

# WORD WARME WILLIAM



"Kunnen jouw vrienden bij je terecht als ze met iets zitten? Luister jij écht naar hun verhaal? Word Warme William, want samen sta je sterker."

**LOTTE VANWEZEMAEI**  
WARME WILLIAM AMBASSADRICE

# FACTS & FIGURES

In een representatief **onderzoek bij 500 Vlaamse jongeren tussen 16 en 25 jaar** werd vastgesteld dat er een relatie is tussen diepgaande vriendschap en mentaal welbevinden. En dat is belangrijk om te weten.

Want bijna **1 op 5 Vlaamse jongeren geeft aan zich niet goed in hun vel te voelen**. Nog enkele andere spraakmakende cijfers:

**35%**

VAN DE JONGEREN HEEFT GEPIEKERD TIJDENS DE LAATSTE 6 MAANDEN

**14%**

HEEFT DEPRESSIEVE GEVOELENS

**10%**

VAN DE JONGEREN GEEFT AAN OP DIT MOMENT GEEN GOEDE VRIEND TE HEBBEN

**50%**

VAN ALLE JONGEREN PRAAT NIET MET ANDEREN OVER HUN PROBLEMEN OF ZORGEN. BIJ MEISJES LIGT DAT CIJFER NOG HOGER.



## HOE KUNNEN WE DIT AANPAKKEN?

Als je iemand hebt die écht naar je luistert als je met iets zit, ben je al een heel eind op weg! Want je kwetsbaarheid delen met vrienden bevrijdt en verbindt.

## IK BEN WARME WILLIAM.

Ik sta voor iemand die écht naar je luistert: een vriend(in), een ouder, een leerkracht,...  
Ik ben iemand die je uitnodigt om te vertellen 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.  
Een persoon die je kan vertrouwen. Iemand op wie je kan bouwen.

**Wist je dat ook jij een Warme William kan zijn voor je vrienden?**

DOWNLOAD NU DE **GRATIS**  
WARME WILLIAM APP.

Met deze augmented reality app breng je Warme William helemaal tot leven. Ontdek wie die blauwe beer precies is en wat hij voor jou en de wereld rondom je kan betekenen. **Luister naar de verhalen van zijn vrienden, nomineer jouw beer en word ook zelf een Warme William.**



# MET DEZE LUISTERTIPS KAN IEDEREEN WARME WILLIAM WORDEN

NET ALS LOTTE

- ✓ Vraag hoe het echt gaat
- ✓ Laat weten dat je er bent
- ✓ Laat de ander uitspreken en onderbreek niet
- ✓ Luister zonder een oordeel te vellen
- ✓ Let goed op de lichaamstaal
- ✓ Erken het probleem van de ander en minimaliseer niet
- ✓ Laat weten dat het okee is je slecht te voelen
- ✓ Vraag wat je kan doen om te helpen
- ✓ Soms weet je niet wat te zeggen en dat is niet erg
- ✓ Zoek samen hulp indien nodig



Meer **informatie en inspiratie** vind je op [www.warmewilliam.be](http://www.warmewilliam.be).

Warme William is een sociaal baasje. Volg ons op **Facebook of Instagram**: [@warmewilliam](https://www.instagram.com/warmewilliam)



[@warmewilliam](https://www.instagram.com/warmewilliam)

## Echt luisteren, hoe doe je dat?

Download de **gratis Warme William app** of surf naar [warmewilliam.be](http://www.warmewilliam.be) voor tal van tips om zelf Warme William te worden.

