht aan het preventiebeleid van De Vlaamse Overheid. In West-Vlaanderen zijn er drie regio's waar de Logo's actief zijn: Brugge- Oostende, Midden - West-Vlaanderen en Leieland. Via samenwerking met partners uit hun werkingsgebied ondersteunen ze met wetenschappelijk onderbouwde preventie methodieken de lokale besturen en andere partners om de preventieve gezondheidsreflex in de praktijk, op maat om te zetten. In Zuid West-Vlaanderen werd bijvoorbeeld op vraag van de lokale besturen de website www.kzitermee.be uitgewerkt die de hulpverlening dichterbij de bevolking brengt en tegemoet komt aan de actuele noden. Mensen die met een vraag zitten, hulp zoeken, veerkracht willen versterken of iemand anders willen helpen, ondersteunen. Via een eenvoudig door-klik systeem kan men afhankelijk van de vraag organisaties vinden die verder hulp kunnen bieden. Voor de jongeren werd een eigen ‘ingang’ in het portaal gemaakt. Zowel het regionale als het Vlaamse hulpverleningsaanbod wordt vermeld. Om de campagne verder bekend te maken binnen onderwijs en en jeugdwerking werd de toolkit gedigitaliseerd (QR code, voorbeeldberichten sociale media) en fysieke communicatie materialen aangepast.

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is rechtstreeks toegankelijk en staat ook bekend als de ‘poortwachter van de gezondheidszorg’. De eerstelijnszorg omvat diensten en personen waar studenten op een laagdrempelige manier ambulante bij professionelen terecht kunnen met vragen omtrent psychische gezondheid. Zij verkennen de hulpvraag, schatten de ernst in en bieden kortdurende interventies aan.

Op de eerste lijn in West-Vlaanderen is er naast het aanbod van de studentenvoorzieningen in de eerste lijn, ook een uitgebreid aanbod van verschillende organisaties (Jac, OCMW, CAW, TEJO, Overkop) die zich zeer toegankelijk (gratis, anoniem en vertrouwelijk, zonder afspraak tijdens kantooruren) naar jongvolwassenen richten. Bij de onthaaldiensten kan de student rechtstreeks langsgaan met elke welzijnsvraag. Elk van deze diensten organiseert een brede onthaalfunctie, laagdrempelig en voor iedereen toegankelijk. Er zijn geen wachtlijsten in het onthaal en de eerste hulp is gratis.

Het Jac, de jongerenwerking van het CAW biedt ondersteuning rond een ruim scala aan welzijnsvragen en thema's (relaties, rechten, wetten, je goed in je vel voelen). Het aanbod kan via mail, chat, of telefoon of sms. Gezien er geen domiciliëring in het werkgebied nodig is, kunnen ook kotstudenten bij het JAC terecht. Jac's zijn zeer ruim verspreid in de diverse studentensteden in West-Vlaanderen (Brugge, Oostende, Kortrijk, Roeselare, Torhout). Daarnaast ook antennes (o.a. in Ieper, Izegem, Tielt, Menen, Waregem enz) waar pendel studenten ook terecht kunnen. Er is vaak weinig tot geen wachttijd voor opstart ondersteuning. Vanuit het Jac kan men (indien geïndiceerd) ook voor meer specifieke vragen beroep doen op een deelwerking van het CAW.

De **Centra Algemeen Welzijnswerk (CAW)** bieden laagdrempelige ondersteuning via ontmoeting, informatie en advies, preventie, begeleiding, opvangen crisis hulp. Een rijk aanbod aan thema's wordt in de diverse deelwerkingen opgenomen: goed in je vel voelen, administratie en financiën, gezondheid, zelfstandigheid werk & vrije tijd, relatie gezin en omgeving, schokkende gebeurtenissen, migratie. Met de komst van meer werk, zelfstandige en graduaat studenten kan de noodzaak voor dergelijke bijkomende ondersteuning mogelijk groeien. Er is aanwezigheid van crisispermanentie in Roeselare en Ieper, waarbij het CAW samenwerkt met andere organisaties om de minst ingrijpende oplossing aan te bieden. Ook voor andere hulpvragen bestaat vaak een goede samenwerking met stad, welzijnsorganisaties en geestelijke gezondheidszorg.

Tejo biedt op korte termijn psychologische hulp (kortdurend) aan jongvolwassenen. Door in een vroege fase van een problematiek te interveniëren wil men nog sterk gebruik maken van de veerkracht. De capaciteit van de Tejo's in West-Vlaanderen is momenteel beperkt. Indien de problematiek meer gesprekken vraagt of crisis hulp nodig is verwijst men door naar de nodige diensten. Tejo heeft aanbod in Brugge, Kortrijk, Roeselare, Oostende en Ieper.

In Oostende biedt **Overkop** een laagdrempelig onthaal voor jongvolwassenen tot 25 jaar. Jongeren kunnen er met hun persoonlijke vragen 'inlopen' bij professionele medewerkers en kunnen er terecht kunnen rond thema's zoals m.b.t. relaties, depressie, vrije tijd werk. Naast fysieke gesprekken zijn ook vragen via de chat van Awel, het JAC of het CLB mogelijk. Het aanbod van Overkop Huizen wordt in de regio Midden en Zuid West-Vlaanderen uitgebreid. In 2021 komt er een Overkop huis in Kortrijk, Ieper, Menen, Poperinge. Hierdoor wordt de capaciteit om jongvolwassenen laagdrempelig op te vangen sterk vergroot.

Medisch Sociaal Opvang Centrum (MSOC) in Oostende biedt ondersteuning aan jong volwassenen die kampen met een hulpvraag rond illegaal druggebruik (of ouders die bezorgdheid hebben). Binnen de week wordt een intakegesprek gepland. Voor cliënten in crisis kan dit zelfs sneller.

Huisartsen, vaak in de gemeente of stad waar student woonachtig is, hebben vaak een vertrouwensband met de student opgebouwd en zijn een van de belangrijkste en eerste contactpunt bij gezondheidsproblemen. Bij meer dan zeven op de tien gevallen zijn ze betrokken bij de detectie, diagnose of behandeling van personen met geestelijke gezondheidsproblemen. Sommige studenten kiezen er dan net voor om bij de start van studies een nieuwe, zelfgekozen arts in de studentenstad op te zoeken. Vaak is de huisarts een uniek aanspreekpunt waar eerste vragen, bezorgdheden, klachten rond mentaal onwelbevinden gedeeld worden. Vanuit deze vertrouwensrelatie kan de arts een student gericht motiveren om verdere stappen te zetten indien geïndiceerd. De arts blijft vaak betrokken als directe partner in een mogelijk hulpverleningstraject.

Eerstelijns Psychologische Zorg (ELP) georganiseerd vanuit de Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg biedt psychologische hulp wanneer informele zorg niet meer volstaat. Het doel is om enkelvoudige, licht tot matige problemen met betrekking tot geestelijke gezondheid (angst, depressie of alcoholgebruik) snel te behandelen opdat chroniciteit en complexere problemen niet zouden ontstaan. Voordeel is dat dit aanbod vrij snel kan opgestart worden (maximum maand wachttijd, vaak minder!). Verwijzing van een arts is vereist. Vanaf 1 september 2021 wordt het aanbod van eerstelijnspsychologische zorg gecoördineerd versterkt voor het hele land. De zorg is georganiseerd volgens 2 leeftijdscategorieën, met name het **netwerk “kinderen en adolescenten” (tot en met 23 jaar)** en het **netwerk “volwassenen” (vanaf 15 jaar)**. Deze leeftijdscategorieën overlappen elkaar om een passend aanbod te garanderen voor mensen van 15 t.e.m. 23 jaar, die dus hun zorgnetwerk (jongere of volwassene) kunnen kiezen volgens hun noden. De financiering van deze zorg is eveneens georganiseerd volgens 2 types van eerstelijnspsychologische zorg. De psychologische zorg in de eerste lijn betreft interventies van korte duur en/of lage intensiteit die bijdragen tot het behoud of herstel van psychisch welzijn. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op 10 individuele sessies of 8 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op 8 individuele sessies of 5 groepsessies. De gespecialiseerde psychologische zorg is er voor mensen die gespecialiseerde zorg nodig hebben vanwege een onderliggende psychische aandoening. Kinderen en adolescenten (t.e.m. 23 jaar) hebben recht op gemiddeld 10 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 15 groepsessies per periode van 12 maanden. Volwassenen (vanaf 15 jaar) hebben recht op gemiddeld 8 individuele sessies (maximaal 20) of maximaal 12 groepsessies. Het uitgangspunt is de behoeften van de patiënt zo snel mogelijk op te sporen, door de eerste individuele sessie uit te voeren binnen een week tot maximaal een maand na de hulpvraag. Deze sessies of behandelingen zullen worden uitgevoerd door klinisch psychologen of klinisch orthopedagogen die een overeenkomst met een netwerk hebben. Verschillende psychologen geven dit aanbod reeds in West-Vlaanderen. Dit biedt de mogelijkheid voor zowel voor kot - als pendelstudenten om kwaliteitsvol, kortdurend en snel geholpen te worden. De analyse leert dat er in Midden en Zuid West-Vlaanderen nog capaciteit is om op korte termijn op te starten.

Daarnaast zijn er ook nog de ELP vanuit de Netwerken 1gezin1plan waar studenten (tot 25 jaar) zeker ook beroep op kunnen doen via verwijzing door de brede instap en het Verbindingsteam. Het Verbindingsteam werkt tijdelijk samen met gezinnen. Dit team brengt de krachten van een gezin in kaart en brengt mensen rond hen samen. Met het gezin aan het stuur, formuleren ze mogelijkheden en oplossingen die in het hier en nu perspectief brengen in de situatie. Huisartsen kunnen rechtstreeks verwijzen naar de ELP.

Naast de gesubsidieerde zorg heeft West-Vlaanderen een uitgebreid (en steeds groeiend) aantal **zelfstandige therapeuten en psychologen** (individuele - en groepspraktijken). Studentenvoorzieningen doen een beroep op zelfstandige praktijken in het kader van (vervolg), begeleiding, psychotherapie en diagnostiek. De studentenvoorzieningen hebben reeds regionaal een goede samenwerking opgebouwd met deze externe therapeuten. Het up to date te blijven rond het steeds groeiend ruime aanbod van deze externe partners (aanbod, specialisme, methodiek enz) blijft een uitdaging. Verruiming van dit netwerk kan onder andere via de (soms recent) opgebouwde **Psychologen Kringen** en de zoekfunctie van de beroepsvereniging **VVKP**, waardoor ook het ruimere aanbod in en buiten West-Vlaanderen meer zichtbaar wordt.

GGZ-diensten in de maatschappij en psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen - Tweedelij

De tweede lijn betreft ambulante en professionele hulpverlening die gespecialiseerd is in een bepaalde doelgroepen en problematieken. Onder deze lijn vallen centra voor geestelijke gezondheidszorg, revalidatiecentra, psychiatrische afdelingen in algemene ziekenhuizen en mobiele teams.

In West- Vlaanderen is er een ruim aanbod aan tweedelijnsdiensten die een gespecialiseerd, (vaak ambulant) aanbod rond geestelijke gezondheidszorg aanbieden. Het is de bedoeling dat personen met milde psychische problemen de weg via huisarts vinden naar eerstelijnspsychologische zorg. Personen met meer ernstige psychische of psychiatrische problematiek kunnen dan beroep op het tweedelijns aanbod van CGG, revalidatiecentrum en Psychiatrische Afdeling Algemeen Ziekenhuis (PAAZ). Toegang tot de de meer gespecialiseerde hulpverlening in tweede lijn gebeurt vaak op verwijzing van een (huis) arts of andere hulpverleners. Diensten onder deze lijn werken vaak multidisciplinair. Een kernteam van psychiaters, psychologen, maatschappelijk assistenten, psychiatrisch verpleegkundigen aangevuld met creatief-, beweeg-, ergo therapeuten e.a. bieden elk vanuit hun discipline én samen een meerwaarde in de ondersteuning van de cliënt. Ook diverse mobiele teams situeren zich op tweede lijn. Dit gespecialiseerd aanbod (zowel langdurig als kort) is geïndiceerd bij personen met een meervoudige, complexe, vaak ernstige problematiek waarbij er noodzaak is om mobiel (aan huis, in de voorziening,...) te werken. Vanuit een psychische kwetsbaarheid en de gewenste interventie vereist dit vaak expertise vanuit geestelijke gezondheidszorg. Naast deze langdurige zorg bieden mobiele teams ook kortdurende interventies in de thuisomgeving van de cliënt voor acute psychische en psychiatrische problemen. In wat volgt lichten we de werking toe van tweedelijnsdiensten die gericht ondersteuning aan studenten op maat kunnen bieden.

In de studentensteden Brugge, Oostende, Kortrijk, Roeselare, Torhout bevindt zich een **Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)**. Ook in andere steden (Ieper, Veurne, Diksmuide, Menen, Tielt, Waregem, Izegem) zijn antennes waar (pendel) studenten terecht kunnen. De aangeboden zorg kan bestaan uit een (combinatie van) medisch-psychiatrisch en psychotherapeutische behandeling op afspraak. Vaak is er naast het individuele aanbod ook mogelijkheid om met de partner, het gezin of in groep aan de problematiek te werken.

Via een (telefonische) screening met een verwijzer wordt bekeken of de hulpvraag binnen het CGG kan opgenomen worden. Er is voornamelijk inclusie van matig tot ernstige psychische en/of psychiatrische problematiek die ambulant behandeld kan worden (multidisciplinair). Wat betreft de mogelijkheden bij crisisinterventie is er bij uitzondering een kortdurend stabilisatietraject voor de student in crisis mogelijk. Vanuit het CGG zal men eerder coachend optreden naar de professional of verwijzer om zelf de student verder te ondersteunen. Gezien de hoge instroom is er vaak een wachttijd, maar doch is dit regionaal sterk verschillend. Zo is er bij CGG Noord West-Vlaanderen geen wachttijd, en is er onmiddellijke contactname met de student en verwijzer. Het inplannen van een screening gebeurt binnen de maand. De focus ligt op kortdurende behandeling. CGG Prisma heeft een reguliere werking. Bij CGG Largo is een JOVO team (16-24 jaar) waarbij de jongvolwassenen gericht behandeld worden vanuit de ontwikkelingsfase waar ze zich in bevinden. Bij CGG M&L is de wachttijd voor individuele therapie afhankelijk van enerzijds de behandelfocus (angst, dwang en stress, interpersoonlijke en gedragsproblemen, traumaverwerking en levensfaseproblemen - depressie) en anderzijds de modaliteit (individueel of groep). Er is een vernieuwd groepsaanbod waarbij de 'Piekergroep', 'Acceptance and Commitment Therapy', 'Groepspsychotherapie' en 'Mentalisation Based Treatment -Introductie' mogelijk interessant kunnen zijn voor studenten.

De tweede lijn omvat **gespecialiseerde diensten** rond problematiek die hun aanbod diversifiëren in de verschillende lijnen. Een goed voorbeeld zijn de centra rond druggebruik en verslaving die met een getrappt aanbod gericht en afgestemd kunnen inspelen op de behoeften van de student. Het aanbod varieert van ambulante ondersteuning tot korte, langdurige en crisisopnames, begeleiding aan huis en uitgebreide ondersteuning aan professionals, student en hun netwerk. Bij verbetering van de klachten kan een minder intensief aanbod in dezelfde dienst voorzien worden. Zo voorziet Kompas vzw, als Drugs Expert Team in Zuid West Vlaanderen, een uitgebreid aanbod aan informatie en advies, ambulante (individuele) begeleiding, residentieel aanbod (kortdurende crisisopvang, langdurige intensieve opname), mobiele crisisbegeleiding en uitgebreid advies, coaching en ondersteuning naar professionals en netwerk. Ook de Sleutel richt zich naar mensen met drugproblemen en risicogroepen met een aanbod van preventie, crisisopvang, ambulante en residentiële hulpverlening en werkgelegenheid in Vlaanderen. De afdeling in Brugge richt zich onder meer naar (jong) volwassen personen die af en toe gebruiken (of gebruikt hebben) en zich zorgen maken. In Brugge wordt een ambulante 'Voortraject' (vroeginterventie) aangeboden gericht op jongeren tot 25 jaar aangeboden waarbij motivatie tot hulpverlening ontbreekt. Het traject wil bewustmaking van risicogedrag stimuleren, de weerbaarheid verhogen en het sensibiliseren en activeren van context. Daarnaast is er ook VIDA (Vroeg Interventie Drugs en Alcohol): een kortdurend psycho-educatief programma voor jongeren die (beginnend) problematisch alcohol en/of andere drugs gebruiken. Bij jongeren/jongvolwassenen met een ernstige drugproblematiek biedt men eerder een aanklappende motivationele aanpak, gericht op toeleiding naar behandeling.

In West -Vlaanderen zijn er ook verschillende **Psychiatrische Afdeling Algemeen Ziekenhuis (PAAZ)** diensten gericht op urgentiepsychiatrie, kortdurende hospitalisaties en behandelingen op een gespecialiseerde eenheid, liaisonpsychiatrie en ambulante zorgverlening. Het team van een psychiatrisch ziekenhuis bestaat uit psychiaters, psychologen, (psychiatrisch) verpleegkundigen aangevuld met bijvoorbeeld ergo therapeuten, bewegingstherapeuten, maatschappelijk werkers. De urgentiepsychiatrie vinden we o.a. terug in een EPSI (= Eenheid voor Psychiatrische Spoed Interventies). Op deze eenheid wordt hulp verleend aan mensen met een acuut onhoudbaar psychisch lijden, 24 uur op 24, 7 op 7. Het voordeel is dat op deze eenheid studenten zich persoonlijk als via hun huisarts kunnen aanbieden. Voorbeelden van crisissituaties zijn: suïcidereiging of -poging, onhoudbare angst of depressie, verwardheid, verslavingsproblemen (alcohol, drugs en medicatie), uit de hand gelopen familiale of relationele conflicten.

Na een crisisopname kan een kortdurende traject volgen (al dan niet met opname) of een gerichte verwijzing naar een externe hulpverlener. Verschillende PAAZ diensten werkten behandelingen op een gespecialiseerde eenheid uit. Zo biedt De Bres (AZ Groeninge - Kortrijk) een kortdurende en intensieve psychotherapeutische dagbehandeling in groep aan. De Bres (kan ingeschakeld worden als een opname niet mogelijk of nodig is en als nazorgprogramma na een opname. Voorbeelden van problematieken die aan bod komen zijn stemmingsstoornissen; problemen met middelenmisbruik (alcohol, medicatie ...); angst- en spanningsklachten; problemen met het verwerken van verliessituaties. Verder biedt de Crisisopname jongerenpsychiatrie (AZ Delta - Roeselare) een programma van drie weken aan met crisiswerking voor jongeren tussen 15 en 20 jaar. Het doel van de opname is om de problematiek in kaart te brengen en advies te geven inzake vervolghulpverlening. Het programma wordt op maat van de jongere gemaakt en betreft de onmiddellijke omgeving (zowel familie als samenwerking met de bestaande hulpverlening). Het PZ Heilig Hart en het Jan Yperman Ziekenhuis in Ieper baten sinds 2020 gezamenlijk een psychiatrische afdeling in het algemeen ziekenhuis (PAAZ) uit. Dit betreft een zeer hechte samenwerking waarbij er o.a. liaisonfunctie vanuit PZ Heilig Hart in het Jan Yperman Ziekenhuis voorzien is. Het Jan Yperman Ziekenhuis is ook actief in Hedera, een kleinschalig centrum voor psychische revalidatie in Ieper. Het centrum biedt een revalidatieprogramma aan via therapieën en individuele begeleiding. Focus ligt op vaardigheden en talenten, eerder dan zich te richten op problemen en tekorten. Deelname betekent dat per week meerdere halve of volle dagen van het revalidatietraject gevolgd wordt. Samen met het CGG Largo hebben beide ziekenhuizen ook het ABA- programma uitgewerkt: 'het Ambulant Behandelprogramma Alcohol'.

Het omvat een gespecialiseerde groepstherapeutische behandeling aan voor personen met een problematisch alcoholgebruik. Het trainingsprogramma dat loopt over acht halve dagen, over acht weken. Nadien is er de mogelijkheid om wekelijks nazorg te volgen. In het programma zijn acht trainingssessies op dinsdag voorzien alsook een aantal infosessies 's avonds. Een individuele begeleidingssessie kan op indicatie ingepland worden.

In West-Vlaanderen zijn er drie Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg (Noord, Midden en Zuid WV) voor volwassenen, en één provinciaal, WINGG, voor kinderen en jongvolwassenen (ook studenten tot 25 jaar). Vanuit deze Netwerken GGZ en een aantal psychiatrische ziekenhuizen zijn **mobiele teams** opgestart. Zoals in de inleiding aangegeven voorzien ze o.a. in crisissituaties een intensieve outreachende begeleiding in de thuiscontext. Bij de crisis is het netwerk en de aanwezige ambulante zorg ontoereikend. Deze teams streven naar het herstellen van het evenwicht in het leven van de cliënt en zijn omgeving. Tijdens de begeleiding gaan verschillende medewerkers aan huis (= shared caseload). Iedere professionele hulpverlener kan een cliënt aanmelden. Bij voorkeur gebeurt dit door of na overleg met een arts. Deze crisisteams zien binnen de 24 uren na aanmelding de cliënt.

In Midden West-Vlaanderen (Netwerk Kwadraat) richt het Mobiel Team Acute Zorg, zich tot volwassenen tussen 18 en 65 jaar met een veronderstelde psychische kwetsbaarheid en een (sub)acute nood. Na het aanmeldgesprek wordt overlegd met de betrokken psychiater of arts. Na beslissing van inclusie wordt begeleiding meteen opgestart. In Noord West-Vlaanderen voorziet het Mobiel Crisis team Oostende- Veurne mobiele begeleiding wanneer er sprake is van een psychische of psychiatrische crisissituatie (met het doel om een opname te vermijden of te verkorten). In Zuid West-Vlaanderen is er het recent opgestarte Mobiel Crisis Team Kortrijk, ontstaan uit de samenwerking AZ Groeninge en PZ Heilige Familie met gelijkaardige opdracht en werking.

Voorzieningen voor lang verblijf en gespecialiseerde afdelingen - Derdelijn

De derde lijn betreft voornamelijk psychiatrische ziekenhuizen en gespecialiseerde voorzieningen waar men langdurig in behandeling is en residentieel verblijft. De ziekenhuizen zijn gespecialiseerd in bepaalde doelgroepen en problematieken.

In West Vlaanderen is er een ruim aanbod aan gespecialiseerde zorg op psychiatrisch vlak binnen **psychiatrische ziekenhuizen**/centra (zowel in regio Brugge als Kortrijk en de andere studentensteden). Deze (vaak) niet rechtstreekse toegankelijke zorg bestaat uit de gekende residentiële behandelprogramma's, waarbij een combinatie van individuele en groepstherapie verstrekt wordt. Zo is het Psychiatrisch Ziekenhuis Onze Lieve Vrouw te Brugge gespecialiseerd in de behandeling van mannen en vrouwen vanaf 16 jaar met verslavingsproblematiek, psychotische problematiek, persoonlijkheidsstoornissen, depressieve problemen of nood aan intensieve psychiatrische zorg. Elk traject heeft één of meerdere afdelingen (residentieel, dagbehandeling en/of nabehandeling).

Naast het residentiële aanbod, kan een nazorgtraject (of op zichzelf staand) therapeutisch dagaanbod of individuele consultaties ter afronding geboden worden. Zo bieden het PTC Rustenburg (Brugge-Zorgprogramma Jeugd) en Kliniek St Jozef Pittem (Afdeling Jongvolwassenen) specifieke afdelingen en trajecten voor jongvolwassenen aan. Hierdoor kan met gericht (o.a. studenten) in hun ontwikkelingsfase ondersteunen en gaan ze niet op in de ruime groep van 'volwassenen'. In opvolging van deze zorg biedt men een ambulante nazorgtraject aan zodat de afronding op goede wijze kan gebeuren.

Soms minder gekend, maar ook als volwaardig traject op zich, zijn de gespecialiseerde ambulante dagprogramma's die geboden worden, in functie van nazorg. In het Centrum voor Psychische Revalidatie Inghelburch (Brugge) vormen jongvolwassenen een grote groep, zoals studenten die vastlopen in hun studie en reeds langer thuis zijn. Via multidisciplinaire dienstverlening (psychiater, ergo, psycholoog, maatschappelijk werk, psychomotore therapie) werkt men aan persoonlijk en sociaal herstel en biedt men een perspectief aan. Aanmelding kan naast verwijzing ook op eigen initiatief gebeuren.

Aan de verschillende residentiële afdelingen zijn telkens psychiaters (met specialisatie naar problematiek) verbonden. Vaak zijn er ook verschillende psychiaters voor ambulante consultatie, screening en nazorg beschikbaar. De ziekenhuizen hebben vaak psychiaters (ook assistenten-psychiaters in opleiding) die snel voor oriënterende ambulante consultatie beschikbaar zijn (ook op eigen initiatief). In Kliniek Sint Jozef te Pittem bijvoorbeeld is de eerste consultatie bij een psychiater mogelijk op korte termijn (zonder wachtlijst).

Netwerkorganisaties en ondersteunende diensten

In West- Vlaanderen zijn er zoals reeds aangegeven drie **Netwerken Geestelijke Gezondheidszorg** (Netwerk NWVL, Kwadraat en ZWVL) voor volwassenen, en één provinciaal voor kinderen en jongvolwassenen (WINGG). Vanuit de samenwerking met verschillende partners binnen de Netwerken GGZ zijn er regionaal of gericht naar specifieke doelgroep **ondersteunende advies en consult lijnen voor professionals en omgeving** ontstaan. Via deze lijnen biedt men o.a. uitgebreid kwalitatief consult en advies, toeleiding naar geïndiceerde diensten, netwerkopbouw en vaak ook vorming en deskundigheidsbevordering. Medewerkers van de studentenvoorzieningen kunnen zich hiernaar toe richten met vragen bij een bepaalde casus. Zo kan elke studentenvoorziening in West-Vlaanderen een beroep doen op "Crosslink" (WINGG) voor advies/vraag omtrent jongere (wel nog thuis woonachtig, pendel of kotstudent) met vermoeden van een probleem mbt geestelijke gezondheid. Vanuit Crosslink biedt men aan de professional: onmiddellijk telefonisch advies, toeleiding naar de gespecialiseerde geestelijke gezondheidszorg, consult via een overleg of outreachend op afspraak binnen een voorziening. Vorming en deskundigheidsbevordering met o.a. webinars mbt automutilatie, eetstoornissen, zelfzorg staan op de agenda dit jaar. Vorming op maat voor diensten is ook mogelijk.

In Noord West-Vlaanderen kunnen de studentenvoorzieningen ook een beroep doen op advies bij PET "Psychiatrische Expertise Team" waarbij men bijzondere aandacht heeft voor vroege interventie bij adolescenten en jongvolwassenen. Naast onmiddellijk advies en consult is er ook ondersteuning bij signaalherkenning en risicotaxatie, screening en indicatiestelling, netwerkopbouw en netwerkcoördinatie, coaching, vroeginterventie en kortdurende behandeling, motivationeel gesprek en aanklappende zorg, toeleiding naar de gespecialiseerde geestelijke gezondheidszorg, vorming en deskundigheidsbevordering. In Midden West-Vlaanderen biedt Netwerk Kwadraat een gelijkaardig aanbod voor Stuvo's bij vragen in complexere casussen (vraagverheldering, advies, ondersteuning bij het doorverwijzen, versterken van het netwerk en de zorgvrager, coördinatie van de zorg en coaching).

Naast advies en consult lijnen die voorafgaand aanbod hebben afhankelijk van de leeftijd is er **ondersteunend aanbod gericht op een bepaalde problematiek**. Zo biedt Kompas vzw via het DET "Drugs Expertise Team" in Midden en Zuid West-Vlaanderen jongvolwassenen, hun context als hulpverleners ondersteuning aan met vragen rond drugsgebruik (advies en consult, screening en indicatiestelling toeleiding naar de gespecialiseerde hulpverlening). In Noord West-Vlaanderen biedt De Sleutel in samenwerking met CGG NWVL een gelijkaardig aanbod aan met als doel het actief ondersteunen van eerstelijnsactoren om te komen tot vroegdetectie van problemen m.b.t. gebruik van illegale middelen.

Naast de ondersteunende diensten opgebouwd vanuit de Netwerken GGZ vanuit WVl is er ook nog een ruim aanbod aan ondersteuning vanuit **Vlaanderen** via de **expertisecentra** en **Vlaams uitgebouwde hulplijnen** (met focus op een bepaald thema of problematiek. In wat volgt enkele voorbeelden van expertisecentra. Zo is het **Vlesp** betrokken bij de uitvoering van het Vlaams Actieplan Suïcidepreventie. Het aanbod bestaat uit laagdrempelige telezorg voor mensen die aan zelfmoord denken en hun omgeving, het organiseren van de zelfmoordlijn (1813), het uitdragen van suïcidepreventie d.m.v. vorming en sensibilisering. Verder ontwikkelen ze vormingsmodules en bouwen ze expertise op om die te delen met de samenleving. Sensoa is het Vlaams expertisecentrum voor seksuele gezondheid. **Sensoa** geeft informatie en advies over seksualiteit en relaties, voornamelijk via hun site. Sensoa zorgt ook voor vorming en opleiding van professionals. Sensoa heeft geen rechtstreeks psychologisch of hulpverleningsaanbod naar studenten. Studenten kunnen wel informatie over seksualiteit en relaties terugvinden op de website www.allesoverseks.be en op www.zanzu.be (voor anderstalige studenten). **VAD** is de partnerorganisatie van de Vlaamse Overheid inzake preventie van gezondheidsproblemen door alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gamen en gokken. Het aanbod van VAD bestaat uit het ontwikkelen van sensibiliserend, educatief materiaal; verstrekken van productinformatie en info rond wetgeving; het uitwerken van ondersteunend materiaal bij een alcohol- en drugbeleid; het verstrekken van onderzoeksrapporten over middelengebruik in het hoger onderwijs. Daarnaast organiseren ze de Druglijn (zie bij hulplijnen).

Daarnaast zijn er in Vlaanderen ook overkoepelend **hulplijnen** (vaak verbonden aan de eerder beschreven expertisecentra of partnerorganisaties van de Vlaamse Overheid) rond een bepaald thema (1813 - zelfmoordlijn, Lumi, Transgender Infopunt enz).

4. Noden, opportuniteiten en actiepunten

De hogeronderwijsinstellingen in West-Vlaanderen hebben op vlak van psychische gezondheid reeds een rijk ondersteuningsaanbod uitgebouwd, waarbij de samenwerking via Psywest een sterkte en meerwaarde is. Specifieke noden van instellingen en de regio situeren zich op vlak van verdere uitbouw communicatie van het aanbod (intern en extern), preventieve acties, ehealth, internationale studenten en het verder uitbouwen van een West-Vlaams (doorverwijs)netwerk met bijhorende sociale kaart en een Vlaanderenbreed lerend netwerk.

Bij de verschillende hogeronderwijsinstellingen in West- Vlaanderen is er grote welwillendheid, zin en open mind om de eigen expertise te delen of beschikbaar te stellen voor een partner. Binnen dit constructief samenwerken schuilt de visie dat expertise delen, de kwaliteit van de eigen dienstverlening kan bevorderen en het geheel meer is dan de soms der delen. Concreet wordt de samenwerking van de hogeronderwijsinstellingen binnen Psywest dit jaar versterkt en verruimd. Op korte termijn bekijkt men samen de groeikansen voor Psywest, zowel op inhoudelijk vlak als op samenwerking met als doel de kwaliteit en het aanwezige potentieel te verhogen. Uitwerken en concretisering van een gemeenschappelijke missie en visie staan op de agenda. Volgend academiejaar werkt men dit uit via kwalitatieve verbeteringen op vlak van afgestemd aanbod, versterken van de samenwerking (intern en extern) en heldere communicatie naar de student en mogelijke verwijzer over het aanbod.

Uit de omgevingsanalyse blijkt dat er vanuit de de studentenvoorzieningen een goede samenwerking is met verschillende diensten uit het welzijn en hulpverleningslandschap in West- Vlaanderen. Daarnaast blijkt ook dat nieuwe initiatieven vanuit de Netwerken GGZ, zoals o.a. het aanbod van de herstelacademies, mogelijkheden van ELP, (vernieuwd) aanbod van gekende diensten zoals CAW, CGG momenteel minder aangesproken worden. Ook wat betreft het gebruik maken van de advies- en consultlijnen zowel om de aanpak in een casus te ondersteunen, als deze te ontsluiten voor studenten, liggen nog opportuniteiten.

Een goede samenwerking met zelfstandige praktijken werd opgebouwd en wordt geregeld geëvalueerd en bijgestuurd. De regio wenst het huidige gedifferentieerd aanbod op vlak van therapie en diagnostiek van (nieuwe) solo en groepspraktijken (gezamenlijk) verder te verkennen.

Daarnaast blijkt (niet systematisch bevraagd) ook dat het ruime aanbod van de studentenvoorzieningen in het algemeen en de mogelijkheden van Psywest niet altijd even goed gekend zijn bij student als mogelijke verwijzer. Verdere wederzijdse uitwisseling en inzet op communicatie lijkt belangrijk om meer studenten en potentiële verwijzers te kunnen bereiken.

Naast delen van kennis en expertise rond studentenwelzijn binnen de Westvlaamse hogeronderwijsinstellingen leeft ook de behoefte om eigen goede praktijken uit te dragen en zich te laten inspireren door krachtige voorbeelden van andere hogeronderwijsinstellingen. Deelname aan het Vlaanderenbrede Netwerk is voor de regio belangrijk, verrijkend en wordt als meerwaarde ervaren om regionaal mogelijke 'vertalingen' te overwegen en te installeren.

Driewekelijks wordt vanuit SIHO een regionale nieuwsbrief gemaaild naar alle medewerkers van de studentenvoorzieningen met updates rond genomen initiatieven, documenten die gedeeld worden via een gemeenschappelijk platform (nieuwe organisatiefiches uit de omgevingsanalyse en verslaggeving van de overleggen), nieuws uit regio WVL (communicatie van diensten rond aanbod, vorming enz), lopende acties vanuit het project en belangrijke data (kalender). Zo blijven medewerkers vanuit de studentenvoorzieningen (die geen lid zijn van het kernteam) goed op de hoogte van de evolutie van het project en van de informatie en acties die hieruit voortkomen.

Vanaf september 2021 is er ook een maandelijkse afstemming met een kernteam (afvaardiging van de drie Studentenvoorzieningen) om de actiepunten en opportuniteiten die voor de regio bepaald zijn verder te differentiëren, te ondersteunen en concreet op te volgen.

De actiepunten die de regio en SIHO de komende maanden zullen opvolgen zijn:

1. Communicatie van het aanbod verder kenbaar maken naar alle studenten
In de verf zetten van het eigen aanbod van de stuvo's (gericht op specifieke campus of regio)
Focus op aanbod van Psywest (gericht op alle West-Vlaamse studenten)
2. Uitbreiden van preventieve acties (binding aan opleiding - verbinding studenten)
Verhoging capaciteit van Peer Support voor alle HOI: Verschillende vormen Peer Support (vakinhoudelijk, wegwijz in het studentenleven, psychosociaal, meter peter werking enz)
Aanwezigheid op alle campussen
Oog voor stijging internationale studenten bij Howest en Campus Brugge Vives
Nederlandstalig als in het Engels
Sociale cohesie en mentaal welzijn versterken op de residenties
Professionalisering van de residentie verantwoordelijken
Structureel extra ontmoetings ruimte voorzien voor alle residenties
Versterken van inzet op zorgzame studentencultuur (waar reeds ontmoeting in de infrastructuur gefaciliteerd wordt)
Sociale cohesie en mentaal welzijn versterken voor de pendelstudenten
Samenwerking met Logo's (en lokale overheden) rond uitbreiding preventie
Lokaal nieuwe acties mee uitwerken en ondersteunen
Kwetsbare groep Agro Biotechnologie ?
Financiering verkennen voor nieuwe initiatieven met lokale overheid

3. Ontsluiten van (minder gekend) informatief, preventief, curatief aanbod naar studenten
Toeleiding naar consult en advieslijnen voor student en omgeving, lotgenotencontact diensten met capaciteit (Overkop, CAW , Jac), zelfredzaamheid verder ondersteunen door kennismaking met kwalitatief laagdrempelig aanbod
4. Ontsluiten van (minder gekend) informatief, preventief, curatief aanbod naar studenten
Toeleiding naar consult en advieslijnen voor professionelen en netwerk kwalitatieve ondersteuning in complexe casussen, versterkt zicht op sociale kaart
5. Uitbreiden van e-health (o.a. centraal platform)
6. Professionalisering van medewerkers - studenten (gatekeepers)
7. Versterken samenwerking met de Netwerken Geestelijke Gezondheid en 1Gezin 1Plan
Kennismaking met de Netwerken en (hernieuwde) met diensten vernieuwd aanbod (groeps) aanbod CGG, PAAZ, PZ enz)
Toeleiding naar diensten met capaciteit ELP (Vlaams en Federaal), aanbod herstelacademies
8. Versterken samenwerking samenwerking tussen HOI via Psywest
9. Versterken samenwerking met externe therapeuten
Bekendmaking ruime aanbod van de studentenvoorzieningen en Psywest
Therapeutendag ? wederzijdse kennismaking
10. Versterken expertise delen en -bevorderen
Via Psywest platform : expertise delen met HOI in WVL
Via Lerend Netwerk SIHO expertise delen met HOI in Vlaanderen