

# solentra

It takes a society to heal war trauma



## Jaarverslag 2023



# Inhoud

<b>Inhoud .....</b>	<b>2</b>
<b>Solentra vzw .....</b>	<b>3</b>
<b>Ontwikkelingen in België en de wereld .....</b>	<b>5</b>
<b>Onze impact: Traumatherapie .....</b>	<b>9</b>
Traumatherapie voor vluchtelinggezinnen en niet-begeleide minderjarigen in Vlaanderen.....	10
Traumabehandeling bij vluchtelingen en migranten in Antwerpen .....	11
Kleur in Zorg en Zorg in Kleur .....	12
Start traumadagkliniek.....	14
Crisisaanbod: Eerste Hulp bij Psychische Problemen .....	15
West4Youth.....	16
<b>Onze impact: Academy.....</b>	<b>18</b>
Opleidingsaanbod voor OCMW's en hun partnerorganisaties .....	18
Getuigenissen van deelnemers .....	19
Actie-onderzoek: Re-imagine Covid .....	20
Getuigenissen van deelnemers .....	22
Innovatie.....	23
Virtuele rollenspellen.....	23
VR-bril.....	23
<b>Financiële cijfers .....</b>	<b>26</b>
<b>Ontwikkelingen in onze organisatie .....</b>	<b>28</b>
Nieuwe huisstijl en website .....	28
Ons team.....	29
Onze partners.....	30
<b>Blik vooruit op 2024 .....</b>	<b>33</b>
Online beslisthulp voor ontwikkelingstrauma .....	33
Eerstelijnspsychologisch aanbod .....	34

## Solentra vzw

Solentra staat voor **Solidariteit & Trauma**. Als expert in de transculturele psychiatrie bieden wij gespecialiseerde psychologische zorg aan mensen met een vluchtelingen- of migratieachtergrond.

Culturele, taal- en socio-economische barrières verhinderen deze doelgroep vaak om psychiatrische hulp te zoeken en toegang te krijgen tot hun recht op geestelijke gezondheidszorg. Daarom heeft Solentra haar eigen **PACCT-methodologie** ontwikkeld: Psychiatry Assisting the Culturally Diverse Community in Creating Healing Ties. Onze methode combineert gemeenschapspsychologie met transculturele psychiatrie en stelt de kracht van een gemeenschap centraal.



Daarnaast **delen wij onze expertise** met professionele hulpverleners. Via onze Academy bieden wij diverse opleidingen, community-based consultaties en intervisies aan. Ook beschikken wij over een gratis helpdesk waar hulpverleners terecht kunnen met vragen over specifieke casussen. Zo helpen we de kwaliteit van de zorg te verbeteren en de cyclus van onnodige behandelingen en verwijzingen te doorbreken.



# Ontwikkelingen in België en de wereld



# Ontwikkelingen in België en de wereld

## Aanhoudende opvangcrisis in België eist mentale tol

De aanhoudende opvangcrisis leidde in 2023 tot veel vragen naar psychologische begeleiding. Het doorlopen van de asielpprocedure en de leefomstandigheden op straat zorgden immers voor bovenmatig veel stress bij onze doelgroep. Ook bleef de druk op de eerste lijn (waaronder OCMW's) zeer hoog, mede omwille van een gebrek aan middelen en een snelle personeelsrotatie.

Personen die in de reguliere zorg op wachtlijsten stonden, werden bovendien vaak onterecht doorverwezen naar Solentra. Dit wegens een gebrek aan kennis van migratiepsychologie en een tekort aan tolken in de reguliere sector. De nood aan een categoriale aanpak blijft dus groot, alsook de verderzetting van onze deskundigheidsbevordering van hulpverleners op de eerste lijn.

## Psychologische impact van oorlog in Oekraïne en Gaza op vluchtelingen

### Oekraïne

In 2023 woedde de oorlog in **Oekraïne** in alle hevigheid voort. Dat had een grote impact op Oekraïense vluchtelingen in België. Anderhalf jaar na het begin van de oorlog merkten we dat veel gezinnen geconfronteerd werden met echtscheidingen en intra-familiaal geweld. Ook leven veel gezinnen nog steeds geschieden: vrouw en kinderen zijn hier, de man in Oekraïne, wat eveneens zijn tol eist.

Daarnaast merkten we bij veel kinderen en adolescenten problemen op om zich te integreren en vrienden te maken door de taalbarrière. Dit alles leidde tot een diverse reeks aan klachten, waaronder depressie, angst, stress, slaapproblemen, aanpassingsstoornissen, gestokte rouw en overmatig alcoholgebruik als copingmechanisme.

In partnerschap met CGG Kohesi en met de steun van het Departement Zorg en het Agentschap Opgroeien (tem maart) bood Solentra ook in 2023 **individuele en groepssessies** aan voor 325 Oekraïense vluchtelingen: kinderen, jongeren en volwassenen. Dat [aanbod](#) varieerde van enkele sessies stressreductie tot gespecialiseerde therapie door Oekraïense psychologen bij ernstige psychische stoornissen. Daarnaast **ondersteunden** we zowel professionele als vrijwillige hulpverleners die hen begeleidden via opleidingen en intervisies. Ook beantwoordden we 87 vragen via onze helpdesk.



## Olga: “Luidop praten helpt”

Ik vond het erg fijn om met jou te praten tijdens de stressreductietherapie. Je kan zeer goed ondersteunen, kalmeren en adviseren. Het zijn simpele zaken die ik zelf niet opmerk. Ik heb ontdekt dat luidop praten helpt.



Na de sessie met jou ben ik een taalcursus begonnen en probeer ik meer info te verzamelen over werkmogelijkheden. Ik reageer rustiger op het feit dat ik waarschijnlijk een andere job zal moeten uitoefenen dan ik vroeger deed. Heel erg bedankt voor je hulp.

## Palestina

Ook in **Palestina** nam het geweld nooit eerder geziene proporties aan. Door de hevige bombardementen op de dichtbevolkte Gazastrook en de humanitaire hulp die ver van toereikend was, werd de situatie er al snel een humanitaire ramp. Dit had een grote impact op het mentale welzijn van Palestijnse vluchtelingen in België, die vaak familie of vrienden hadden achtergelaten in hun thuisland.

Om deze noden op te vangen, gingen we meteen van start met een reeks [webinars voor hulpverleners](#). Zij contacteerden ons immers met vele vragen over welke psychologische ondersteuning nodig was voor hun Palestijnse cliënten in deze moeilijke omstandigheden. We gingen in op hoe ze psychologische noden kunnen herkennen en kunnen omgaan met gevoelens van machteloosheid, boosheid, schuld en hulpeloosheid. Zo konden ze beter inschatten welke ondersteuning ze zelf konden bieden en wanneer doorverwijzen nodig was.



Naast de webinars konden hulpverleners ook terecht bij onze gratis [helpdesk](#) voor professionals met concrete vragen over cases. Samen zochten we naar de beste aanpak.

Ook lanceerden we een [crisisaanbod](#) om Palestijnse vluchtelingen rechtstreeks te ondersteunen. Dat bestond onder andere uit stressreductietherapie en groepsessies Eerste Hulp bij Psychische Problemen.

---

*“Toen ik jouw kantoor verliet, voelde ik me psychologisch beter. Gewoon omdat ik eindelijk het gevoel had dat iemand me met respect en vriendelijkheid behandelde, dat iemand me eindelijk echt wou helpen. Ik weet niet precies waarom, maar ik voel me comfortabel en kalm sinds ik met je gesproken heb.” – Cliënt crisisaanbod*

---



# Onze impact: Traumatherapie





# Onze impact: Traumatherapie

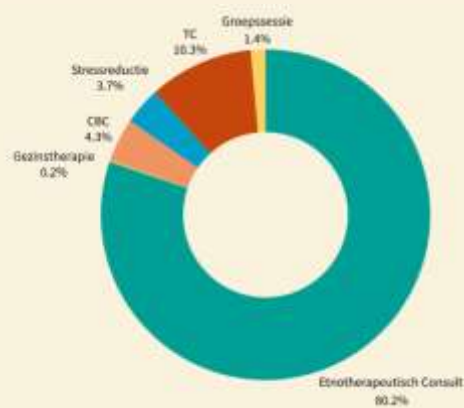
**Aanmeldingen per leeftijd**



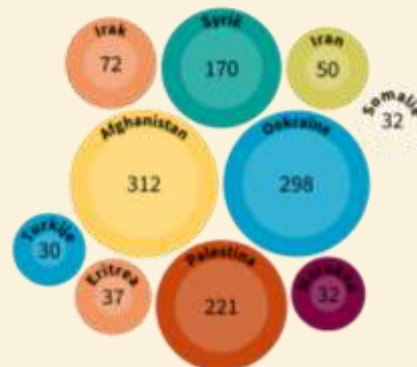
**Geslacht cliënten**



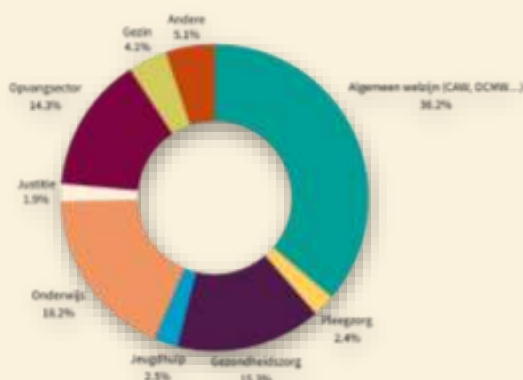
**Activiteiten kliniek**



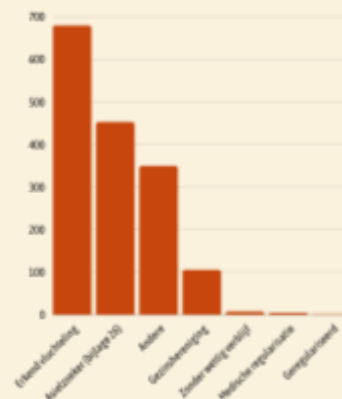
**Belangrijkste landen van herkomst**



**Aanmeldingen per sector**



**Juridische status cliënten**



## Traumatherapie voor vluchtelingengezinnen en niet-begeleide minderjarigen in Vlaanderen



In 2023 breidden we ons aanbod verder uit. We zetten we in op een mix van online en face-to-face ontmoetingen, en e-mental health. De pandemie versnelde de ICT-integratie, waardoor we efficiënter konden werken. Zo konden we bijvoorbeeld ook moeilijk beschikbare tolken/interculturele bemiddelaars inschakelen via webcam en WhatsApp.

De meeste aanmeldingen situeerden zich in de leeftijdscategorie 16-25 jaar (42%). Het ging overwegend om mannen (63%). Veel van hen kampten met **acute stress omwille van de moeizaam lopende procedure** voor een verblijfsvergunning bovenop de stress van migreren. Ook belangrijk zijn de impact van de opvangcrisis, het grote tekort aan voogden, het uitblijven van beslissingen in de asielpcedure, de politieke ontwikkelingen in Afghanistan, en de oorlogen in Gaza en Oekraïne.

In 2023 zagen we ook een stijging in de hulpvragen voor **stress rond gezinshereniging**. De niet-begeleide minderjarige staat namelijk niet enkel in voor zijn/haar erkenning, maar is vaak ook verantwoordelijk om gezinsleden over te laten brengen via gezinshereniging. Om het proces van hereniging in goede banen te leiden na een lange scheiding, vragen hulpverleners en jongeren vaak naar ondersteuning.

Ook de **stap naar volledige autonomie** kan heel ontwrichtend zijn voor deze jongeren in de transitieleeftijd, een zeer kwetsbare ontwikkelingsfase. Velen hebben een zware tocht achter de rug en leven gescheiden van hun families. Daarom ondersteunden we in 2023 ook leefgroepen. Dit zijn kleine wooneenheden voor niet-begeleide minderjarigen die voldoende zelfstandig zijn, maar nog wel baat hebben bij wekelijkse bezoeken van begeleiders die hen bijstaan bij allerlei vragen. Solentra helpt hen om **positieve copingmechanismen** te ontwikkelen. Verder proberen we hen te stabiliseren door verbindend te werken.



## Traumabehandeling bij vluchtelingen en migranten in Antwerpen



De stad Antwerpen streeft ernaar om mensen zelfredzamer te maken, te activeren en zij die het moeilijk hebben proactief toe te leiden naar het aanbod in de sociale hulp- en dienstverlening. Dit project bevordert de zelfredzaamheid van nieuwkomers door in te zetten op de preventie en vroegtijdige detectie van psychische problemen, in het bijzonder van trauma. Daarbij wordt uitgegaan van de sterktes en veerkracht van vluchtelingen.

Om bij te dragen tot **een toegankelijker, effectiever en kwalitatiever zorgaanbod** voor onze doelgroep zet Solentra in op:

- (trauma)behandeling en -therapie
- individuele of groepsessies voor jongeren (12–24 jaar) met emotionele problemen die hun mentaal welzijn beïnvloeden, eventueel als voorbereiding op meer gespecialiseerde behandeling (pre-therapie)
- deskundigheidsbevordering van professionele hulpverleners en integratiebevorderende actoren die werken met personen met een vluchtelingenachtergrond.

In 2023 registreerde het project 226 nieuwe **aanmeldingen** (+61% t.o.v. 2022). Daarbovenop kwamen er 40 meldingen van OKAN-scholen voor groepsessies in het kader van eerstelijnspsychologische ondersteuning aan 12-24 jarigen. Dit leidde tot de organisatie van vijf reeksen van drie sessies. Sinds mei 2023 kon Solentra hiervoor bijkomende middelen van OCMW Antwerpen inzetten.



## Kleur in Zorg en Zorg in Kleur



COMMISSION COMMUNAUTAIRE COMMUNE  
GEMEENSCHAPPELIJKE GEMEENSCHAPSCOMMISSIE

Solentra's Brusselse werking – 'Kleur in Zorg en Zorg in Kleur' – is mogelijk dankzij de financiële steun van de Gemeenschappelijke

Gemeenschapscommissie. Het doel van de werking is om de **toegankelijkheid, efficiëntie en kwaliteit van de geestelijke gezondheidszorg** voor families en kinderen met een migratieachtergrond te verhogen, in het bijzonder voor de behandeling van trauma- en migratiegebonden psychische aandoeningen.

Ondanks meerdere uitdagingen slaagde Solentra er in 2023 in om het vooropgestelde doel te behalen met **136 aanmeldingen. Jongvolwassenen (16-25) en volwassenen** waren de meest vertegenwoordigde leeftijdsgroepen. De minder positieve sfeer in de maatschappij t.a.v. deze groep zorgt wellicht voor verhoogde stress en meer psychologische problemen, waardoor hulpvragen uiteindelijk toenemen.

Door een **grondigere screening** konden we een aantal aanmeldingen telefonisch afhandelen, met goede doorverwijzingen naar alternatieven in de eerste lijn of meer gepaste gespecialiseerde behandelingen. Deze telefonische consultaties functioneerden dus als een *gatekeeper*.

Tegelijkertijd kregen we in 2023 ook meer terechte doorverwijzingen. Meer aanmelders kwamen uit de sector van de psychosociale dienstverlening. Hierdoor zagen we meer volwassenen die in eerste lijn al een stabilisatietraject doorlopen hadden. Dit wijst erop dat onze **PACCT-methodologie werkt**. Ook vanuit jongerenwelzijn kregen we meer terechte aanmeldingen dan in 2022. Dit kan erop wijzen dat de impact van de pandemie nog niet voorbij is. Voor veel jongeren zijn gezonde sociale contacten nog niet hersteld.



---

*“Solentra heeft mij helpen praten over iets dat verschrikkelijk was. Omdat de tolk rustig was en niet oordelend, was ik minder beschaamd. Ik moest ook niet voortdurend praten zoals bij een vorige begeleiding. Ik voelde geen druk bij Solentra en veel respect. Dit gaf mij moed om verder te doen.”*

*“Dankzij Solentra begrijp ik nu dat wat ik voel en denk niet gek is, en dat veel mensen in mijn situatie dit meemaken. Samen over mijn familie en over de mooie dingen in het leven praten, doet mij weer sterker voelen.”*

---

## Start traumadagkliniek

Solentra lanceerde in 2023 de eerste traumadagkliniek voor mensen met een vluchtelingenachtergrond in België. Deze intense behandeling voor complex trauma helpt cliënten om symptomen te bestrijden en hun emoties te stabiliseren. De sessies vergroten ook de draagkracht en het zelfbeeld van de deelnemers en verbinden hun gedachten met hun gevoelens. Voor gezinnen focust de kliniek op hoe ze hun ouder- en kinderrollen invullen in hun nieuwe context.

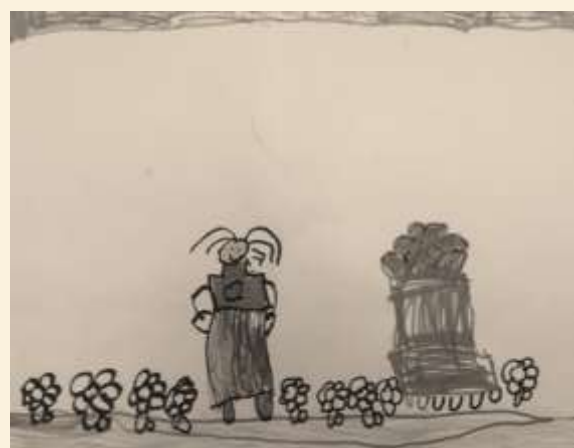
Bij de intake geven de deelnemers aan rond welke specifieke thema's ze willen werken. Thema's die aan bod komen zijn o.a. emotieregulatie, trauma, stress en coping, veerkracht en inclusie, rouw, aanpassing, migratie, racisme/exclusie, communicatie ... Op basis daarvan nemen ze deel aan een reeks groepsessies. Bij de indeling van de groepen wordt ook steeds rekening gehouden met het profiel van de deelnemers: gezin met jonge kinderen, volwassene, jongere, niet-begeleide minderjarige ...

---

*“Een collectieve aanpak werkt goed bij oorlogstrauma. Wat lotgenoten zeggen als ervaringsdeskundigen klinkt vaak plausibeler dan wat een traumatherapeut vertelt.” – Etnotherapeut Alain Nlandu.*

---

Onze psychologen gebruiken verschillende methodes in de dagkliniek: NET, EMDR, psychomotorische therapie, yoga, speltherapie ... Naast de psycholoog is er ook steeds een tolk aanwezig.



---

*“Ik ben zo blij om hier te zijn. Ik heb spijt dat ik één week niet kon komen, ik heb het gemist. Ik voel me goed wanneer ik hier ben.” – Cliënt dagkliniek*

---

## Crisisaanbod: Eerste Hulp bij Psychische Problemen

In 2023 organiseerden we zeven groepssessies voor 61 Palestijnse (jong)volwassen deelnemers in Genk, Hasselt en Kortrijk. Zij konden deelnemen ongeacht hun verblijfsstatus. In groepen van vijf tot acht gingen ze aan de slag in het Arabisch onder begeleiding van een Solentra-psycholoog en tolk.

---

*“Tijdens de sessies probeerde ik om een rationeel perspectief te creëren. Niet slapen, niet eten, altijd naar het nieuws kijken is niet lang houdbaar. Je gaat eraan kapot. Je moet eten, werken en voor jezelf zorgen, zodat je je familie daar zoveel mogelijk kan onderhouden. Ze hebben je nodig.”*  
- Etnopsychologe, Evana Ward

---

Deze reeksen van drie groepssessies hielpen de cliënten om hun stress te verminderen en veerkracht te bevorderen. Ze waren telkens gebaseerd op input uit de groep en op de principes voor psychologische eerste hulp.

---

*“Ik merkte een groot gevoel van machteloosheid op bij de deelnemers. Ze vertelden me dingen als ‘ik kan niet eten zolang mijn familie daar niet kan eten’ en vroegen me waarom Europa niets doet. Tijdens de sessies kon ik mijn menselijke kant tonen. Voor hen was het op dat moment vooral belangrijk om gehoord te worden.”*  
- Klinisch psycholoog, Ernesto Gomez Cangas

---



## West4Youth

West4Youth liep van 2020 tot en met december 2023. Dit project ondersteunde **jongeren** in de regio Westkust die **moeite hebben om aansluiting te vinden op de maatschappij**. Samen met de projectpartners zette Solentra zich in om hun kansen te verhogen op maatschappelijke integratie, tewerkstelling en welbevinden.

In 2023 werden 51 jongeren aangemeld: 53% mannen, 47% vrouwen. Het merendeel kon na afloop zonder onze hulp verder. De doelstellingen die de jongere had, werden aangepakt, zijn/haar netwerk werd verruimd en er werd toegeleid naar eventuele andere hulpverlening.

---

*“De diversiteit aan expertise en ervaring van de coaches vormde de katalysator om meer dan 120 jongeren terug op weg te zetten. Empowerment in de ware betekenis van het woord.”*  
*- Cathy Van Gorp, klinisch psychologe Solentra*

---

In 2024 bouwen we verder op dit project in via de [dynamische partnerschappen](#) opgezet door Europa WSE in Regio Middenkust (Oostende, VlamMiddenkust) en Welzijnsregio (Noord-Limburg, LP Noord). Dit project ondersteunt personen met een complexe multiproblematiek die vaak met diverse vragen en noden zitten tijdens hun zoektocht naar werk.



# Onze impact: Academy



## Onze impact: Academy

Naast traumatherapie ondersteunt Solentra ook professionals en vrijwilligers die mensen met een vluchtelingenachtergrond begeleiden. Dit doen we door middel van vormingen, intervisies, educatieve tools, een online leerplatform en een gratis helpdesk waar ze terecht kunnen voor de bespreking van concrete casussen. We bieden opleidingen aan in het kader van projecten, maar organiseren ook opleidingen op maat voor organisaties.



## Opleidingsaanbod voor OCMW's en hun partnerorganisaties

OCMW's en hun partners zijn vaak de **eerste hulpverlenende instanties waar vluchtelingen en andere nieuwkomers uit derde landen aankloppen**. Daarom deelt Solentra via een speciaal [opleidingsaanbod](#) de kennis en tools die hun maatschappelijk werkers en hulpverleners nodig hebben om onder meer:

- psychosociale problemen door migratie en trauma vroeg te herkennen, van elkaar te onderscheiden en te kunnen benaderen
- cultuursensitief en integratiebevorderend te werken
- de veerkracht van cliënten aan te spreken
- met meer zelfvertrouwen om te gaan met moeilijke situaties
- tijdig en adequaat te kunnen doorverwijzen bij vroegdetectie van ernstige psychische stoornissen.



Deze opleidingen waren gratis voor medewerkers, stagiairs en vrijwilligers van OCMW's en partnerorganisaties die OCMW's helpen in de begeleiding van nieuwkomers uit derde landen. Dit was mogelijk dankzij de financiële steun van het **Europees Fonds voor Asiel, Migratie en Integratie (AMIF)** en de **POD Maatschappelijke Integratie**. Ook in 2024-2025 wordt [dit aanbod](#) verlengd.

## Getuigenissen van deelnemers



### **Sander Deronde: “Mijn mentale bandbreedte als hulpverlener werd breder”**

De opleidingen werden zeer goed gebracht en er was veel ruimte voor de eigen opvattingen en casussen, waardoor de link met de realiteit groot was.



### **Pina De Schryver: “De opleiding zette mij terug met beide voeten op de grond”**

De thematische opleiding ‘Dynamieken van gezinshereniging’ van Solentra zette mij terug met beide voeten op de grond. Ondanks mijn uitgebreide ervaring met gezinshereniging – of misschien net omwille daarvan – riskeerde ik de impact ervan op een mensenleven uit het oog te verliezen.



### **Katya Verstraelen: “Ik leerde inspelen op de behoefte achter het gedrag”**

Door zicht te krijgen op copingmechanismen bij mensen op de vlucht, is het ook makkelijker om ‘achter’ het gedrag te kijken en te kunnen inspelen op de echte behoefte.

## Actie-onderzoek: Re-imagine Covid

Met het [project 'Re-Imagine Covid'](#) voerde Solentra een actie-onderzoek met jonge vluchtelingen en nieuwkomers naar de **impact van Covid op hun mentaal welzijn en veerkracht**. De jongeren stonden centraal als deskundigen van hun complexe realiteit. Ze gingen aan de slag met foto's die uitdrukken hoe ze de coronapandemie ervaren hebben: de problemen, maar ook de zaken waaruit ze kracht haalden.

Solentra stelde het project voor in haar netwerk van partners, waaronder asielcentra, Okan-scholen, projecten voor jonge vluchtelingen ... Van de 40 deelnemers die het project begonnen, voltooiden **29 jongeren** het volledige traject (20 jongens en negen meisjes).

De jongeren bevonden zich in **verschillende verblijfsituaties**: zes waren niet-begeleide minderjarigen, acht erkende vluchtelingen, zeven asielzoekende jongeren, zeven migranten (gezinshereniging) en één jongere zonder wettig verblijf.

De jongeren waren afkomstig uit meer dan **tien verschillende landen**: Afghanistan, Afghanistan/Turkije, Dominicaanse Republiek, Filipijnen, Georgië, Indië, Sierra Leone, Somalië, Spanje/Marokko, Syrië en Venezuela.





Het actie-onderzoek bestond uit **twaalf groepsessies**, meestal op locatie, soms online. Tijdens die sessies gingen we aan de slag met Photovoice, een onderzoeksmethode die jongeren stimuleert om zich uit te drukken over een specifiek thema, in dit geval de impact van Covid op hun mentaal welzijn.

In een eerste sessie leerden de jongeren de **Photovoice**-methode kennen, waarbij ze de opdracht meekregen om met hun mobiele telefoons foto's te maken die uitdrukten hoe ze de coronaperiode ervaren hebben. In een daaropvolgende sessie presenteerden ze hun foto's aan de groep, vertelden ze waarom ze die foto gemaakt hadden en formuleerden ze er een passend bijschrift bij.

Het project leverde **70 foto's** op met betekenisvolle verhalen die het individuele en groepspectief van de jongeren laten zien. De meesten toonden elementen van **veerkracht** die hen geholpen hebben om de negatieve gevolgen van de coronaperiode voor hun geestelijke gezondheid aan te pakken. Toch ervoeren de jongeren ook **stress, angst, bezorgdheid, depressieve gevoelens, eenzaamheid, verdriet en verveling**. Veel deelnemers, vooral degenen die in de opvangcentra woonden, gaven te kennen dat de preventieve maatregelen extra hard aankwamen.



In een workshop met de jongeren werden alle foto's en bijschriften verzameld. Negen thema's werden uitgefilterd voor de **fototentoonstelling 'Re-Imagine'**. Deze werd georganiseerd van 21 april tot 4 mei 2023 in de Pianofabriek in Sint-Gillis met de creatieve ondersteuning van curatoren Deborah Ephrem en Gaëlle Khalife van Globe Aroma. Benjamin Dalle, Vlaams minister van Jeugd, Media, Brussel en Armoedebestrijding, bezocht de expo op de openingsavond en sprak met enkele deelnemers. De [digitale expo](#) is vandaag beschikbaar op onze website.

## Getuigenissen van deelnemers



### **Victoria: “Door een betekenis te geven aan je foto’s, roep je krachtige gevoelens weer op”**

Ik vond het project erg leuk. Twee van mijn foto’s zijn foto’s die ik al genomen had. Voor mij waren het gewoon foto’s, maar als je er een betekenis aan moet geven, is het echt krachtig omdat je je gevoelens weer moet oproepen.



### **Romal: “Praat met mensen die migreren over hun situatie”**

Ik wou delen hoe ik de coronaperiode ervaren heb. Het is niet gemakkelijk voor mensen die naar een ander land migreren en vooral voor mensen die geen familie of vrienden hebben, geen connecties, geen vertrouwde samenleving of gemeenschap, dat is een groot probleem.



### **Morteza: “Het is belangrijk voor mensen in België om te weten hoe vluchtelingen zich voelen”**

Tijdens corona had ik veel tijd en heb ik geprobeerd om mooi te tekenen over corona, over die slechte dagen om het in mijn hoofd een beetje rustig te maken en me geen zorgen te maken over wat ik moet doen.



## Innovatie

### Virtuele rollenspellen



Het voorbije jaar voegde Solentra een nieuw type educatief materiaal toe aan de Solentra Academy, naast e-learnings, video's, webinars en interviews. In de nieuwe [virtuele rollenspellen](#) krijgen hulpverleners op een interactieve manier de do's-and-don'ts in de vingers om cultuur- en rouwsensitief aan de slag te gaan met een herenigd gezin of een jongvolwassene.

Ze doorlopen een **fictieve afspraak** met een cliënt in vijftien minuten tijd en worden zo uitgenodigd om te reflecteren over wat ze zouden zeggen, doen of voelen in een dergelijke situatie. Het rollenspel geeft bovendien telkens feedback op de gemaakte keuzes.

De virtuele rollenspellen maken deel uit van Solentra's gratis **AMIF-opleidingsaanbod** voor medewerkers, stagiairs en vrijwilligers van OCMW's en partnerorganisaties die OCMW's helpen in de begeleiding van nieuwkomers uit derde landen. Dit aanbod is mogelijk dankzij de steun van het Europees Fonds voor Asiel, Migratie en Integratie (AMIF) en de POD Maatschappelijke Integratie.

### VR-bril

Solentra ontwikkelde een virtualrealitybril in samenwerking met [Psylaris](#), een softwareontwikkelaar met heel wat ervaring in de geestelijke gezondheidszorg. Hiermee kunnen cliënten zelfstandig een aanvullende **EMDR-sessie** doorlopen tussen sessies met de psycholoog in. Zo boeken ze sneller vooruitgang en is een sneller herstel mogelijk. Na een virtuele sessie is er telkens een nabespreking met de behandelende psycholoog met tolk.

Bij het opzetten van de VR-bril betreedt de patiënt een virtuele wereld, begeleid door een stem. De applicatie past zich tijdens de sessie aan op de reacties van de cliënt met behulp van intelligente software. We zorgden ervoor dat ook alle virtuele sessies **cultuursensitief** zijn en werkten met veel iconen om de bril ook aan te passen voor laaggeletterde cliënten.

Eind 2023 nam Solentra de eerste VR-brillen in ontvangst in het Arabisch en het Pasjtoe. “Deze gaan we nu samen met onze tolken zin voor zin doornemen. In januari zullen we ze in gebruik nemen in de regio’s Antwerpen en Limburg”, vertelt Catherine Pauwels, klinisch psychologe en regioverantwoordelijke Antwerpen. “Eerst zullen we de bril samen met de cliënt gebruiken. Daarna kan hij/zij tussen begeleide sessies in bij ons op kantoor terecht om zelfstandig een sessie met de VR-bril te doorlopen.”



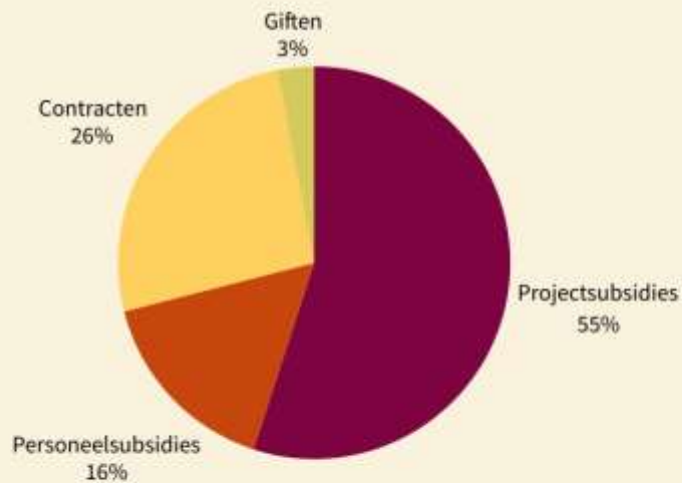
# Financiën



# Financiële cijfers

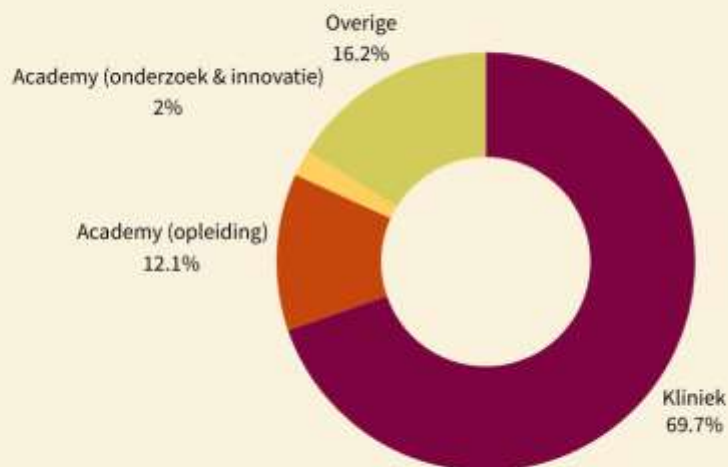
## Inkomsten (2023)

Totaal: € 2.737.904



## Inkomsten volgens activiteit (2023)

Totaal: € 2.737.904



# Onze organisatie



# Ontwikkelingen in onze organisatie

## Nieuwe huisstijl en website

Onze **huisstijl, logo en website** kregen een volledige make-over in 2023. Hiervoor gingen we in zee met communicatiebureaus **Comm'sa** en **The Nutshell** voor de uitwerking van de beeldtaal en de ontwikkeling van de website. Het resultaat is een kleurrijke en frisse look, waarin de diverse gemeenschap van en rond onze cliënten gevisualiseerd wordt door talrijke personae.



De **doelstellingen** die we vooropplaatsen waren een website die gebruiksvriendelijker is (vereenvoudigde navigatie) én toegankelijker voor onze verschillende doelgroepen. Zo kwamen we tot één knop met 'vind hulp' waar ieder meteen terugvindt hoe ze een beroep kunnen doen op de diensten van Solentra. Ook vinden cliënten daar een beknopte voorstelling terug van de werkwijze van Solentra in hun moedertaal.

## Ons team

Naast 31 vaste werknemers, kon Solentra in 2023 opnieuw een beroep doen op een ploeg van acht fantastische vrijwilligers! Verder verwelkomden we zoals elk jaar enkele enthousiaste stagiaires en werkten we met freelance tolken voor de therapie sessies.



## Wat zeggen onze medewerkers?



### Angie Nicolas: “Het is een levensschool”

Wat ik uniek vind aan werken bij Solentra, is de openheid van geest die de job mij bijbrengt. Werken met mensen uit verschillende landen en culturen daagt me uit om mijn denkkader even opzij te schuiven en oprechte interesse te tonen in de leefwereld van de ander. Het is zoals een levensschool, die me de leert om verder te kijken dan mijn eigen waarden en normen.



### Moayad Abu Siyam: “Het vraagt tijd om het vertrouwen van de cliënt te winnen als tolk”

Als tolk moet je het vertrouwen van de cliënten kunnen winnen en ze een veilig gevoel geven tijdens de sessies. Dit vraagt tijd. Daarom vind ik het belangrijk om met een vaste tolk per cliënt te werken.



## Onze partners

### Wat zeggen onze partners over onze samenwerking?

---

*“Naast de informatieve e-learnings kregen voogden de gelegenheid om deel te nemen aan intervisies met therapeuten van Solentra. Dit kwam ten goede aan de begeleiding van hun pupillen. Ook onze medewerkers konden intervisies volgen die hen beter voorbereidden om met complexe situaties om te gaan. Bedankt aan Solentra voor de waardevolle samenwerking!”*

*- Elvire Delwiche, **FOD Justitie** - Dienst Voogdij*

---

---

*“Een quote die goed bij onze doelgroep past, is die van Gerd Gigerenzer: ‘We moeten leren leven met onzekerheid.’ Wij willen Solentra graag oprecht bedanken. Door jullie professionele begeleiding en ondersteuning helpen jullie vluchtelingen om hun verleden te verwerken, hun angsten te overwinnen en hun weg te vinden naar een nieuw leven. Jullie luisterend oor, begrip en kennis van psychologische processen dragen bij aan het herstel en de veerkracht van deze mensen.”*

*- Viktoriya Yermolovich, **Fedasil** Sint-Truiden*

---

---

*“De samenwerking met Solentra was van onschatbare waarde het afgelopen jaar. Hun expertise en toewijding hebben ons geholpen om onze bewoners te ondersteunen op een manier die we nooit alleen hadden kunnen bereiken. Samen hebben we waardevolle bruggen gebouwd naar veerkracht en welzijn.”*

*- Jade Nelissen, **Fedasil** Opvangcentrum Zoutleeuw*

---

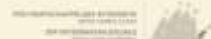
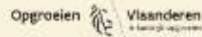
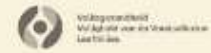
---

*“Als (groot) opvangcentrum zijn we wát blij te mogen rekenen op de expertise van Solentra! Voor verhelderende, inspirerende en verfrissende hulp in casussen, als energiebron tijdens intervisies en als steun en toeverlaat voor onze medewerkers. Zo draagt Solentra bij aan de uitbouw van onze eigen expertise, helpt ruimte creëren en vrijheid te scheppen om ons werk degelijk voort te kunnen zetten!*

*- Tom Vangenechten, **Rode Kruis** Opvangcentrum Houthalen-Helchteren*

---

## Al onze partners



# Blik vooruit op 2024



# Blik vooruit op 2024

## Online beslischulp voor ontwikkelingstrauma

Om eerstelijnsactoren te helpen om ontwikkelingstrauma te voorkomen, sneller op te sporen en gericht aan te pakken bij kinderen met een vluchtelingenachtergrond, ontwikkelt Solentra een [online beslischulp](#) samen met de **Thomas More-Hogeschool** en **Zenjoy**.

Hulpverleners krijgen een reeks **vragen** voorgelegd over hun cliënt die hen helpen om tot een juiste inschatting te komen én een cultuursensitieve aanpak te hanteren. Is de omgeving van het gezin stabiel? Doorlopen ze een verblijfsprocedure? Hoe ziet hun netwerk eruit? Op basis daarvan formuleert de beslischulp vervolgens een advies.

De beslischulp heeft ook een sterke **educatieve functie**. Via talloze informatieblokken en tips leert de hulpverlener bij over ontwikkelingstrauma, migratie, acculturatie, rouw, cultuurspecifieke uitingen van traumaklachten ... Zo kunnen ze beter inschatten welke ondersteuning ze zelf kunnen bieden en wanneer doorverwijzen vereist is.

---

*“De oplossing die dit project biedt is uniek. De screening van ontwikkelingstrauma in een migratiecontext combineren met deskundigheidsbevordering is ongezien in Vlaanderen. De tijd dat enkel gespecialiseerde diensten gepaste hulp moesten kunnen bieden aan personen met een vluchtelingen- en migratieachtergrond is lang voorbij.”*  
- Benji Jame, klinisch psycholoog bij Solentra

---

Partners **Ligant** en **ELZ Maasland** dragen bij aan de testfase van de beslischulp. Zo kan de tool verder op punt worden gesteld voor een opschaling in verschillende eerstelijnszones in 2025.



De ontwikkeling van de online beslischulp kadert binnen het project [OverHoop](#), een initiatief van Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Hilde Crevits om ontwikkelingstrauma's bij kinderen te voorkomen. Het project wordt beheerd door de Koning Boudewijnstichting.

## Eerstelijnspsychologisch aanbod

In **2023** was Solentra actief in de eerstelijnspsychologische zorg in **West-Vlaanderen** in het netwerk WINGG, Psy Zuid-West-Vlaanderen en NOWE en in **Antwerpen** in het netwerk SaRA en PANGG.

In **Limburg** biedt Solentra **vanaf 2024** een eerstelijnspsychologisch aanbod aan in Genk, Pelt en Hasselt. Dat maakt deel uit van de ELP-conventie. Vanuit de netwerken Geestelijke Gezondheid Limburg en FOD Volksgezondheid wordt er ingezet op een betaalbaar en toegankelijk eerstelijnspsychologisch aanbod.

Hulpverleners kunnen via dit aanbod cliënten met een vluchtelingenachtergrond aanmelden voor **gratis begeleiding** door een Solentra-psycholoog wanneer ze tijdens een contact tekenen van psychologische problemen opmerken, zoals: hoofdpijn en lichamelijke stressklachten zonder fysische oorzaak, angst en depressieve toestand, herbelevingen en nachtmerries, concentratieverlies, vergeetachtigheid, paniekeracties ...

Alle personen met een migratie- of vluchtelingenachtergrond (kinderen, gezinnen, (jong)volwassenen) die aangesloten zijn bij een mutualiteit komen in aanmerking voor dit aanbod.

Meer info op [www.ggzlimburg.be](http://www.ggzlimburg.be)







# Contact

Een vraag, meer informatie of samenwerken? Neem contact op met ons hoofdkantoor in Brussel of onze regionale kantoren in Antwerpen, Hasselt of Oostende.



[solentra@uzbrussel.be](mailto:solentra@uzbrussel.be)



Saintelette Square 17  
Ingang Akenkaai 1  
1000 Brussel



02 477 57 15



## Steun ons

Dankzij jouw steun aan het **Fonds Vrienden van Solentra** kunnen we gratis gespecialiseerde psychische zorg aanbieden aan mensen met een vluchtelingenachtergrond.

[solentra.be/steun-ons](https://solentra.be/steun-ons)



**solentra**