



Hey hoe gaat het ?

***Werkingsverslag***  
***vzw Tout Bien – Okidoki***



*Barbara Sarafian, meter van het project*



Hey hoe gaat het ?



## Hey hoe gaat het ?

# INHOUD

### *Voorwoord*

#### *I. Wie zijn wij?*

- *Onze persoonlijke ervaring én motivatie*
- *Meterschap Barbara Sarafian*
- *Samenwerkingen*
- *Sponsors en Projectpartners*
- *Contact*

#### *II. Analyse*

- *Zelfdoding in cijfers*
- *Suicidepreventie*

#### *III. Doelstellingen: zelfdoding bespreekbaar maken*

#### *IV. Campagne*

1. *Media-aandacht*
2. *Scholencampagne*
3. *De vraag van je leven: Hey hoe gaat het? Verdeling van een Booklet*
4. *Hey hoe gaat het? Hackathon. Nadenken over oplossingen i.v.m. suicide preventie*

#### *V. Financiering projecten*

#### *VI Projecten 2020 -2021*

#### *VII Bijlage projecten & media 2018 & 2019*



## Hey hoe gaat het ?

### **Voorwoord**

*Hey hoe gaat het? Je herkent het wel. Je komt een bekende tegen en vraagt hem: "Lang geleden. Hoe gaat het nog met jou?" En meestal krijg je het antwoord: goed en met jou? Ja, ook prima, antwoord je dan. Daarna wordt er wat over koetjes en kalfjes gesproken en ten slotte gaat iedereen verder.*

*Maar gaat het eigenlijk wel altijd zo 'goed'? Dikwijls wel. En dat is maar best ook. Maar soms ook niet. We doen ons vaak beter voor dan dat we ons eigenlijk voelen. Feitelijk willen we alleen maar winnaar zijn én omgaan met winnaars. Kortom, mensen met een kleine of een grote dip mijden we.*

*We kunnen ons de vraag stellen: zijn we goed bezig? Het antwoord is helaas: niet echt. België behoort tot de top 10 van landen in Europa met de hoogste suïcidecijfers. Elke dag overlijden 3 personen per dag in België als gevolg van zelfdoding. Suïcide is zelfs de nummer 1 doodsoorzaak bij jongeren en volwassenen in België.*

*Daarom hebben we beslist om er iets aan te doen. Onze vzw Tout Bien wil het probleem van zelfdoding onder de aandacht brengen en ijvert voor preventie van suïcide van jongeren in België. Met dit initiatief willen we het taboe doorbreken dat er heerst in onze maatschappij over zelfdoding. We leggen ook de nadruk op het bespreekbaar maken van suïcidale gedachten.*

*Als een familie, buurt, bedrijf, school, vriendenkring, sportclub, bedrijf,... iemand verliest door zelfdoding dan schaadt dat zeker de volledige groep. Alle betrokken personen worden als het ware 'nabestaanden', maar in zekere zin ook 'slachtoffer'.*

*Slachtoffer worden, houdt in dat je geconfronteerd werd met een schokkende gebeurtenis. Je ervaart het gevoel dat jou onrecht is aangedaan. Slachtoffer worden heeft een impact op vele levensdomeinen: lichamelijk, psychologisch, sociaal,... Dit maakt specifieke zorg en zeker ook preventie onmisbaar.*



## Hey hoe gaat het ?

*Hoe dragen wij als VZW ons steentje bij om het taboe te doorbreken?*

*We zetten activiteiten op zoals: tentoonstellingen, sportwedstrijden, survivalnamiddagen en andere evenementen. Hierbij zetten we suicide preventie door verhoging van de cohesie in de maatschappij in de kijker. Daarnaast verhogen we de bespreekbaarheid door regelmatig in de media te komen. Bekende en minder bekende personen brengen hun verhaal in de media: hoe hebben ze een moeilijkere periode in hun leven overwonnen, welke adviezen kunnen ze geven, enz.*

*Met vriendelijke groeten,*

*Jean-Louis Coppers*

*Oprichter en verantwoordelijke*

*VZW Tout Bien – Okidoki*

*Initiatief "Hey hoe gaat het?"*



Hey hoe gaat het ?

## I. Wie zijn wij?

### 1. Onze persoonlijke ervaring én motivatie

We hebben voor onze kinderen een warm nest gebouwd. En namen dan ook graag aan dat zij gelukkig waren. Tot op 7 januari 2015 onze zoon Benoit zich van het leven benam. Geheel onverwacht. We worstelen dan ook hard met de waarom-vraag. Maar we willen ook onze zoektocht ombuigen naar een maatschappelijk project dat mensen als Benoit en hun naasten helpt.

Er zijn weliswaar al veel waardevolle initiatieven rond depressie, maar we menen dat er nog hiaten zijn. Vooral dan rond suïcide en die willen we invullen.

We willen het taboe doorbreken dat zelfdoding nog altijd is en suïcide bespreekbaar maken. Niet alleen voor mensen met suïcidale gedachten, maar ook voor al wie hen omringt. Voor ieder van ons dus.

Christine Bakker en Jean-Louis Coppers, ouders van Benoit.

### 2. Meterschap Barbara Sarafian

Barbara heeft het meterschap van "Hey Hoe Gaat Het" op zich heeft genomen. Barbara voelt zich betrokken bij de problematiek van jongeren en zelfdoding. Onder meer in de film "Vincent" komt het thema aan bod: haar 17 jarige zoon wil zelfmoord plegen als protest tegen de opwarming van de aarde. Op het Filmfestival van Locarno kreeg ze hiervoor in 2016 de Boccacino d'Oro voor Beste Actrice.



Hey hoe gaat het ?

### 3. Samenwerkingen

We onderhouden regelmatige contacten met 'Centre de Prévention du Suicide'.

Vroegere benaming : 'Le Groupe belge d'Etude et de Prévention du Suicide'.

<https://www.preventionsuicide.be/fr/lecps/objectifs.html>

### 4. Sponsors en Projectpartners



### 5. Contact

We hebben de VZW opgericht:

VZW Tout Bien – Okidoki,

Maaltemeers 84,

9051 Gent

Ondernemingsnummer: BE 0655.979.326

Belfius IBAN BE12 0689 3006 1992

En het initiatief gedoopt:

"Hey, hoe gaat het?"

Meer informatie op onze website: [www.heyhoegaathet.be](http://www.heyhoegaathet.be)



Hey hoe gaat het ?

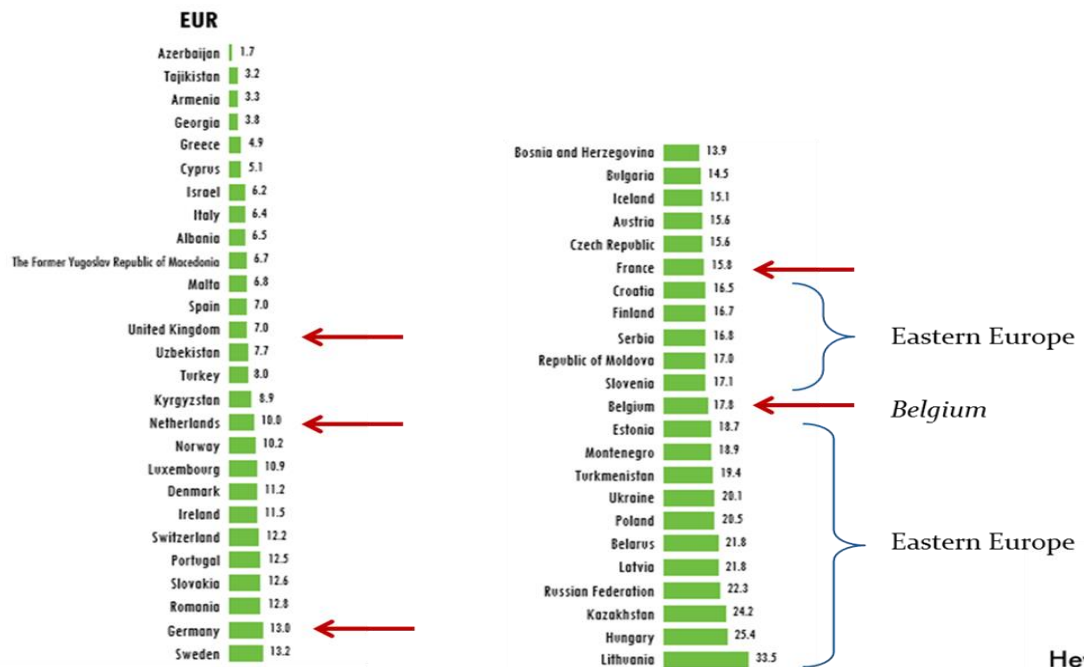
## II. Analyse

### 1. Zelfdoding in cijfers

- Het aantal zelfdodingen in België is gelijk aan 17,8 per 100.000 inwoners of ongeveer 2.000 mensen per jaar.

Dat is (flink) hoger dan in de ons omringende landen: Duitsland 13; Nederland 10,0; Groot-Brittannië 7,0; Luxemburg 10,9 en Frankrijk 15,8.

(WHO 2016) En zeker ook hoger dan het EU gemiddelde van 11,9.



*Suicide in Europe (WHO, World Health Statistics 2016)*

- In België sterven er gemiddeld 180 mensen per jaar door zelfdoding op het spoor. De Nederlandse Spoorwegen (NS) berekenden -met ongeveer hetzelfde aantal menselijke verliezen als in België- een economische kost van 36 miljoen en een maatschappelijke kost van 440 miljoen € per jaar.



## Hey hoe gaat het ?

### 2. Suicidepreventie

Er worden vele lovenswaardige initiatieven genomen op het vlak van geestelijke gezondheidszorg en depressie<sup>1</sup>. Veel van die organisaties en de acties die zij ondernemen, steunen overigens op de belangeloze inzet van vrijwilligers. Ook de overheid laat zich niet onbetuigd. Zo wil de overheid het aantal zelfdodingen tegen 2020 met 20% verminderen ten opzichte van het jaar 2000. **Wij oordelen dat we ambitieuzer moeten zijn. Er zijn immers 25% méér zelfdodingen dan dodelijke verkeersslachtoffers.**

Het aantal verkeersslachtoffers kan je terugdringen met een aantal technische ingrepen (zone 30, snelheidscontrole, dodehoekspiegel, enz.), terwijl de preventie van zelfdoding veel moeilijker is omdat het raakt aan de gecompliceerde menselijke psyché en aan een **onbespreekbaar taboe**.

---

<sup>1</sup> Een greep uit de vele initiatieven op het vlak van geestelijke gezondheidszorg ([awel.be](http://awel.be), [fitinjehoofd.be](http://fitinjehoofd.be), [gavoorgeluk.be](http://gavoorgeluk.be), [geestelijkgezondvlaanderen.be](http://geestelijkgezondvlaanderen.be), [noknok.be](http://noknok.be), [ontrackagain.be](http://ontrackagain.be), [oitalzogereageerd.be](http://oitalzogereageerd.be), [vlesp.be](http://vlesp.be), [werkgroepverder.be](http://werkgroepverder.be), [zelfmoord1813, zorg-en-gezondheid.be](http://zelfmoord1813.zorg-en-gezondheid.be), [zorgvoorsuicidepogers.be](http://zorgvoorsuicidepogers.be)).





Hey hoe gaat het ?

### III. Doelstellingen: zelfdoding bespreekbaar maken

We willen het aantal zelfdodingen aanzienlijk terugdringen bij jongeren tussen 15 en 25 jaar. Stellen wij nul als einddoel voorop, als tussendoel streven we ernaar om het aantal zelfdodingen in ons land snel terug te dringen tot het Europees gemiddelde.

Om voornoemde doelen te behalen, willen we het **taboe doorbreken** dat zelfdoding nog altijd is; we willen suïcide bespreekbaar maken. Niet alleen voor mensen met suïcidale gedachten, maar ook voor al wie hen omringt. Voor ieder van ons dus.

Het beeld dat onze samenleving over mensen met suïcidegedachten heeft, is bijzonder negatief. Het is dan ook niet verwonderlijk dat mensen zich niet kwetsbaar willen opstellen en hun gevoelens angstvallig verbergen.

In onze maatschappij heerst een groot taboe op zelfdoding. We praten er liever niet over. Geen wonder dat de *suicide rate* bij ons zo hoog ligt.

Dat vinden we onaanvaardbaar. En daarom willen we zelfdoding en de problemen die eraan ten grondslag liggen, benoemen en bespreekbaar maken. Een eerste stap is aanvaarden dat psychische problemen en suïcidegedachten deel uitmaken van het leven van veel mensen. Vervolgens moeten we mentale problemen en suïcidepogingen detecteren en moeten we leren hoe er zorgzaam en begripvol mee om te gaan. En tenslotte moeten we mensen die psychische problemen of suïcidegedachten hebben, begeleiden naar gespecialiseerde hulp.

De laatste jaren hebben sommigen lovenswaardige pogingen ondernomen om depressies en andere psychische problemen bespreekbaar te maken. Sensibiliseringscampagnes als **Rode Neuzendag** en *Te gek* brengen psychische problemen onder de aandacht en ijveren voor een betere geestelijke gezondheidszorg.

**Wij juichen deze initiatieven dan ook toe, maar willen nog een stap verder gaan. Wij willen bespreekbaar maken wat ook in die campagnes niet of te weinig wordt benoemd: zelfdoding.**



Hey hoe gaat het ?

## IV. Campagne

Om het taboe in de maatschappij te doorbreken is communicatie voor ons een speerpunt. Daarnaast willen we oplossingen bedenken en ontwikkelen voor de uitdagingen omtrent suïcidepreventie.

Deze lange termijn strategie zetten we op een continue manier om in korte termijn acties.

Lange termijn strategie	Korte termijn acties (heden)
1. <b>Communiceren</b> over suïcide naar de maatschappij	Media-aandacht creëren
2. <b>Communiceren</b> naar de doelgroep via directe contacten	Scholencampagne
3. Schriftelijke <b>communicatie</b> naar de jongeren en hun omgeving	De vraag van je leven: Hey hoe gaat het? Verdeling van een Booklet
4. <b>Onderzoek</b> naar oplossingen om jongeren-suïcide te verminderen (alle oplossingen kunnen terug gebruikt worden in onze communicatie)	Hey hoe gaat het? Hackathon. Nadenken over oplossingen i.v.m. suïcide preventie

Hieronder geven we méér details over onze initiatieven.



## Hey hoe gaat het ?

### 1. Media-aandacht

Om zelfdoding bespreekbaarder te maken, willen we mensen sensibiliseren. We rollen een **bewustwordingscampagne** uit gericht tot het brede publiek. Concreet dragen we via

- radio- en televisieprogramma's
- kranten en tijdschriften
- sociale en andere online media
- organiseren van tentoonstellingen en evenementen
- ...

het volgende uit:

- getuigenissen van mensen die met zelfdoding zijn geconfronteerd en die vertellen hoe zij deze moeilijke periode hebben overwonnen
- tips van experts (academici, hulpverleners, brandweer, politie, schuldbemiddelaars, ...)  
om zelfdoding bespreekbaar te maken; om signalen van mensen die suïcide overwegen, te detecteren; om op die signalen gepast te reageren
- ...

Bovendien willen we dan geld inzamelen om andere sensibiliseringsmiddelen uit te werken, zoals educatieve pakketten voor scholen, jeugdbewegingen en andere vormingsinitiatieven. (opsomming mediamomenten: zie activiteitenkalender en perscover)



## Hey hoe gaat het ?

### 2. Scholencampagne

We zetten een preventiecampagne op via scholen. Ons doel is om te voorkomen dat sommige jongeren zelfdoding als enige oplossing zien. We streven er naar dat ze hulp leren zoeken en deze ook vinden. Ook willen we de omgeving er alert op maken zodat zij de signalen op tijd zouden herkennen. Kortom, om het probleem te benoemen en bespreekbaar te maken hebben scholen een zeer belangrijke rol.

Peter De Munck, directeur van het Don Bosco college: "Toen ik werd gevraagd of de opstart van de scholencampagne bij ons kon plaats vinden, heb ik onmiddellijk positief gereageerd. "Hey hoe gaat het" is immers een mooi en broodnodig initiatief."

De bedoeling is om talrijke andere scholen te bereiken. Verschillende hebben reeds een aanvraag ingediend.

We hebben ook tentoonstellingen opgezet in: KU Leuven, Universit  Namur. En hebben contacten met de VUB, UGent en Hogescholen in Antwerpen, Oostende en Gent.





## Hey hoe gaat het ?

### **3. De vraag van je leven: Hey hoe gaat het?**

#### **Verdeling van een Booklet**

Voor de omgeving: Hoe herken je de alarmsignalen voorafgaand aan een suicide? Hoe begin je een gesprek? Hoe ondersteun ik iemand die aan zelfmoord denkt? Welke do's en don'ts zijn er?

Voor de persoon zelf: Hoe omgaan met zelfmoord gedachten? Hoe stop ik het piekeren en de negatieve gedachten?

Als je het vermoeden hebt dat iemand aan zelfmoord denkt, is het logisch dat je schrikt. Je wilt zeggen: 'Het leven is wél leuk' of 'dat mag je echt nooit doen.' Maar werkt dat? Is dat de manier?

In een 'booklet' geven we op een overzichtelijke manier antwoorden op bovenstaande vragen. Het is geen wetenschappelijke analyse. De raadgevingen zijn praktische tips en handvatten die helpen om in gesprek te gaan. Het is gericht naar de "échte eerste lijn" hulp: de personen die problemen hebben en hun directe omgeving.

We hebben die booklets verdeeld tijdens onze tentoonstellingen "OpenDeuren" in Gent, Kortrijk, Brussel en Namur.

De verdeling aan de bezoekers gebeurt door studenten psychologie die steeds de geïnteresseerden te woord kunnen staan.



## Hey hoe gaat het ?

### 4. Hey hoe gaat het? hackathon

#### Nadenken over oplossingen i.v.m. suïcidepreventie

We hebben reeds een hackathon over suïcidepreventie georganiseerd. Een hackathon is een "coding & creation" marathon waar deelnemers, verdeeld in teams, oplossingen bedenken.

Tijdens een volgende hackathon zullen **we verder oplossingen bedenken en ontwikkelen** voor de uitdagingen omtrent suïcidepreventie. Deze oplossingen kunnen heel ruim zijn: elke oplossing die kan bijdragen aan de versterking van mentale gezondheid en het verminderen van het aantal suïcide pogingen is welkom.

De deelnemers hebben verschillende achtergronden: studenten, onderzoekers, vrijwilligers, familie en vrienden van personen die een suïcide poging ondernomen hebben, professionals, data scientists, business profielen, designers, marketeers, ...

Gedurende de hackathon worden deelnemers gecoacht door professionals uit de sector, die de teams advies kunnen geven waar nodig.

Ook vzw's, organisaties of andere instellingen die experts zijn in dit topic zijn altijd welkom om onze hackathons verder vorm te geven.



Hey hoe gaat het ?

## V. Financiering projecten

Zelfdoding bespreekbaarder maken, is een lange termijn project.

Daarom hebben we een VZW opgericht die gecontroleerd wordt door een externe revisor (Baker-Tilly).

Preventie van zelfdoding richt zich in de eerste plaats naar de risicogroepen. Echter, het taboe die er rust op "zelfdoding" doorbreken, richt zich naar de volledige maatschappij.

Daarom zijn onze stakeholders:

- Grote publiek
- Suïcide-pogers en nabestaanden
- Privé bedrijven en Overheidsbedrijven
- Service clubs
- Jeugdorganisaties

De financiering gebeurt door:

- Sponsoring van bedrijven
- Donaties van privépersonen
- Giften van organisaties en clubs (voetbaltornooien, sponsoring per kilometer 100 km Bornem,...)

We werken samen met bedrijven die een sterk imago hebben in goede doelen.



Hey hoe gaat het ?

## VI. Projecten 2020 -2021

Dankzij onze "OpenDeuren" – "DoorsOpenDay" tentoonstellingen in 2018 en 2019 hebben we vastgesteld dat kunst en "een boodschap mee geven" goed samen gaan:

- kunstenaars engageren zich op een natuurlijke manier ten voordele van mensen die het moeilijk hebben;
- door kunst toegankelijk te maken bereik je met enkele inspanningen een breed publiek.

Daarom hebben we besloten om onze tentoonstellingen "OpenDeuren" – "DoorsOpenDay" verder te zetten. Na Gent, Kortrijk, Namur en Brussel, hebben we ook contacten met Oudenaarde, Leuven en de VZW Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten. We verwachten dat we per jaar een 6-tal tentoonstellingen kunnen opzetten in diverse steden en/of scholen. Hiermee brengen we niet alleen rechtstreeks onze boodschap over aan de bezoekers maar ook via de media. Waardoor we ons bereik verhonderdvoudigen.







Hey hoe gaat het ?





## Hey hoe gaat het ?

Eén andere doelstelling is om de veiligheid op de spoorinfrastructuur te verhogen. Suïcide komt geconcentreerd voor op het spoor: namelijk op de zogenaamde hotspots. We hebben reeds verschillende brainstormsessies gehad met Infrabel. Tevens hebben we reeds enkele casestudies samen uitgewerkt. We hopen in 2020-2021 enkele studies te concretiseren. Hierbij zou onze vzw instaan om spoorvrijwilligers te rekruteren, op te leiden en in te zetten als vrijwilligers op de "hotspots". Deze vrijwilligers kunnen signalen van suïcidale mensen herkennen en Infrabel vooraf verwittigen.



Werkmap "Binnenste Buien": een suïcide preventie tool / mindfulness voor jongeren, jeugdbewegingen. Hiermee kunnen we op een eenvoudige manier een toegankelijk instrument aanreiken om suïcide bespreekbaar te maken.





Hey hoe gaat het ?

# Bijlage

**Projecten en media 2018 & 2019**



## Hey hoe gaat het ?

Wanneer	Wat	Waar
1 oktober tot 10 oktober 2019	<p>Vernissage op 1 oktober van "OpenDeuren".</p> <p>De Heer Wilfried Vandaele, voorzitter Vlaams Parlement: "We zijn ervan overtuigd dat het Vlaams Parlement een uitstekende plaats is voor de tentoonstelling. Zelfdoding is een thema dat regelmatig aandacht krijgt in ons parlement en als Vlaamse Overheid hebben we de taak om suïcidaal gedrag maximaal te vermijden, bv. door de geestelijke gezondheid te bevorderen en psychische problemen te voorkomen."</p> <p>Toespraken van onder meer Barbara Sarafian en Professor Dirk De Wachter "De cohesie in de maatschappij".</p>	Zuilenzaal Vlaams Parlement
14 en 15 september 2019	<p>Opendeuren tentoonstelling: duiding aan leerlingen van scholen en andere bezoekers.</p>	Provincie Antwerpen
3 augustus 2019	<p>Chiro Meer.</p> <p>Bewustmaking tijdens feestweekend. (Facebook, kalenders,...)</p>	Provincie Oost Vlaanderen
1 juli tot... 2019 (2020)	<p>3Athlon2Bien. Mini triatlon met aandacht voor de problematiek van zelfdoding en als doel het maatschappelijk taboe te doorbreken.</p>	West Vlaanderen
1 juni 2019	<p>"Mare Nostrum Estafetteloop"</p> <p>Start in Knokke van langste estafetteloop ter wereld (Europese kusten).</p>	Vlaanderen
23 tot 30 april 2019	<p>Opstellen en verdelen werkstuk: "Sociale cohesie verhogen in de maatschappij door good practices. Garantie voor een warme maatschappij".</p> <p>Expositie op de campus van Universit� de Namur.</p>	Provincie Namur



## Hey hoe gaat het ?

12 februari tot 1 september 2019	Bewustmaking suïcide preventie bij studenten.	Vlaanderen
11 tot 15 februari 2019	Opstellen Memorandum "Suïcide preventie" door onder meer Heidi De Pauw van Child Focus en Professor Dirk De Wachter van ULeuven. Opgestuurd naar alle partijvoorzitters, studiediensten, fractieleiders van alle Vlaamse politieke partijen. Toegelicht tijdens vergaderingen met de verschillende partijen.	West Vlaanderen
11 tot 15 september 2018	"Doorsopenday" tentoonstelling KU Leuven, Campus Kortrijk. Opening door Rector Piet Desmet. Bewustmaking suïcide preventie bij studenten.	Oost Vlaanderen
augustus 2018	Start van de tentoonstelling 'Doorsopenday.be'. Bewustmakingscampagne van suïcide preventie. Tijdens de tentoonstelling worden folders uitgedeeld door studenten psychologie, hoe patronen herkennen, wat niet en wat wel doen bij suïcide risico. Tentoonstelling was te bezichtigen in het shoppingcentrum Gent Zuid.	Oost Vlaanderen
28 juli 2018		Vlaanderen
6 juni 2018	3Athlon2Bien. Mini triatlon met aandacht voor de problematiek van zelfdoding en als doel het maatschappelijk taboe te doorbreken.	Vlaanderen
	Berekening van de maatschappelijke waarde van een suïcide. Publicatie in Knack.	
	Uitgebreid bespreking suïcide op radio Houtekiet VRT	



## Hey hoe gaat het ?



### Perscover 2019



	Medium	Datum	Titel	Link - publicatie
25	MSN	2.10.2019	Vlaams parlement sensibiliseert rond zelfdoding	<a href="https://www.msn.com/nl-be/nieuws/other/vlaams-parlement-sensibiliseert-rond-zelfdoding-met-expo-opendeuren/vi-AAI9wjR">https://www.msn.com/nl-be/nieuws/other/vlaams-parlement-sensibiliseert-rond-zelfdoding-met-expo-opendeuren/vi-AAI9wjR</a>
24	Bruzz	2.10.2019	Expo -opendeuren moet taboe over zelfdoding doorbreken	<a href="https://www.bruzz.be/videoreeks/woensdag-2-oktober-2019/video-expo-opendeuren-moet-taboe-over-zelfdoding-doorbreken">https://www.bruzz.be/videoreeks/woensdag-2-oktober-2019/video-expo-opendeuren-moet-taboe-over-zelfdoding-doorbreken</a>
23	Belga	1.10.2019	Vlaams parlement sensibiliseert rond zelfdoding met expo "OpenDeuren"	Belga bericht
22	Artsenkrant	1.10.2019	Expo rond zelfdoding in het Vlaams Parlement	<a href="https://www.artsenkrant.com/recent-nieuws/">https://www.artsenkrant.com/recent-nieuws/</a>
21	RTBF	23.04.2019	Une exposition pour sensibiliser à la thématique du suicide	<a href="https://www.rtbf.be/vivacite/emissions/detail_namur-matin/accueil/article_une-exposition-pour-sensibiliser-a-la-thematique-du-suicide?id=10202767&amp;programId=5533">https://www.rtbf.be/vivacite/emissions/detail_namur-matin/accueil/article_une-exposition-pour-sensibiliser-a-la-thematique-du-suicide?id=10202767&amp;programId=5533</a>
20	Metro	23.04.2019	Exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-lunamur	<a href="https://fr.metrotime.be/2019/04/23/news/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-lunamur/">https://fr.metrotime.be/2019/04/23/news/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-lunamur/</a>
19	L'avenir	23.04.2019	Une exposition de sensibilisation à la thématique du suicide du 23	<a href="https://www.lavenir.net/cnt/dmf20190423_01325856/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur">https://www.lavenir.net/cnt/dmf20190423_01325856/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur</a>
18	DH	23.04.2019	Une exposition de sensibilisation à la thématique du suicide du 23	<a href="https://www.dhnet.be/dernieres-depeches/belga/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-5cbe89b09978e253477d3002">https://www.dhnet.be/dernieres-depeches/belga/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-5cbe89b09978e253477d3002</a>

				<a href="https://www.dhnet.be/dernieres-depeches/belga/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-5cbe89b09978e253477d3002">suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-5cbe89b09978e253477d3002</a>
17	RTL	23.04.2019	Une exposition de sensibilisation à la thématique du suicide du 23	<a href="https://www.rtl.be/info/belgique/politique/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-1118514.aspx">https://www.rtl.be/info/belgique/politique/une-exposition-de-sensibilisation-a-la-thematique-du-suicide-du-23-au-30-avril-a-l-unamur-1118514.aspx</a>
16	Canal C	26.04.2019	Interview	<a href="http://www.canalc.be/namur-unamur-le-suicide-un-sujet-toujours-tabou/">http://www.canalc.be/namur-unamur-le-suicide-un-sujet-toujours-tabou/</a>
15	Vivacité RTBF	23.04.2019	Interview	Mp3
14	Belga F	23.04.2019	Une exposition de sensibilisation à la thématique du suicide du 23	<a href="https://urlz.fr/9yOP">https://urlz.fr/9yOP</a>
13	Newshealth	10.04.2019	L'université de Namur accueille l'expo Doorsopenday.be pour rendre la thématique du suicide plus abordable.	Scan
12	DH	15.04.2019	une exposition pour aborder le thème du suicide	<a href="https://www.dhnet.be/regions/namur/namur-une-exposition-pour-aborder-le-theme-du-suicide-5cb47ed9d8ad587477aef920">https://www.dhnet.be/regions/namur/namur-une-exposition-pour-aborder-le-theme-du-suicide-5cb47ed9d8ad587477aef920</a>
11	Knack	15.03.2019	Het aantal zelfdodingen verminderen hoeft niets te kosten	<a href="https://www.knack.be/nieuws/belgie/het-aantal-zelfdodingen-verminderen-hoeft-niets-te-kosten/article-normal-1440609.html">https://www.knack.be/nieuws/belgie/het-aantal-zelfdodingen-verminderen-hoeft-niets-te-kosten/article-normal-1440609.html</a>
10	Tempo Today	5.03.2019	Naar een maatschappij met minder zelfdodingen	<a href="https://www.medisquare.be/index.php/2019/03/05/naar-eeen-maatschappij-met-minder-zelfdodingen/?lang=nl">https://www.medisquare.be/index.php/2019/03/05/naar-eeen-maatschappij-met-minder-zelfdodingen/?lang=nl</a>
9	Medi-sfeer	18.02.2019	Naar een Vlaamse mtschp met minder zelfdodingen	<a href="https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/beroepsnieuws/ldquo-naar-eeen-vlaamse-maatschappij-met-minder-zelfdodingen-ldquo.html">https://www.medi-sfeer.be/nl/nieuws/beroepsnieuws/ldquo-naar-eeen-vlaamse-maatschappij-met-minder-zelfdodingen-ldquo.html</a>
8	De Specialist	18.02.2019	Naar een Vlaamse mtschp met minder zelfdodingen	<a href="https://www.despecialist.eu/nl/nieuws/beroepsnieuws/ldquo-naar-eeen-vlaamse-maatschappij-met-minder-zelfdodingen-ldquo.html">https://www.despecialist.eu/nl/nieuws/beroepsnieuws/ldquo-naar-eeen-vlaamse-maatschappij-met-minder-zelfdodingen-ldquo.html</a>
7	Radio 2 West-Vlaanderen	12.02.2019		Mp3



## Hey hoe gaat het ?

6	Het Nieuwsblad (print)	13.02.2019	Vader die zoon verloor aan zelfdoding wil taboe doorbreken ..	<a href="#">pdf</a>
5	Het Nieuwsblad	13.02.2019	Vader die zoon verloor aan zelfdoding wil taboe doorbreken ..	<a href="https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20190212_04172245">https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20190212_04172245</a>
4	HLN (print)	13.02.2019	Memorandum Zelfdoding	pdf
3	HLN	13.02.2019	Memorandum zeldodingpreventie	<a href="https://www.hln.be/nieuws/binnenland/vader-die-zoon-verloor-aan-zelfdoding-eist-meer-inspanningen-zelfmoordlijn-is-amper-bereikbaar~a42d6ba9/">https://www.hln.be/nieuws/binnenland/vader-die-zoon-verloor-aan-zelfdoding-eist-meer-inspanningen-zelfmoordlijn-is-amper-bereikbaar~a42d6ba9/</a>
2	De Wereld morgen	12.02.2019	Doorsopenday op KU leuven campus Kortrijk	<a href="http://www.dewereldmorgen.be/artikel/2019/02/12/exhibitie-doorsopendaybe-op-ku-leuven-campus-kulak-om-thematiek-van-zelfdoding-bespreekbaarder-te-maken">http://www.dewereldmorgen.be/artikel/2019/02/12/exhibitie-doorsopendaybe-op-ku-leuven-campus-kulak-om-thematiek-van-zelfdoding-bespreekbaarder-te-maken</a>
1	HLN	12.02.2019	Tentoonstelling rond zelfdoding in KULAK	<a href="https://www.hln.be/regio/kortrijk/tentoonstelling-rond-zelfdoding-in-kulak~a422cbfd2/">https://www.hln.be/regio/kortrijk/tentoonstelling-rond-zelfdoding-in-kulak~a422cbfd2/</a>

 Hey hoe gaat het ?		 5T your precious partner		
<b>Perscover 2018</b>				
	Medium	Datum	Titel	Link - publicatie
20	HLN	31.10.2018	Extra bijlage « Vaarwel liefste » Taboe rond zelfdoding wordt gesloopt	PDF
19	HLN	02.10.2018	Gentse vader verliest zoon (22) aan zelfdoding en nu wil hij er alles aan doen om anderen hetzelfde lot te besparen	<a href="https://www.hln.be/nieuws/binnenland/gentse-vader-verliest-zoon-22-aan-zelfdoding-en-nu-wil-hij-er-alles-aan-doen-om-anderen-hetzelfde-lot-te-besparen~a9326af7/">https://www.hln.be/nieuws/binnenland/gentse-vader-verliest-zoon-22-aan-zelfdoding-en-nu-wil-hij-er-alles-aan-doen-om-anderen-hetzelfde-lot-te-besparen~a9326af7/</a>
18	Nieuwsblad	11.09.2018	Nieuwe tentoonstelling doorbreekt taboe rond zelfdoding: "Zet de deur open voor je burens. Práát met elkaar"	<a href="https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20180911_03736024">https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20180911_03736024</a>
17	De Zondag	09.09.2018	Expo maakt zelfdoding bespreekbaar	pdf
16	De Gentenaar	08.09.2018	Zet de deur open voor je burens. Práát met elkaar	print
15	Radio 2	07.09.2018	Nieuws	Mp3
14	Agenda Nieuwsblad.be	07.09.2018	Doorsopenday	<a href="http://agenda.nieuwsblad.be/agenda/e/doorsopenday/8f68c1aa-938a-49a3-89d4-dba451df3b8a">http://agenda.nieuwsblad.be/agenda/e/doorsopenday/8f68c1aa-938a-49a3-89d4-dba451df3b8a</a>
13	My Family.be	07.09.2018	Agenda: Doorsopenday	<a href="http://agenda.myfamily.be/agenda/tentoonstelling/regio-gent">http://agenda.myfamily.be/agenda/tentoonstelling/regio-gent</a>
12	Trends	06.09.2018	3 vragen aan Jean Louis Coppers	pdf
11	Geestelijk Gezond Vlaanderen	05.09.2018	Tentoonstelling Gent: Doorsopenday	<a href="https://www.geestelijkgezondvlaanderen.be/tentoonstelling-gent-doorsopenday">https://www.geestelijkgezondvlaanderen.be/tentoonstelling-gent-doorsopenday</a>
10	HLN	05.09.2018	Tentoonstelling rond zelfdoding in Shoppingcenter Zuid	<a href="https://www.hln.be/regio/gent/tentoonstelling-rond-zelfdoding-in-shoppingcenter-zuid~a77ef42f/">https://www.hln.be/regio/gent/tentoonstelling-rond-zelfdoding-in-shoppingcenter-zuid~a77ef42f/</a>
9	TrendsKnack.be	05.09.2018	3 vragen aan Jean Louis Coppers	<a href="https://trends.knack.be/economie/magazine/3-vragen-aan-jean-louis-coppers/article-normal-1193419.html">https://trends.knack.be/economie/magazine/3-vragen-aan-jean-louis-coppers/article-normal-1193419.html</a>



## Hey hoe gaat het ?

8	De Standaard.be	05.09.2018	Gesloten deuren sensibiliseren tegen zelfdoding	<a href="http://www.standaard.be/cnt/dmf20180904_03702940">http://www.standaard.be/cnt/dmf20180904_03702940</a>
7	Metrotime	04.09.2018	Twaalf gesloten deuren in Gents Zuid sensibiliseren tegen zelfdoding	<a href="https://nl.metrotime.be/2018/09/04/news/twaalf-gesloten-deuren-in-gents-zuid-sensibiliseren-tegen-zelfdoding/">https://nl.metrotime.be/2018/09/04/news/twaalf-gesloten-deuren-in-gents-zuid-sensibiliseren-tegen-zelfdoding/</a>
6	Knack.be	04.09.2018	Twaalf gesloten deuren in Gents Zuid sensibiliseren tegen zelfdoding	<a href="https://www.knack.be/nieuws/belgie/twaalf-gesloten-deuren-in-gents-zuid-sensibiliseren-tegen-zelfdoding/article-belga-1193111.html">https://www.knack.be/nieuws/belgie/twaalf-gesloten-deuren-in-gents-zuid-sensibiliseren-tegen-zelfdoding/article-belga-1193111.html</a>
5	Belgabericht	04.09.2018	Twaalf gesloten deuren in Gents Zuid sensibiliseren tegen zelfdoding	mail
4	Knack	28.07.2018	België verliest 3,8 miljard per jaar aan maatschappelijke waarde door zelfdoding	<a href="http://www.knack.be/nieuws/belgie/belgie-verliest-3-8-miljard-per-jaar-aan-maatschappelijke-waarde-door-zelfdoding/article-opinion-1177401.html">http://www.knack.be/nieuws/belgie/belgie-verliest-3-8-miljard-per-jaar-aan-maatschappelijke-waarde-door-zelfdoding/article-opinion-1177401.html</a>
3	Made in O-VI Facebook	17.07.2018	Gentse Ondernemer wil thematiek ban zelfdoding bespreekbaar maken	<a href="https://www.facebook.com/madeinoostvlaanderen/">https://www.facebook.com/madeinoostvlaanderen/</a>
2	Made in Oost-Vlaanderen	17.07.2018	Gentse Ondernemer wil thematiek ban zelfdoding bespreekbaar maken	<a href="http://www.madeinoostvlaanderen.be/nieuws/gentse-ondernemer-wil-thematiek-van-zelfdoding-bespreekbaar-maken/">http://www.madeinoostvlaanderen.be/nieuws/gentse-ondernemer-wil-thematiek-van-zelfdoding-bespreekbaar-maken/</a>
1	Houtekiet	6.06.2018	Hoe gaat het met Jean-Louis?	<a href="https://radio1.be/dag-3-hautekiet-trapt-het-af-antwerpen-gent">https://radio1.be/dag-3-hautekiet-trapt-het-af-antwerpen-gent</a>