



# Wij VLECHTEN mee!

**Hey leid(st)er,**

Je krijgt bij deze startzending een DIY-pakket voor een grootse campagne rond psychisch welzijn voor leiding en leden van verschillende jeugdbewegingen.

## WAT WILLEN WE BEREIKEN?

De cijfers liegen er niet om. Uit een onderzoek van de Vlaamse Jeugdraad blijkt dat bij 38% van de jongeren een gebrek aan psychisch welbevinden voor een negatief effect op hun schoolwerk, sociale leven en/of hobby's zorgt.

Wij vinden dat hoge cijfers en willen actie ondernemen. En ook jij kan daar een rol in spelen! Gelukkig blijkt dat 90% van de jongeren wél het gevoel heeft met iemand te kunnen praten over zijn of haar psychisch welzijn, en laat dat nu net cruciaal zijn.

Zowel jij als wij weten uit ervaring dat een jeugdbeweging dé plek is waar hechte vriendschappen worden gesmeed en waar er ruimte is om met elkaar te praten over de kleine en grote dingen des levens.



## IK DOE MEE

Uiteraard! Want je wilt dat iedereen zich goed in zijn of haar vel voelt. Wat hoef je daarvoor te doen? Maak een vlechtje met deze **3 kleuren**. Elke kleur staat symbool voor een bepaald engagement dat je aangaat.

### Luisteren

Je luistert naar ieders verhaal. Je probeert niet te oordelen, maar te begrijpen door vragen te stellen. Je probeert er voor iedereen te zijn en neemt hier de tijd voor.

### Praten

Je praat met anderen, over leuke dingen, maar ook over moeilijke momenten, want dat is perfect normaal. Je neemt signalen ernstig en spreekt anderen hierover aan. Zo blijft de ander niet alleen zitten met zijn/haar verhaal en zoek je samen naar een oplossing.

### Doen

Je engageert je om binnen je groep ruimte en veiligheid te creëren om in verbondenheid te luisteren en te praten. Je wil deel uitmaken van een jeugdbeweging waar iedereen terecht kan zoals hij/zij is met al zijn/haar grote én kleine zorgen.

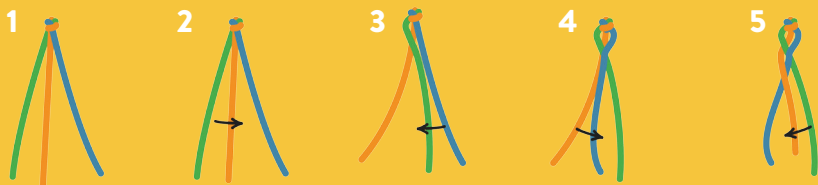
Speld tijdens het weekend van **5, 6 en 7 oktober** met het veiligheidsspeldje dit vlechtje zichtbaar aan je sjaaltje, das, hemd, trui,... Hang ook de affiches op in je lokaal. Zo weten je leden en medeleiding dat ze bij jou terecht kunnen als ze nood hebben aan een babbel.

Registreer je deelname op de website [www.wijvlechtenmee.be](http://www.wijvlechtenmee.be). Zo hebben we een overzicht van alle jongeren die zich willen engageren en hebben we extra veel draagkracht om ook onze overheden op hun verantwoordelijkheid te wijzen.

Wil je nog verder gaan? Dan kan je hier samen met je leden een activiteit van maken. Maak bv. een reuzevlecht. Of sta hier bij het begin van je activiteit even bij stil. Laat je leden ook een vlechtje maken, met touw of in elkaars haar. Wees creatief! En deel jouw leuke acties op sociale media met **#wijvlechtenmee #pratenluisterendoen**.

Heb je nog extra materiaal nodig? Je kan extra touw en veiligheidsspeldjes ophalen in De Banier of het KLJ-secretariaat bij jou in de buurt.

# VLECHTEN MAAR!



REGISTREER JE OP [WWW.WIJVLECHTENMEE.BE](http://WWW.WIJVLECHTENMEE.BE)  
#WIJVLECHTENMEE #LUISTERENPRATENDOEN