

## Verkorte lijst preventieve interventies ter bevordering van de psychische gezondheid en veerkracht bij vluchtelingen

Interventie	Voor wie?	Soorten interventies	Doel	Vorm	Door wie?	Evidentie	Kosten	Contact/meer informatie
<b>Bamboo</b>	- Asielzoekers en andere ontheemden die hun mentale welzijn willen versterken	- Groepsinterventie - Bamboo Adults (18+) - Bamboo Kids (6-11 jaar) - Bamboo Youth (12-17 jaar) - Bamboo Gems (gericht op veerkracht t.b.v. inburgering)	- Versterken veerkracht - Vergroten positieve mentale gezondheid - Voorkomen en verminderen psychische klachten	- Vijfwekelijkse sessies - 2 uur - Gebruik van werkboek - Beschikbaar in meerdere talen (Nederlands, Engels, Arabisch, Frans, Farsi, Triginya, Oekraïens)	- POH-GGZ - Verpleegkundigen GZA - Professionele tolken	- Evaluaties met deelnemers - Momenteel onderzocht middels ZonMW programma (2020-2022)	- Afhankelijk van personele inzet Tolken in AZC vergoed	- Organisatie: GezondheidsZorg Asielzoekers (GZA), Aanmelden en meer: <a href="https://www.gzasielzoekers.nl/ikbenasielzoeker/bamboo">https://www.gzasielzoekers.nl/ikbenasielzoeker/bamboo</a> <a href="mailto:bamboo@gzasielzoekers.nl">bamboo@gzasielzoekers.nl</a>
<b>Mindfit</b>	- Statushouders - Mensen met een vluchtelingen-achtergrond - in gemeenten	- Individuele en groepsinterventie	- Preventie psychische klachten en psychosociale problemen - Bevorderen hervinden eigen kracht en zelfredzaamheid	- Zeswekelijkse sessies - Theorieles, ervaringsoefening, contact met deskundigen interactie tussen deelnemers - 8-15 deelnemers	- Trainers VluchtelingenWerk samen met ervaringsdeskundigen uit de doelgroep - Ervaringsdeskundigen uit doelgroep als co-trainer/tolk	Positieve evaluaties omgaan met stress en integratie	€ 6.200,- per groepstraining	- Organisatie: VluchtelingenWerk Nederland <a href="http://www.vluchtelingenwerk.nl/nl/ons-werk-de-gemeenten/mindfit-focus-op-mentale-gezondheid">www.vluchtelingenwerk.nl/nl/ons-werk-de-gemeenten/mindfit-focus-op-mentale-gezondheid</a> - Aanmelden en meer: <a href="mailto:Mindfit@vluchtelingenwerk.nl">Mindfit@vluchtelingenwerk.nl</a>
<b>Mind-Spring</b>	- Statushouders - In gemeentes of opvanglocaties - Vluchtelingen	- Groepsinterventie Mind-Spring volwassenen	- Verbeteren mentale gezondheid en psychosociale vaardigheden	- Minimaal achtwekelijkse groepsbijeenkomsten - 2 uur	- Koppel: professionele GGZ-trainer en professionele trainer met vluchtelingen-	- RIVM Loket Gezond Leven: 'goed onderbouwd'	- € 7.572,- (bij 15 deelnemers €505,- p.p.).	- Organisatie: ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mind Spring junior</li> <li>- Mind Spring 13+</li> <li>- Mind-Spring opvoedondersteuning (voor ouders)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voorkomen en beperken psychische klachten, d.m.v. professionele signalering van evt. psychische problemen en snelle en effectieve doorverwijzing voor zorg op maat binnen de Nederlandse GGZ</li> <li>- Bevorderen integratie en participatie van statushouders en vluchtelingen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuele consultaties met professionele GGZ-trainer mogelijk voor- of achteraf elke groepssessie, indien nodig</li> <li>- Het is mogelijk om de groepsinterventie op onderdelen op maat te maken, afgestemd naar de culturele achtergrond en de eventuele wensen en behoeften van de deelnemers</li> <li>- 10-15 deelnemers</li> </ul>	<p>achtergrond met dezelfde taal en cultuur als de deelnemers</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inzet van professionele tolk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschoor e.a., (2010)</li> <li>- Uit effectmetingen in 2022 bleek dat de veerkracht van de deelnemers versterkt en dat zij na de training meer regie over hun eigen leven ervoeren. Na de training was er een afname van klachten te zien onder de deelnemers.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Indien nodig, kosten voor inzet tolk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aanmelden en meer: <a href="https://arq.org/project/en/mind-spring">https://arq.org/project/en/mind-spring</a></li> <li>- <a href="mailto:mind-spring@arq.org">mind-spring@arq.org</a></li> <li>06 254 94 386/020-840 76 74</li> </ul>
<b>7Roses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Slachtoffers van oorlog en mensenrechtenschendingen (vluchtelingen)</li> <li>- Slachtoffers van huiselijk- en seksueel geweld (slachtoffers mensenhandel)</li> <li>- Ongedocumenteerde migranten</li> <li>- Jongeren in risicogroepen</li> <li>- Cliënten maatschappelijke opvang</li> <li>- In azc's en gemeentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Groepsinterventie</li> <li>- 18+</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empowerment</li> <li>- Bevorderen actieve rol in eigen herstel</li> <li>- Hervinden eigen kracht</li> <li>- Ondersteunen herstelproces</li> <li>- Herstellen sociale verbondenheid</li> <li>- Hervinden eigen identiteit betekenisgevingservaringen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 9 bijeenkomsten</li> <li>- 6 tot 12 deelnemers</li> <li>- 2,5 uur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maatschappelijke organisaties, hulpverlenings- en GGZ-instellingen.</li> <li>- Bij voorkeur inzet professionele tolk of opgeleide trainer met vluchtelingen-achtergrond of voorlichter eigen taal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gebaseerd op wetenschappelijk onderbouwde CHIME-framework</li> <li>- Bewezen effectief m.b.t. vergroten empowerment</li> <li>- Kwalitatieve analyse onder deelnemers</li> <li>- Heemstra, H. van et al. (2019)</li> <li>- Husby e.a., (2020)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 35 uur per trainer (bij voorkeur 2 trainers)</li> <li>- Uurtarieven kunnen verschillen per trainer</li> <li>- Excl. kosten tolk</li> <li>- Train-de-trainer-training € 580,- per cursist</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisatie: ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum</li> <li>- Aanmelden en meer: <a href="https://7roses.arq.org/nl">https://7roses.arq.org/nl</a></li> <li>- Eva Heezemans, <a href="mailto:e.heezemans@centrum45.nl">e.heezemans@centrum45.nl</a></li> </ul>

<p><b>Problem Management Plus</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mensen uit conflictgebieden (met name vluchtelingen)</li> <li>- in gemeenten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuele en groepsversie</li> <li>- Digitaal via app voor volwassenen (in ontwikkeling)</li> <li>- Adolescenten (EASE)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verminderen van psychische klachten (o.a. ASS, angst, depressie, PTSS)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vijfwekelijkse sessies</li> <li>- 1,5 uur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Getrainde helpers (GGZ-achtergrond niet nodig)</li> <li>- Uitvoer PM+-traject incl. begeleiding en coördinatie ook mogelijk via PSH in Eigen Taal/Work for Ukraine</li> <li>- Door mensen met een (para)psychologische achtergrond (bijv. POH-GGZ, gedragswetenschappers)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewezen effectief</li> <li>- Onderzoek (EU H2020)</li> <li>- <u>STRENGTHS</u></li> <li>- Dawson e.a., (2015)</li> <li>- Rahman e.a. (2016). Bryant e.a. (2017).</li> <li>- Sijbrandij e.a., (2017)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uitvoer PM+-trajectgroep of individueel afhankelijk van aantal groepen</li> <li>- Personele inzet train-the-trainer en supervisors</li> <li>- Train the trainer Training VGCT: leden gratis, niet leden- € 299,-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aanmelden en meer</li> <li>Prof. Dr. Marit Sijbrandij : <a href="mailto:e.m.sijbrandij@vu.nl">e.m.sijbrandij@vu.nl</a></li> <li>- Jarik Stollenga, Work for Ukraine, <a href="mailto:jarik@workforukraine.nl">jarik@workforukraine.nl</a></li> <li>- Inhoudelijk Handboeken PM+ en SH+ (vrij beschikbaar via WHO): <a href="https://www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-MER-16.2">https://www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-MER-16.2</a></li> </ul>
---------------------------------------	--	---	--	---	---	--	--	--