

IMPACT

FICHE

MAG IK ZIJN?

MAG IK ZIJN?

een documentaire reeks en film van Frederike Migom

Thema's

Jongeren in de psychiatrie , mentaal welzijn bij jongeren, nood aan verbinding met anderen

Start impact strategie

Impact screenings voor jongeren starten in Brugge ikv Docfest in okt en nov 2026.

De reeks zal te zien zijn op VRT-Canvas vanaf 30 nov 2026 ikv De Warmste Week.



De film

Tieners, opgenomen in een psychiatrisch ziekenhuis, doorbreken hun stilzwijgen. Zij vinden met hun mentale kwetsbaarheden geen plaats in de steeds complexer wordende maatschappij. In MAG IK ZIJN? delen ze hun verlangen naar verbinding en laten ze ons toe in hun zoektocht naar een plek om te kunnen zijn.

Impactdoelen

- Mentaal welzijn bij jongeren bespreekbaar maken, de drempel naar hulp verlagen.
- Perspectief bieden aan jongeren met psychische problemen op de wachtlijsten.
- Negatief beeld rond psychiatrie bijsturen om de drempel te verlagen.
- Stigma doorbreken rond jongeren in psychiatrie.

Doelgroepen

Jongeren, ouders, hulporganisaties & onderwijs (CLB medewerkers & leerlingbegeleiders)

Partners

PAIka – Similes – Cachet vzw – Te Gek?! – CLB's en scholen – OverKophuizen – Lejo vzw – Afdelingen Kinder- en Jeugdpsychiatrie – Vlaamse Zorgambassadeur – CAW's – 10 daagse van de Geestelijke Gezondheidszorg – UGENT – PXL – Gezond In Brussel – Vlaamse Scholierenkoepel – VLESP – Gezond Leven – VVKP – Pakt – Radar – Psy OVL –

Mogelijk locaties

In de biscoop, op ontmoetingsplekken voor jongeren (bv OverKophuis), thuis via de laptop, vertoningen op school, bij een CLB-team, in zorginstellingen of via een webinar

Mogelijke omkadering en impact acties

–Filmvertoning voor jongeren die op de wachtlijst staan

–Filmvertoning met creatief Open Atelier met bv deze opdracht:

Maak “Je staat niet alleen”-kaartjes

Jongeren gaan creatief aan de slag en maken zelf een reeks getekende of geschilderde postkaartjes. Ze geven die af of sturen die op naar een persoon die een hart onder de riem kan gebruiken. Op de kaartjes staat voorgedrukt waar jongeren terecht kunnen met een hulpvraag.

–Open Mic: Jongeren aan het Woord

Na de film krijgen jongeren (vrijwillig) het podium om kort te delen wat hen raakt: een ervaring, gedachte, vraag of boodschap. Dit kan ook via anonieme briefjes die worden voorgelezen.

–CLB:

Medewerkers zijn vaste host bij een filmvertoning in de klas. Op die manier leren jongeren het aanspreekpunt voor hulpvragen op hun eigen school beter kennen.

–Zorgnetwerktafel:

Na de film kunnen jongeren en bezoekers informeel praten met lokale organisaties rond mentaal welzijn.

Contact Filmproducent

Emmy Oost
Timescapes
emmy@timescapes.be
+32 478 211 811

Contact Impact Producent

Annabell Van den Berghe
Filmpact
annabellvdberghe@gmail.com
+32 473 758 722