



WARME NOORDERKEMPEN ...

Heb jij wel eens nood aan een luisterend oor, een omgeving waar je je goed voelt, waar je terecht kan, waar je makkelijk de weg naar hulp vindt, waar je betrokken bent bij het maken van keuzes, waar je persoonlijke ontwikkeling belangrijk is, waar het oké is als je je eens niet goed voelt, waar je talenten gezien worden, waar je niet alleen bent, kortom **een omgeving waar je, je goed in je vel voelt?**

Wist je dat ...

Brasschaat, Essen, Wuustwezel, Kapellen en Kalmthout
SAMEN werken aan het **Warme Noorderkempen**

En

Warme Williams helpen mee!

Maar wie is een Warme William nu echt?

Een Warme William is iemand die je kan vertrouwen, op wie je kan rekenen.

Iemand die écht naar je luistert: een vriend(in), een ouder, een leerkracht,... . Iemand tegen wie je kan vertellen waar je mee zit of wat er scheelt. Want iedereen zit wel eens wat minder goed in zijn vel. En dan is het fijn dat er een Warme William voor je klaarstaat.



**En ja, IEDEREEN kan een Warme William zijn!
Dus JIJ ook!**

De luistertips op de achterkant helpen je alvast verder!



Benieuwd naar het Warme Noorderkempen?

Kom naar het **Lanceringsmoment op 1 oktober 2022*!**

Iedereen welkom!!

Samen met **Fonds GavorGeluk** en Lotte Vanwezemael maken we er iets warm van!



*houd social media en het gemeentekrantjes in het oog voor locatie en uur in de verschillende gemeentes of via **blijf op de hoogte** via:

www.eerstelijnszone.be/verslavingspreventie-en-mentaal-welbevinden-elz-noorderkempen



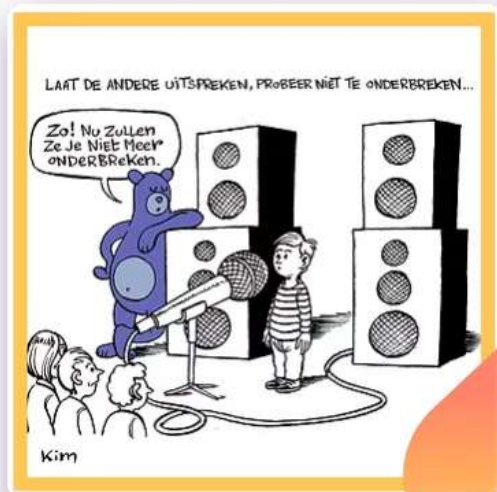
VRAAG HOE HET ÉCHT GAAT.

Vraag eens hoe het écht gaat en stel je niet tevreden met het eerste het beste antwoord 'ça va' of 'gaat wel' maar vraag door. Spreek vanuit jezelf: "Ik heb het gevoel dat je met iets zit, kan dat?" Als het antwoord neen is, dan is dat zo. Toch heb je tegelijk je bezorgdheid en aanwezigheid getoond aan je vriend(in). Zo weet hij of zij dat je er bent.



ERKEN HET PROBLEEM VAN DE ANDER EN MINIMALISEER NIET.

De boodschap 'dat het wel snel voorbij zal gaan', of 'dat hij/zij overdrijft', helpt niemand vooruit. Het is belangrijk te tonen dat zijn/haar verhaal belangrijk is en dat het serieus wordt genomen. Toon dat je in je vriend/ vriendin gelooft. Als het even moeilijk gaat heb je iemand nodig die achter jou staat.



LAAT DE ANDER UITSPREKEN.

Het is verleidelijk om zelf te beginnen vertellen over gelijkaardige ervaringen, zinnen af te maken of gevoelens in te vullen. Maar dat helpt jouw vriend(in) niet altijd vooruit. Geduldig luisteren zonder te onderbreken kan heel veel betekenen voor iemand die het even moeilijk heeft.

Meer luistertips? www.warmewilliam.be/tips

Meer info? www.warmewilliam.be en www.geluksdriehoek.be

