



STICHTING JONGERENCENTRUM HEELAL
WILGENLAAN 4 | 8302 AM | EMMELOORD
HEELAL@YFC.NL
WWW.JC-HEELAL.NL



JONGERENCENTRUM

YOUTH
FOR CHRIST

Inhoud

1. Inleiding.....	3
2. Activiteiten verslag.....	4
3. Activiteiten verslag overige projecten.....	7
4. Overzicht resultaten.....	9
5. Inhoudelijk verslag doelstellingen	10

1. Inleiding

Bij Heelal ontmoeten wij veel kwetsbare jongeren. Deze jongeren hebben de behoefte om betrokken en gewaardeerd te worden. Juist als in de omgeving die betrokkenheid en waardering er (tijdelijk) niet is of niet ervaren wordt. Voor die jongeren biedt Heelal een plek voor ontmoeting, ontspanning, groeien in verantwoordelijkheid en ruimte voor de sociale, emotionele, fysieke en geestelijke ontwikkeling. Heelal biedt preventieve aandacht vanuit de leefwereld van jongeren, op deze manier werken wij "bottom-up". Door preventief te werken wordt erger voorkomen. Daarbij maakt preventieve aandacht dat problematiek genormaliseerd wordt. Er wordt, meer dan bij GGZ, gekeken naar de kracht en mogelijkheden van jongeren.

De beweging naar bovenop- ondersteuning op maat- kan geboden worden door de samenwerking met diverse welzijnsorganisaties in de Noordoostpolder. Heelal is hierin uniek en nodig, omdat we dichtbij jongeren staan.

Voor u ligt het jaarverslag van Jongerencentrum Heelal, onderdeel van Youth for Christ.

Naast de resultaten die we hebben behaald op de gesubsidieerde activiteiten, vindt u ook een inhoudelijk verslag van de overige activiteiten die aangeboden worden.

We zijn ons er van bewust dat het lastig meetbaar is of we de beoogde resultaten behaald hebben. Bezoekersaantallen zeggen niet veel over wat jongeren ervaren en geleerd hebben. Daarom hebben we er voor gekozen om te werken met praktijkvoorbeelden in *cursieve tekst*. De namen die gebruikt zijn, zijn uiteraard gefingeerd.

Jongerencentrum Heelal is in 2018 onderdeel geworden van Youth for Christ, een landelijke jongerenwerkersorganisatie. Deze organisatie biedt betere ondersteuning voor jongerenwerkers, gerichte trainingen en contacten in een landelijke organisatie van jongerenwerkers. Daarnaast zijn er in het team wisselingen geweest: Wouter Bandsma is vertrokken uit het team, Jettie Hijmissen, Monica Koers en Karina Groothuis zijn het team komen versterken.

2. Activiteiten verslag

Inloop

4 dagen per week, 4 uur per dag is jongerencentrum Heelal open voor de inloop. Jongeren komen binnen voor een kop koffie of thee, een spelletje pool of FIFA. De inloop is de plek waar jongeren komen tijdens een tussenuur of na school. Vriendengroepen ontmoeten elkaar en er worden nieuwe vriendschappen gesloten. Jongeren van verschillende achtergronden ontmoeten elkaar en doordat ze elkaar dagelijks zien gaan verschillende groepen mixen. Jongerenwerkers spelen daar een actieve rol in door jongeren uit te nodigen voor een spelletje kaart of een potje voetbal.

In 2018 hebben we een aantal ontwikkelingen gezien:

Er is een vaste groep bezoekers die we vrijwel dagelijks zien. Deze jongeren kennen we goed. Zij zijn erg betrokken bij Heelal en zetten zich ook op verschillende manieren in voor Heelal. Voorbeelden hiervan zijn bardienst, klusjes, ontwerpen van flyers of het oplossen van computerproblemen. Voor deze jongeren is Heelal het kopje thee na school: een plek om je verhaal te vertellen en je thuis te voelen. Dit zijn voornamelijk kwetsbare jongeren, met in hun directe omgeving risicofactoren op het gebied van gezin, vrienden, buurt of school. De term kwetsbare jongeren is voor ons:

Kwetsbare jongeren zijn jongeren waarbij te weinig problematiek in beeld is voor bestaande vangnetten, te weinig zelfredzaam voor positieve structurele ontwikkeling. Ze zijn vaak in meer- of mindere mate eenzaam.

Net als in 2017, is een grote groep bezoekers afkomstig van de nt2 school Caleido (uit AZC Luttelgeest of met status). We proberen deze jongeren te betrekken bij de andere bezoekers en de activiteiten die aangeboden worden. Dat lukt in steeds meer gevallen, ook afhankelijk van het taalniveau van de individuele jongere. Om dit proces te versnellen bieden we in 2019 een speciaal project aan om culturen met elkaar te verbinden, Knabbel en Babbel.

We hebben 6 stagiairs en 6 vrijwilligers mogen begeleiden, van het MBO, HBO, VMBO en maatschappelijke stage. Een aantal stagiairs hebben we ingezet om activiteiten te organiseren tijdens de inloop, zoals sportactiviteiten, bakken, karaoke en sinterklaas. We hebben met een groep van 25 jongeren meegedaan aan Stoptober. Daarbij mochten de jongeren zelf kiezen met welke gewoonte ze een maand wilden stoppen. Een aantal kozen voor roken of blowen, maar ook snoep en koffie werd gekozen. Het is motiverend om samen te stoppen, vrijwel iedereen heeft het dan ook gehaald. Dit hebben we gevierd met een luxe etentje, verzorgd door stichting Present. Voor een aantal jongeren geldt dat ze nog steeds gestopt zijn, anderen zijn geminderd of hebben ervaren dat stoppen niet te moeilijk is.

Deze manier van werken geeft goed weer hoe wij als Heelal met jongeren in contact staan: niet oordelend, maar naast ze staan en stimuleren om gezonde keuzes te maken voor hoofd, hart en handen. Dit lukt niet altijd, zoals we ook ondervonden hebben door een vrij grote groep softdrugsgebruikers die ook bij Heelal kwamen. Ons beleid is heel duidelijk: ben je onder invloed dan word je geschorst en moet je gaan. We merken dat softdrugsgebruik voor veel jongeren heel normaal



Kerstdiner met de jongeren

is. Het wordt gebruikt om te relaxen, tegen stress, om te concentreren op school. In samenwerking met Tactus willen we hier in 2019 verdere aandacht aan besteden.

We hebben in 2018 geïnvesteerd in verdiepend contact met kwetsbare jongeren. We hebben meer 1 op 1 gesprekken gevoerd en ook jongeren buiten Heelal ontmoet. We merken dat jongeren dat waarderen en open zijn over wat er in hun leven speelt. Daarbij stimuleren we jongeren om verantwoordelijkheid te nemen en hun kracht aan te spreken. We vragen wat zij zelf kunnen veranderen aan de situatie en hoe en wanneer ze dat willen doen en komen daar ook op terug. We merken dat jongeren aan het denken worden gezet en zich realiseren dat ze zelf iets in te brengen hebben in de situatie. Daardoor blijven of worden ze niet het slachtoffer van (levens veranderende)gebeurtenissen of de omgeving waarin ze opgroeien.

In november had een jongerenwerker een gesprek met een meisje dat had verteld dat haar vader haar regelmatig schopt en slaat. Zij wilde hier wel over praten maar geen actie ondernemen omdat ze zich schaamde en angstig was. We hebben haar kunnen stimuleren om het verhaal aan haar schoolmentor te vertellen. Samen met school is verdere hulpverlening ingezet.

Femmetastic Meidenclub & Meideninloop @ Heelal

Meiden zijn bij Heelal aan het juiste adres. Het meidenwerk bij Heelal heet Femmetastic, daar vallen de meidenavonden en de verschillende meideninlopen onder.

De meideninloop tijdens de inloop in Heelal richtte zich in 2018 met name op meiden vanaf een jaar of 13 tot ongeveer 17 die bekend waren met de meidenavonden of de 'algemene' inloop. Na een eerste contactmoment werden de meiden gepolst of ze interesse hadden om mee te doen met meiden-specifieke activiteiten. Niet alle meiden hebben daar behoefte aan merkten we. Er was meer behoefte aan tijd voor praten en luisteren. Daarom is besloten om de meideninloop te stoppen en (naast het behoud van de meidenclub ´s avonds) meer in te zetten op ambulante en 1-op-1 meidenwerk. Dit resulteerde in twee nieuwe meidengroepen in buurthuizen en meer begeleidende/coachende gesprekken. Doordat er meer meidenwerkers binnen het team werkten konden we ook meer bieden.

Opvallend bij de 1-op-1 momenten is de openheid; op het moment dat een meisje merkt dat ze veilig is en dat er geen contact is met ouders zonder dat de jongere dit weet, ontstaat er een mate van vertrouwelijkheid waarin de jongerenwerker stimulerende en bevestigende woorden kan zeggen. Wat betreft thematiek kwamen de meiden in 2018 met onderwerpen als pesten/social media problemen/ruzies thuis/vrouwelijk lichaam. Het laatste onderwerp maakt het werk specifiek voor meiden; hun lichaam verandert in een dusdanig korte tijd dat het voor verwarring zorgt. Bijvoorbeeld hoe je je opstelt tegenover jongens. Maar ook rondom gewicht en eten. Een enkele keer hoorden we over zelfbeschadiging en vaak over roken, drinken en blowen. Meiden vertoonden hierin veelal hetzelfde gedrag als jongens.



Met de meideninloop naar de kinderboerderij

Meidenavond Heelal

De deelnemende meiden aan de meidenclub op dinsdagavond waren van verschillende etniciteit, sociaaleconomische achtergrond, gezinssituatie en ontwikkeling. Dit zorgde voor een zeer gemengde groep, waardoor het een extra uitdaging was om er één geheel van te maken. Door in te spelen op gedeelde problematiek zoals lichaamsbeeld; relaties met vrienden; relaties met ouders/verzorgers ontstond er een gezamenlijke groei. Een van de memorabele momenten vonden plaats tijdens het tweede helft van het seizoen waarbij 1 deelnemer meerdere malen werd bestempeld als irritant en lacherig. De andere meiden in de groep begonnen zich tegen haar te keren door over haar te praten tegen de meidenwerkster en elkaar. De meidenwerkster heeft hier een gezamenlijk leermoment van gemaakt door erop door te gaan op het moment dat er tijdens de avond iets tegen haar gezegd werd. Het meisje voelde zich geraakt en werd boos. Maar achter de boosheid ging een hoop verdriet schuil over ruzies thuis waarbij ze zich agressief behandeld voelde. De andere meiden konden haar hierdoor in een ander licht zien waardoor er meer onderling begrip en respect kwam. Daarnaast bood het een opening om te praten over huiselijk geweld en wat dit met je doet. Een dergelijk voorval is een voorbeeld van hoe Heelal relaties opbouwt en inzet om jongeren te zien, waarderen en erkennen.

Femmetastic Jonge moeders

De jonge moeders groep van Heelal heeft een soort uitzonderingspositie vanwege de leeftijd van de deelnemers. Deze varieert tussen de 19 en de 25 jaar. Meiden die op jonge leeftijd een kind hebben gekregen. Door deze versnelde spurt richting volwassenheid zijn de meiden vaak heel zelfstandig en weten goed wat ze willen. Tegelijk zijn het meiden met een kwetsbare positie ten opzichte van leeftijdsgenootjes doordat ze andere keuzes 'moeten' maken. Om hen te versterken in hun keuzes die gezond zijn voor moeder & kind zijn er ontmoetingen georganiseerd bij moeders thuis en in Heelal. Wat lastig hierin is, is dat sommigen met name overdag tijd hebben en anderen juist 's avonds. De één kan makkelijk zonder kind en de ander niet. Na een paar tegenvallende opkomsten is besloten om meer in te zetten op het contact met de vrijwilliger en meiden die wél contact willen in plaats van groepsmomenten. Door deze verandering konden we meer maatwerk leveren. Zo is één van de meiden gekoppeld aan een bewindvoeringsbedrijf, is er een traject gestart bij zorggroep Oude en Nieuwe Land en hebben we samen met ROC Friese Poort een uitwisseling georganiseerd waarbij studenten van het keuzevak 'Baby's' hun kennis en praktijkervaring konden laten zien en de moeders een ochtend gezelligheid kregen.

Caleido

Naast de meideninlopen in de buurthuizen is er een meidenclub gestart op taalschool Caleido. De jongens van deze school komen graag bij Heelal, maar de meiden zien we niet. Om ook met de meiden in contact te komen zijn we met de meidenclub gestart. Het zijn hele waardevolle middagen waarbij gemiddeld 12 meiden komen. De Afghaanse, Eritrese, Syrische, Poolse en Somalische meiden vinden het heel fijn om als vrouwen onder elkaar samen te komen. Er leven bij hen heel veel vragen met name over relaties, liefde, seks, lichaam en cultuur. Wekelijks wordt een programma voorbereid om de meiden weerbaar en zelfbewust te maken, maar regelmatig wordt het programma aan de kant gelegd voor een 'vragenuurtje' omdat daar bij de meiden op dat moment meer behoefte aan is.

Meidenevent

In november heeft het Meidenevent plaatsgevonden, ditmaal met als thema #strong. Een zaterdag voor meiden tussen de 12 en 16 met workshops, input, chillen, inspiratie door oudere meiden, goodiebag en natuurlijk genoeg lekkers. Ten opzichte van vorige jaren werd het meidenevent niet zo goed bezocht, er waren rond de 25 meiden, in 2017 waren er nog 90 bezoekers. Waarschijnlijk kwam

dit doordat het dit jaar niet mede georganiseerd werd door een docent van Emelwerda. Het meidenevent is een goede manier om nieuwe meiden met Heelal in contact te brengen, maar kost ook erg veel voorbereidingstijd. We onderzoeken of we in 2019 nogmaals een meidenevent organiseren.

3. Activiteiten verslag overige projecten

Show it @Heelal

In het kader van talentontwikkeling hebben we 10 avonden georganiseerd waar jongeren werden ondersteund in de ontwikkeling van hun talenten, deze lieten ze zien tijdens het eindfeest. Jongeren konden aangeven wat voor optreden ze wilden geven en samen met jongerenwerkers en externe mensen werd een mooie performance neergezet. De optredens liepen uiteen van taekwondo, cabaret en armpje drukken tot gitaarspelen en zingen. Er is een rapworkshop geweest, een vechtsport leraar en een muzikant om de performance van de jongeren door te nemen en te perfectioneren. Andere jongeren hebben de muziek, aankleding en flyers voor het eindfeest geregeld. Bij deze avonden waren ook een aantal Afghaanse jongeren aanwezig (met tolk). Ondanks dat een aantal jongeren zich op het laatst terugtrokken voor hun optreden was het eindfeest een succes



Het eindfeest

Huiswerkbegeleiding

Op vrijdagmiddag is er een vrijwilliger aanwezig die beschikbaar is voor huiswerkbegeleiding. Een aparte ruimte is beschikbaar om rustig schoolwerk te maken. Op sociale media hebben we dit aangekondigd en er zijn door externe partners jongeren aangedragen. Daarnaast is er gebruik gemaakt door jongeren die de Nederlandse taal willen oefenen. Er wordt niet veel gebruik gemaakt van het huiswerk uurtje. Wellicht heeft dit te maken met het moment in de week of omdat er te weinig bekendheid aan gegeven is.

Met betrekking tot schoolverzuim proberen wij met name het gesprek aan te gaan met jongeren. Samen met de jongeren proberen we de oorzaak van het verzuim boven water te brengen, proberen we de rol van de jongere in het geheel in kaart te brengen en stimuleren we de jongeren verantwoordelijkheid te nemen. In sommige gevallen hebben wij in deze situaties contact met docenten of zorgteams, maar nooit zonder instemming van de jongere. Wanneer een jongere aangeeft in Heelal te zijn tijdens lestijd, keuren we dat af en spreken we daarover met de jongere.

Ambulant

In 2018 zijn wij 40 keer op de vrijdagavond de straat opgegaan om jongeren op te zoeken in hun leefomgeving. Dit varieerde van huisbezoeken bij jongeren 1 op 1 tot groepen jongeren die zich op straat bevonden. Gemiddeld ontmoetten we zo'n 20 jongeren per avond wanneer we de straat op zijn geweest. Veelal bevonden jongeren zich op voetbalpleinen, speeltuinen, parkjes en bij het skatepark. Op een aantal plekken waar wij jongeren hebben aangetroffen werd overlast ervaren door de omgeving (buurtbewoners) of door winkelend publiek, bijvoorbeeld in het centrum van Emmeloord. Door jongeren op te zoeken op deze plekken en met ze in gesprek te gaan over hun invloed op anderen, hebben wij bijgedragen aan de leefbaarheid van de buurt. Veel jongeren waren aanspreekbaar op hun gedrag en pasten dit ook aan.

Naast het straatwerk, hebben wij met betrekking tot het ambulante jongerenwerk ook geïnvesteerd in een breder netwerk van organisaties die ook met jongeren werken. Door onze kennis van jongeren hebben we ook een bijdrage kunnen leveren aan het integrale overleg met de gemeente, politie,

Carrefour en de leerplichtambtenaar. Vaak kenden wij de jongeren vanuit een andere situatie en wisten wij bijvoorbeeld waar zij hun tijd aan besteedde en hoe het thuis gaat. Hierdoor wisten wij vaak hoe het met de jongeren zelf ging en konden met gedeelde informatie een gerichtere aanpak bedenken voor bepaalde (groepen) jongeren.

Alcohol en drugsgebruik onder jongeren blijft een item waar we het met jongeren en ons netwerk veel over hebben. Door hier preventief op in te zetten en met jongeren in gesprek te gaan over de middelen die zij gebruiken hopen wij dat jongeren beter nadenken over hun gebruik en nadenken over de redenen om middelen tot zich te nemen. Hoeveel jongeren hierdoor minder zijn gaan blowen/drinken is niet meetbaar, maar toch blijft het noodzakelijk om hier wel aandacht aan te schenken.

Op de vrijdagavond is het vaak een drukte van belang bij de Jumbo in het centrum. Jongeren verzamelen er, er wordt gerookt, geblowd en muziek klinkt uit boxjes. Voor het winkelend publiek is dit vaak onprettig. Doordat de jongerenwerker de jongeren kent en makkelijk toegang heeft tot de groep, ontstaat er een andere sfeer. De jongeren stellen zich anders op, gebruiken niet meer openlijk softdrugs en laten zich prima aanspreken op hun opstelling en taalgebruik.

Naast het ambulante jongerenwerk hebben wij ook gastlessen gegeven, workshops bijgewoond en ondersteund en samengewerkt met scholen voor bepaalde onderwerpen. Voorbeelden hiervan zijn: meidenevents, Partyproof en over de streep. Ook hebben we tijdens een ouderavond van Zuyderzeelyceum een workshop over groepsdruk gegeven aan ouders.

Spoor

Bij Spoor hebben we een coaching methode ontwikkelt om, binnen de setting van jongerenwerk, jongeren te begeleiden in te investeren in hun sociale, emotionele, geestelijke en fysieke welzijn. We hebben dit jaar 20 spoor gesprekken gehad. Dat was minder dan we beoogd hadden. Terugkijkend zien we dan dat een gesprek plannen binnen de weinig uren die de medewerkers hebben moeilijk te realiseren is. Gesprekken moeten plaatsvinden na schooltijd en dan draaien we altijd Inloop. We merken dat het voor jongeren een grote stap is om a.d.h.v. gesprekskaartjes een gesprek te voeren. Daarom voeren we ook vaak gesprekken over onderwerpen die jongeren aandragen, maar gebruiken daarbij wel de Spoor gesprekstechnieken. We hebben gezien dat echte en blijvende verandering plaatsvindt wanneer jongeren uit eigen beweging in actie komen om verandering in hun leven te brengen.

Een regelmatige bezoeker is Maarten (niet zijn echte naam). Hij slaapt slecht, heeft geen energie, kan zich moeilijk concentreren, heeft slechte resultaten op school en zorgen thuis. Tijdens een Spoorgesprek hebben we gesproken over de oorzaak van zijn slechte slapen. Het blijkt dat hij al vanaf zijn 7^e slecht slaapt. We hebben hem in kaart laten brengen wat de oorzaak hiervan is. Hij is naar de dokter geweest, krijgt nu pilletjes melatonine en samen hebben we een slaap/scherm/koffie schema opgesteld. Voor het eerst in 12 jaar slaapt hij weer goed, heeft weer energie om te sporten en om op school op te letten.

Een andere vaste bezoeker is Jennifer (niet haar eigen naam). Thuis moet ze veel in het huishouden en in de zorg voor een jonger kind doen. Haar ouders snauwen haar af en Jennifer heeft een slecht zelfbeeld ontwikkelt. Daardoor zorgt ze niet goed voor zichzelf, snoept ze veel. Ze laat zich sterk overheersen door haar vriendin, die een slechte invloed op haar heeft. Ook bij haar vriend zien we hetzelfde patroon

ontstaan. We hebben veel gesprekken gehad over grenzen aangeven. We hebben bij haar echt het spreekwoordelijke kwartje zien vallen: ze heeft wat afstand genomen van haar vriendin en laat niet meer over zich heen lopen door haar vriend.

Samenwerking met andere organisaties

Het onderstaande tabel laat zien met welke organisaties we hebben samengewerkt en in welke gebieden dit was.

Organisatie/instelling	Samenwerking op het gebied van:
ROC Friese Poort	10 gastlessen vooroordelen NL Doet, oranjefonds
Carrefour	Integraal overleg jongeren Vrijwilligerspunt Maatschappelijke stage Partyproof workshops over groepsdruk
Ouders&Co	Workshop over groepsdruk Jonge moeders activiteiten
Politie	Regelmatig overleg jeugdagenten en wijkagent
Zorggroep OnL	Moeders Ontmoeten Moeder (MoM)
Wijkplatform Revelsant	Meideninloop
Buurthuis Espelervaart	Meideninloop
Zuyderzee lyceum	Workshop over groepsdruk

4. Overzicht resultaten

	Doelstelling werkplan 2018		Realisatie doelstellingen 2018				
	Aantal projecturen	Gem. aantal jongeren per week	Aantal projecturen	Gem. aantal jongeren per week	Nieuwe jongeren in 2018	Jongens	Meisjes
Inloop*	672	120	676	100	74	62%	38%
Femmetastic*	336	12	448	22	35	0%	100%
Meideninloop	240	6	240	15	35	0%	100%
Meidenavond	160	6	160	7	9	0%	100%
Jongemoeders	48		36	3 (p/m)	3		100%
Ambulant	193	22	170	26	16	nb	nb
Straat	168	12	168	15	28		
School	25	10	25	25(p/k)	100	50%	50%
Spoor	160	2	80	2	nvt	40%	60%

*gesubsidieerde projecten

5. Inhoudelijk verslag doelstellingen

‘Harde’ resultaten op de subsidiedoelstellingen zijn lastig weer te geven. In de bespreking voor de subsidieaanvraag voor 2019 hebben we getracht om doelstellingen te formuleren die beter meetbaar zijn. In dit jaarverslag trachten we de resultaten weer te geven in het resultatenoverzicht en door middel van praktijkvoorbeelden.

1. Het bieden van een veilige plek waar jongeren vertrouwensrelaties kunnen aangaan en ontwikkelen.

Jongeren ontmoeten ons op de plaatsen waar zij aanwezig zijn.

We hebben 516 ontmoetingen gehad met jongeren op straat en 340 ontmoetingen op school.

Wij anticiperen op relevante ontwikkelingen en trends in de jongerencultuur.

Sociale media spelen een steeds grotere rol in de levens van de jongeren. Tijdens de meidenavonden hebben we gesproken over sexting, we hebben meiden bewust gemaakt van hun lichaamsbeeld en hoe waardevol ze zijn.

Jongeren vertrouwen ons en zetten zich in om de relatie met ons te onderhouden.

Regelmatig komen jongeren vragen om een gesprekje. Ook per app worden jongerenwerkers op de hoogte gehouden van ontwikkelingen in de levens van jongeren.

2. Het voorkomen van uitval op school en in het gezin door preventieve aandacht in signalering

Doordat wij regelmatig en goed contact hebben met jongeren, merken we snel als er iets speelt bij jongeren.

Gewoon op de bank met een kopje thee, komen de meeste verhalen naar boven.

Zeker voor kwetsbare jongeren is het van belang dat er laagdrempelige hulpverlening beschikbaar. Door met iemand te spreken over wat er speelt in een situatie, kan worden voorkomen dat jongeren uitvallen of jeugdhulp nodig is. Bij ernstige situaties kan verdere hulpverlening ingezet worden.

3. Jongeren worden uitgedaagd en gestimuleerd eigen verantwoordelijkheid te nemen voor hun leven en levenssituatie.

In 2018 hebben we wekelijks gemiddeld met 2 jongeren een 1-op-1 gesprek gehad.

Tijdens gesprekken vragen wij altijd hoe een jongere de situatie zou willen zien, hoe er verandering aangebracht kan worden en wanneer de jongere dat gaat doen.

Jongeren ontwikkelen hun talenten en zijn in staat hun plek in de maatschappij in te nemen.

We maken graag gebruik van de inzet van junior vrijwilligers tijdens de inloop of andere projecten.

Een tiental jongeren heeft zich ingezet voor de organisatie van het eindfeest. Een jonge meid die 2 jaar lang heeft meegedraaid als vrijwilliger bij de femmetastic meidenavonden, heeft aangegeven dat ze vanaf nu wel zelfstandig een meidenavond kan begeleiden.

4. Jongeren voelen zich gekend, gewaardeerd en gerespecteerd waardoor zij beter in staat zijn eigen, gezonde keuzes te maken gericht op hun welzijn (school, werk, relaties)

Jongeren benoemen zichzelf en hun emotionele belevingswereld als waardevol.

Elke dag ontmoeten we Rick (21) tijdens de inloop. Hij leidt een ingewikkeld leven met schuldenproblematiek, ouders die niet betrokken zijn, school wat niet goed loopt. Vrijwel wekelijks spreken we met hem over waar hij tegenaan loopt. Hij geeft aan dat hij dat waardevol vindt en aan het denken wordt gezet over zijn keuzes.

Jongeren kunnen hun gevoelens verwoorden, beheersen en uiten.

Freek (17) is druk en onrustig. Samen met een stagiair heeft hij geleerd om sport te gebruiken in het reguleren van zijn gevoelens. Regelmatig een uurtje begeleid slaan tegen een boksbal, helpt hem om zijn stress te verminderen.

Jongeren zijn in staat om te gaan met gebrokenheid, teleurstelling en verlies.

Een bezoeker kampt met transgender gevoelens. Dit bracht hele heftige situaties met zich mee, met name door de reacties van de buitenwereld. Deze jongere heeft regelmatig op het punt gestaan zichzelf van het leven te beroven. Heelal was een veilige plek waar altijd tijd was om te praten, luisteren en huilen. Deze jongere heeft er voor gekozen om niet meer thuis te wonen maar een begeleid wonen traject in te gaan.

5. Jongeren kunnen voor zichzelf zorgen op sociaal, emotioneel, fysiek en geestelijk gebied.

Sociaal:

Jongeren zijn gegroeid in het aangaan van gezonde en duurzame relaties met mensen in hun omgeving.

Tijdens de inloop ontstaan vriendschappen en verbinding tussen vriendengroepen. Met soms wat interventies van jongerenwerkers zien we dat individuele jongeren een plek krijgen in de vriendengroepen die de inloop bezoeken.

Vanuit Carrefour wordt gevraagd of een jongen die er alleen voorstaat, als vrijwilliger aan de slag kan. Een aantal maanden draait hij mee als barmedewerker. Hij groeit in zelfvertrouwen en sluit vriendschap met een aantal bezoekers.

Emotioneel:

Jongeren kunnen vanuit een positief zelfbeeld uiting geven aan hun gevoelens.

Elise (17) staat bekend als een makkelijk te krijgen meisje. Ze is erg lichamelijk, gaat snel met jongens mee naar huis, en is hierdoor ook regelmatig in de problemen gekomen. We geven haar het voorbeeld van een cadeaupapiertje: als je een cadeau keer op keer in en uitpakt, raakt het papier gekreukt en groezelig. Elise is veel te waardevol om keer op keer 'uitgepakt' te worden. Dit raakt een snaar bij haar. In een gesprek dat we opvangen tussen haar en een vriendin horen we haar zeggen dat ze niet afspreekt met een jongen omdat het hem alleen om haar lichaam zou gaan. Ze zegt dat ze een jongen wil die trots op haar is en altijd bij haar wil blijven.

Fysiek

Jongeren voelen zich goed in hun lichaam en accepteren hun imperfecties.

Bij een avond over je lichaam bij femmetastic XS horen we van veel meiden dat ze negatief denken over hun lichaam en dat vooral opmerkingen van anderen daaraan bijdragen. Door werkvormen worden meiden bewust van hun lichaamsbeeld en krijgen ze de mogelijkheid dit weer positief te gaan kleuren.

Jongeren slapen, eten en bewegen op een verantwoorde manier (niet te veel of weinig).

Met een aantal meiden die we heel veel zien snacken en snoepen hebben we een 'gezonde' high tea georganiseerd. Daarbij is op een speelse manier informatie gegeven over de voedingswaarden van hapjes, gezonde keuzes en beweegtips.

Geestelijk

Jongeren denken na over zingeving.

In oktober hebben we de jongeren meegenomen naar een voorstelling van the God Story. Jongeren hebben er veel vragen over, in de weken erna spreken we er met een aantal jongeren over. Jongeren leren hoe ze om kunnen gaan met stress.

Jongeren ervaren veel druk en stress. Eind 2018 openen we een stilte ruimte boven Heelal. Een plek om je terug te trekken, een tijdschrift te lezen, stil te zijn, je gedachten en gevoelens op te schrijven.

Tijdens projectavonden spreken we over verwachtingen, druk van buitenaf en stress. Jongeren worden bewust gemaakt van welke keuzes ze hebben en hoe ze rust en vrede kunnen ervaren.