

Praten of chatten? Het helpt

Bij Tele-Onthaal brengt de luisterende aanwezigheid van een ander soelaas als je het even moeilijk hebt

- ▶ In 2013 steeg het aantal chatoproepen met twintig procent
- ▶ Nood aan telefonische hulplijn blijft nijpend, vooral 's nachts
- ▶ Zelfdestructief gedrag en eetstoornissen komen meer aan bod

Ilse VAN HALST

Verdriet, woede, onmacht, eenzaamheid, enzovoorts. In 2013 leidde het tot 116.799 oproepen bij de anonieme hulplijn Tele-Onthaal, via telefoon zowel als chat. Dat is een lichte daling van vier procent tegenover 2012.

Opmerkelijk is de forse toename van het aantal chatoproepen: met 20 procent. „Via chat bereiken we een nieuwe doelgroep en vooral jonge hulpzoekers. Zeven op de tien chatoproepers zijn tussen 12 en 39 jaar, maar ook vijftigers en zestigers vinden hun weg naar deze hulp”, zegt Kathleen Goovaerts van Tele-Onthaal. „Via

chat komen meer taboegeladen onderwerpen ter sprake zoals geweld, mishandeling en zelfdoding, omdat chatten nog anoniemer is dan de telefoon.”

Toch blijft de nood aan telefonische hulpverlening groot. „Vooral 's nachts. Bijna zestig procent van de oproepen loopt immers binnen na 18 uur”, zegt Goovaerts. „In de donkere uren is het zwaar om de eenzaamheid te dragen na bijvoorbeeld een overlijden of een relatiebreuk.”

De meest voorkomende gespreksonderwerpen zijn relationele moeilijkheden, gevolgd door gezondheidsproblemen zoals depressie. Op de derde plaats staan eenzaamheid (via telefoon) en zelfdoding (via chat). Opmerkelijk is dat er vorig jaar 27 procent meer gesprekken werden gevoerd over zelfdestructief gedrag en zelfverwonding, achttien procent meer over eetstoornissen, negen procent meer over partnermishandeling, zeven procent meer over stress en drie procent meer over verslavingen.

„Hoewel er nog steeds een taboe rust op problematieken zoals zelfverwonding en eetstoornissen, groeit de openheid omdat de media er meer aandacht aan schenken”, merkt Jos Smets van de Psychiatrische Kliniek Broeders Alexianen in Tienen. Dat die problemen toenemen en ook almaar vaker aan de oppervlakte komen, hangt volgens hem samen met de prestatiedruk in onze samenleving en de stress die dat met zich meebrengt. Tegelijk



Met een ondersteunend gesprek nemen vrijwilligers bij Tele-Onthaal in crisismomenten de druk weg. © Frank Bahn Müller

verbrokkelen familiale netwerken en voelen mensen zich minder verbonden. „Vandaag moeten mensen presenteren” zegt Smets. „Ze krijgen weinig tijd voor zichzelf. Ook de druk op jongeren neemt ontzettend toe, bijvoorbeeld op het vlak van hun lichaamsbeeld. Alles staat of valt met hoe je eruit ziet. Liefst zoals in de reclame.

verbrokkelen familiale netwerken en voelen mensen zich minder verbonden.

„Vandaag moeten mensen presenteren” zegt Smets. „Ze krijgen weinig tijd voor zichzelf. Ook de druk op jongeren neemt ontzettend toe, bijvoorbeeld op het vlak van hun lichaamsbeeld. Alles staat of valt met hoe je eruit ziet. Liefst zoals in de reclame.

Ook ouders leggen veel druk op hun kroost. Hun kinderen moeten top zijn. Als ze dat niet kunnen waarmaken, lopen ze vast.”

Goovaerts vult aan: „Onze vrijwilligers maken mensen die een beroep doen op ons duidelijk dat

Druk en de verbrokkeling van netwerken doen mensen vastlopen

iedereen het wel eens moeilijk heeft. Door met hen te praten, kunnen ze een crisis afwenden, hen ondersteunen en hen aanmoedigen op een manier die hen vooruit helpt. Zo kunnen jongeren voor tips om over problemen heen te geraken terecht op www.noknok.be, volwassenen op www.fitinjehoofd.be.”

Tele-Onthaal is 24 uur op 24 anoniem bereikbaar via het gratis telefoonnummer 106 en om te chatten via www.tele-onthaal.be (elke avond en op woensdagnamiddag)

• U wil zich als vrijwilliger inzetten? Bel 09 220 82 92 of e-mail naar federatie@tele-onthaal.be.

Advertentie

De dienst BouwConsult is 7/7 bereikbaar
Wij aanvaarden buitenlandse mandaten
voor expertise van onroerende goederen.

Dienst BouwConsult



Olivier Brusselmans

Deze dienst zag het levenslicht in het jaar 2002 en wil een antwoord bieden op de vragen die congregaties en kerkelijke instellingen stellen in verband met het goed beheer van hun onroerende goederen.

De medewerkers van deze dienst zijn personen die op een vakkundige wijze en met respect voor de eigenheid van elke organisatie en de evangelische waarden, eigen aan onze sector, de instellingen kunnen adviseren bij de besluitvorming en waar nodig materieel bijstaan wanneer het gaat om technische en/of administratieve problemen rond het beheer van gebouwen of terreinen.

Eén van de hoofdtaken van **BouwConsult** is een raadgevende taak.

De beslissingsbevoegdheid blijft bij elke stap bij de opdrachtgevende instelling. Waar nodig kan de dienst ook uitvoerende opdrachten op zich nemen, dit in overeenstemming met een schriftelijk mandaat.

De dienst zal bij elke opdracht alles aandachtig analyseren om nadien een correct advies te kunnen uitbrengen en vervolgens de genomen beslissingen uitvoeren.

Wij zetten ons in om beleidsondersteunende voorstellen te formuleren aan de instellingen waarbij verschillende oplossingen worden vergeleken en naast elkaar afgewogen. Deze vergelijking beperkt zich niet alleen tot de courant gangbare oplossingen, maar **BouwConsult** zal ook creatief te werk gaan in het zoeken naar de beste en meest haalbare oplossing in het belang van de betreffende katholieke organisatie.

BouwConsult laat zich leiden door de zorg om het welzijn, in zijn meest ruime betekenis, van de instelling die beroep doet op onze diensten.

De dienstverlening wordt geboden in overleg met de andere diensten van het Interdiocesaan Centrum om aldus multidisciplinaire oplossingen te kunnen aanbieden.

Een greep uit onze mogelijkheden die wij U kunnen aanbieden:

- Een correcte analyse van het probleem en het schriftelijk rapporteren ervan.
- Expertise, schattingen van onroerende goederen.
- Haalbaarheidsstudies, hulp bij de administratieve opvolging van attesten, aanvraag bouwvergunningen,...
- Hulp bij het opstellen van een lastenboek of een prijsaanvragen
- Het mee zoeken naar geschikte architecten, aannemers,...
- Het analyseren van binnengekomen offertes.
- Opvolging van de werken en werfvergaderingen bijwonen.
- Nazicht van de afrekening van de uitgevoerde werken.
- Inventarisatie van het onroerend patrimonium.
- Mee zoeken naar de mogelijkheden om een gebouw aan te passen aan de nieuwe noden.
- Mee zoeken naar een herbestemming van sommige gedeelten van een gebouwencomplex
- Verkoop, verhuur van gebouwen en gronden
- Verkoopsonderhandelingen voeren – erfpachten onderhandelen

Wij bieden U eveneens de volgende diensten aan:

- JURIDISCHE DIENST : 02/509.96.21
- DIENST BOEKHOUDING : 02/509.96.21
- IC VERZEKERINGEN nv : 02/509.96.11.

Voor meer informatie of advies kunt U steeds
Olivier Brusselmans bereiken op 0475/739.729
of per mail o.brusselmans@interdio.be

Interdiocesaan Centrum
Guimardstraat 1
1040 Brussel

