

Factsheet regio Haaglanden 2023



OVER INDIGO PREVENTIE

Indigo Preventie voorkomt psychische- en verslavingsproblemen door deze tijdig te herkennen en aan te pakken. Zo voorkomen we dat klachten erger worden. Dat doen wij veelal kosteloos en in de buurt. De nadruk ligt op het versterken van de mentale gezondheid, veerkracht en weerbaarheid. En we zetten in op het vergroten van kennis en vaardigheden. Indigo is optimistisch en gelooft dat als je er op tijd bij bent, je veel zelf kunt doen om (weer) grip op het leven te krijgen.



WIJ ZIJN ER VOOR

Burgers van jong tot oud, professionals en vrijwilligers.



WERKGEBIED

Haaglanden

Huidig werkgebied: Den Haag, Zoetermeer, Leidschendam-Voorburg, Rijswijk, Voorschoten en Wassenaar.



ONZE AANPAK

DOOR MIDDEL VAN:

individuele interventies, groepsinterventies, klassikale interventies, trainingen, workshops, voorlichtingen, deskundigheidsbevorderingen en scholingen.

OP HET GEBIED VAN:

(faal)angst, somberheid, depressie en zelfdodingsgedachten, opvoeden en hechting, stress en burn-out, verlies, zelfvertrouwen, weerbaarheid en assertiviteit, ondersteuning voor familie en naasten, boosheid en frustratie, middelengebruik en verleidingen.



FINANCIERINGSBRONNEN EN FTE

Gemeentes, zorgverzekeraars, fondsen, subsidies, losse offertes en aanbestedingen. FTE 32,56



ERVARINGEN VAN DEELNEMERS

- > “De training heeft mij goed geholpen en geleerd om nare gevoelens en gedachten te accepteren. En daardoor ruimte te creëren voor fijne gevoelens en gedachten.”
- > “Ik heb kennis en inzicht gekregen in wat mijn gedrag doet met mij en de ander. Ook heb ik geleerd om mij op een constructieve manier uit te spreken.”
- > De cursus was een fijne opfrisser. Ook waardevol om te horen wat jullie voor ons kunnen betekenen en hoe we gebruik mogen maken van jullie kennis en expertise.”



RESULTATEN

TEVREDENHEIDSCIJFERS ONDERVERDEELD IN DOELGROEPEN

Jeugd: niet van toepassing
Volwassenen: gemiddeld: 8,5
Ouderen (55+): gemiddeld: 8,4
Professionals en vrijwilligers: gemiddeld: 8,1

TOP 5 INTERVENTIES

- 1 Mindfulness
- 2 Assertiviteit
- 3 Omgaan met verlies
- 4 Stoppen met piekeren
- 5 Onderwijsinterventies

TOTAAL AANTAL INTERVENTIES

2.120 interventies uitgevoerd

TOTAAL AANTAL INTERVENTIES TOTALE BEREIK VAN DE INTERVENTIES

21.116 deelnemers bereikt

BEREIK ONDERVERDEELD IN DOELGROEPEN

11.436 jongeren / jongvolwassenen / leerlingen / studenten
2.630 volwassenen
2.645 ouderen (55+)
1.540 ouders
2.865 professionals en vrijwilligers

RESULTAAT VAN DE TRAININGEN (SELECTIE)

We meten het effect met behulp van gevalideerde vragenlijsten. Dit doen we met een 0-meting, voor aanvang van de training en een meting direct na afloop.

TRAINING ASSERTIVITEIT

Na afloop van de training ervaren deelnemers minder spanning in sociale situaties en is de frequentie van assertief handelen in sociale situaties toegenomen vergeleken met de start van de training. Een half jaar na afronding van de training blijken de effecten consistent en/of sterker te worden.

TRAINING OMGAAN MET VERLIES

Na afloop van de training ervaren deelnemers minder gevoelens van eenzaamheid aan het einde van de training ten opzichte van de start van de training. Twee maanden na afronding van de training is het verminderde eenzaamheidsgevoelens stabiel gebleven.

TRAINING STOPPEN MET PIEKEREN

Na afloop van de training ervaren deelnemers meer controle op hun gedachten, voelen minder druk en is het piekergedrag verminderd aan het einde van de training ten opzichte van de start van de training



BLIK OP DE TOEKOMST, FOCUS 2024

In 2024 gaat Indigo Preventie verder op de ingezette koers. Namelijk het voorkomen dat psychische- en verslavingsproblemen erger worden, door middel van preventieve groeps- en individuele interventies. De gemeente en Indigo Preventie werken nauw samen rondom de ambities op het gebied van mentale gezondheid van haar inwoners. Vanwege de landelijke extra inzet op preventie vanuit de overheid, en de daaruit voortvloeiende Gezond Actief Leven Aanpak (GALA) en het Integraal Zorg Akkoord (IZA), is er ruimte voor uitbreiding en intensivering van de activiteiten voor alle doelgroepen. Ook zetten we in op het verder uitbouwen van de samenwerking met regiopartners in de wijken. Deze wijkacties zijn gericht op de uitdagingen binnen het sociale domein en jeugd domein. Tot slot is Indigo Preventie actief aangesloten bij de ontwikkeling, inrichting en het zorgaanbod in de lokale mentale gezondheidsnetwerken.