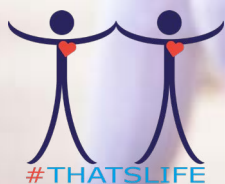
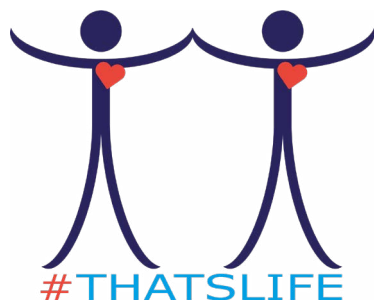


#Thatslife



#Thatslife

Veel jongeren ervaren mentale gezondheidsproblemen zoals eenzaamheid, somberheid en angst. Door de coronamaatregelen zijn deze problemen alleen maar toegenomen. Met de interventie #Thatslife maak je negatieve gevoelens en gedachten in de klas bespreekbaar. Ook leren jongeren wat ze kunnen doen als ze zich zorgen maken om zichzelf of om iemand anders.



West-Brabant



Voor wie is #Thatslife?

Jongeren in klas 2 (MAVO, HAVO, VWO) van het voortgezet onderwijs.

Hoe ziet #Thatslife eruit?

#Thatslife duurt een dagdeel en wordt uitgevoerd in de mentorklas. Met interactieve werkvormen behandelen we onderwerpen zoals zelfvertrouwen, je open stellen en omgaan met stress en emoties. Ook leren jongeren bij wie ze terecht kunnen als ze problemen hebben of als ze zich zorgen maken om iemand anders. Na afloop krijgen de jongeren een boekje mee met tips & trucs voor als ze niet lekker in hun vel zitten.

Ouders krijgen een brief met informatie over #Thatslife & tips om met hun puber in gesprek te gaan over hun gedachten en gevoelens. Mentoren krijgen een boekje met tips & trucs om hierover met de klas in gesprek te gaan.

De interventie wordt uitgevoerd door twee trainers van de GGD West-Brabant en door de school (bijvoorbeeld de mentor, zorgcoördinator, vertrouwenspersoon). De inzet van de school is afhankelijk van de grootte van de klas.

Kosten

#Thatslife kost € 981,- (excl. BTW) per klas.

Meer weten?

Neem dan contact op met thatslife@ggdwestbrabant.nl

Informatie en tips voor ouders/ verzorgers van pubers



Mentorboekje #Thatslife

