

(Bijlage bij nieuwsbrief Nr. 4 – Oktober 2023 regio ZOU)

Aan het woord ExpEx

De jongeren van ExpEx Utrecht zijn de afgelopen periode weer op vele terreinen actief geweest. De vraag om samenwerking vanuit studenten, onderzoekers en organisaties neemt toe. Dat is goed nieuws. Samen met de nieuwe projectleider Hellen Houterman wordt ook enthousiast gewerkt aan een EHBJ-product (Eerste Hulp Bij Jeugdzorg) voor jongeren. ‘Met dit product willen wij jongeren een gevoel geven dat ze gezien en erkend worden.’

Vanuit het project Ervaringsacademie is in het eerste projectjaar samen met diverse (zorg)organisaties, ExpEx en Netwerk Beter Samen een plan uitgewerkt voor de start van ExpEx in Utrecht. In augustus 2022 is het project van start gegaan en na een training van twaalf dagdelen hebben in december de eerste negen jongeren hun certificaat behaald. De samenwerkingspartners, inmiddels tien organisaties, hebben regelmatig een ontwikkelsessie om ook van elkaar te leren. De ExpEx werken aan diverse opdrachten bij de partners. Nieuwe samenwerkingspartners zijn welkom om samen met ons verder te ontwikkelen op het gebied van ervaringsdeskundigheid. Netwerk Beter Samen is de uitvoeringsorganisatie van dit tweejarige project.

EHBJ product in ontwikkeling

ExpEx-Utrecht is begonnen met het ontwerpen van een EHBJ-Product (Eerste Hulp Bij Jeugdzorg/Jeugd ggz). Hier zullen de jongeren in de komende maanden intensief mee aan de slag gaan. Deze zomer willen zij met deze box jongeren in de Jeugdzorg/Jeugd ggz een hart onder de riem steken. “Toen wij in de Jeugdzorg/Jeugd ggz terecht kwamen, misten we een stukje warmte. Met deze box willen wij jongeren een gevoel geven dat ze gezien en erkend worden. Ook willen we ze informeren om ze zo meer houvast mee te geven en te inspireren dat de situatie waar ze nu inzitten, echt beter wordt!”

Stressvolle dynamiek bij autisme

In de maanden maart en april hebben drie jongeren van ExpEx Utrecht de training Stressvolle dynamiek bij autisme gevolgd bij Netwerk Beter Samen. Ze leerden over de invloed van stress op het brein, prikkelverwerking en (micro)trauma. De uitwisseling en het leren over deze onderwerpen leidden tot een hoop (h)erkenning en verbinding tussen de ervaringsdeskundige ouders, die ook deelnamen aan de training, en de ExpEx. Op deze manier wordt er ook verder gewerkt aan deskundigheidsbevordering van de jongeren.

Veel vragen

Studenten, onderzoekers, professionals weten ExpEx Utrecht goed te vinden. Alleen al in de maand april kregen we vijftien vragen om mee te werken aan onderzoeken, begeleiding van een teamdag, het starten van een maatjestrject en uitnodigingen voor conferenties waarbij de inbreng van ervaringsdeskundigen gewenst is. Het is zoeken naar balans en tegelijkertijd geweldig dat de vraag naar ExpEx toeneemt.

September start tweede training voor jongeren

Voor de zomervakantie organiseren we een voorlichtingsbijeenkomst voor jongeren die geïnteresseerd zijn in de training ExpEx. In september starten we dan met de training, waarin nieuwe jongeren getraind worden tot ervaringsdeskundigen. Heb je interesse om mee te d