



Integraal werken aan een gezonde leefstijl: **interventiekaart mentale gezondheid jongeren**

1 Voorbereiden

Wijkgezondheidsprofiel, breng de gezondheidssituatie in kaart

2 Voorbereiden

Kies prioriteiten en doelen

3 Voorbereiden

Maak een plan van aanpak met een mix van interventies

4 Uitvoeren

Voer de interventies uit

5 Evalueren

Monitor en evalueer

Doel:

Bevorderen welbevinden en voorkomen psychische problemen bij jongeren.

Tip:

In de landelijke nota Gezondheidsbeleid 2020-2024 is de druk op het dagelijks leven bij jongeren een speerpunt. Voor gemeenten en scholen is extra geld beschikbaar gesteld om ondersteuning te bieden.

Pijler	Omschrijving	Mogelijke interventies	Mogelijke partners
Voorlichting en educatie	Vergroten van sociale competenties en weerbaarheid bij jongeren.	<ul style="list-style-type: none"> ✔ Happyles ✔ Kanjertaining ✔ Plezier op school ✔ The Lab of Life vitaliteitstraining 	<p>Bedrijfsleven</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zorgverzekeraars, winkels, werkgevers, horeca, sportaanbieders <p>Burgers en verenigingen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sport- en verenigingsleven, faciliteiten in de wijk <p>Educatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Scholen <p>Kennisinstellingen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kenniscentrum Sport en Bewegen, hogescholen, universiteiten <p>Overheid en beleid</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gemeente, GGD, ROS <p>Zorg & welzijn</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eerstelijnsorganisaties, sportservice, buurtsportcoach, wijkmanager, (woon)zorginstellingen
Signalering, advies en ondersteuning	Inzetten op vroegsignalering bij jongeren met psychische problemen en verminderen van deze klachten.	<ul style="list-style-type: none"> ✔ VRIENDEN ✔ Kleur je leven ✔ Voluit leven ✔ Grip op je dip ✔ Online Klachtgerichte mini-interventies: Snelbeterinjevel.nl ✔ PratenOnline 	
Fysieke en sociale omgeving	Creëren van een groene, schone en rustige omgeving die uitnodigt tot rust en ontspanning.	<ul style="list-style-type: none"> ✔ Futsal Chabbab ✔ Praktische tips voor een omgeving die uitnodigt tot ontmoeting ✔ Praktische tips voor een groene en rustige omgeving 	
Regelgeving en handhaving	Stel gedragsregels op een veilig klimaat te creëren op o.a. school, sportvereniging en werkplek.	<ul style="list-style-type: none"> ✔ Praktische tips voor het creëren van een veilig schoolklimaat 	