

” Ik luister graag naar mensen. Altijd al gedaan. Het is een eenvoudige, maar heel doeltreffende manier om te helpen. Het werkt echt! ” [Marijke, 52jaar]

”Het geeft een fijn gevoel als iemands angst of boosheid wegebt tijdens een gesprek. Het stemt me gelukkig te voelen dat er aan de andere kant van de lijn weer wat meer ademruimte komt. ” [Saskia, 44 jaar]

”Soms geeft een goed gesprek de oproeper een beter inzicht en een betere aanvaarding van zichzelf. ” [Marco, 66 jaar]

”De gesprekken met de oproepers zijn echt. Ze winden er geen doekjes om, maar vertellen ons wat ze op dat moment echt denken en voelen. ” [Jann.e, 26 jaar]

## Vrijwilligers vormen het kloppend hart van Tele-Onthaal

Anoniem & gratis, luisteren zij 7d/7 naar mensen met grote of kleine zorgen: 24/7 (overdag en 's nachts) via het telefoonnummer 106 en elke avond en woensdag-en zondagnamiddag online via chat.

Zo'n 330 mensen per dag doen een beroep op de Tele-Onthaalvrijwilligers met hun verhaal van verdriet, gemis, pijn, frustratie of zorgen.

Op jaarbasis ontvangt Tele-Onthaal zo'n 121.000 telefoon-en chatoproepen.

Gesprekken waarin mensen zich gehoord willen voelen, steun zoeken, misschien zelfs tot een nieuw inzicht komen. Alle mogelijke levensproblemen zijn bespreekbaar:

- Relatie of familiale problemen.
- Moeilijkheden met de gezondheid, over psychische problemen. Eenzaamheid, verdriet en rouw.
- Verslaving, misbruik of zelfdodingsgedachten.

Kortom, er kan in alle rust gepraat worden over grote én kleine problemen die langsheen ieders levensweg kunnen opduiken.

## Want praten helpt.

Maar dan moet er ook iemand klaarstaan om te luisteren.

Om zoveel oproepers dat luisterende oor te kunnen bieden waar ze naar op zoek zijn, zoekt Tele-Onthaal voortdurend naar nieuwe luisterhelden met ruimte in hoofd, hart en agenda. Elke nieuwe vrijwilliger krijgt een grondige opleiding en wordt permanent begeleid, opgevolgd en ondersteund.

Na deze basisopleiding en een stage, kan je aan de slag als telefoon-of chatvrijwilliger.

Tele-Onthaal start dit voorjaar op drie Vlaamse locaties met een opleidingsreeks voor nieuwe vrijwilligers.

- **start op zaterdag 23 februari 2019**, Brugge (initiatief van Tele-Onthaal West-Vlaanderen)
- **start op zaterdag 30 maart 2019**, Leuven/Brussel (initiatief van Tele-Onthaal Vlaams-Brabant en Brussel)
- **start op donderdag 4 april 2019**, Antwerpen (initiatief van Tele-Onthaal Antwerpen)

*NB. Opleiding in Limburg gaat door in het najaar 2018, opleiding in Oost-Vlaanderen start op 19 oktober 2019. In het najaar worden er in ook West-Vlaanderen, Antwerpen en Vlaams-Brabant en Brussel opnieuw basisreeksen gepland.*

Heb jij luistertalent en interesse in vrijwilligerswerk bij Tele-Onthaal?

Meld je dan nu aan via [www.tele-onthaal.be/word-vrijwilliger](http://www.tele-onthaal.be/word-vrijwilliger).



Campagnebeeld kan je hier downloaden <https://photos.app.goo.gl/83Z8ez7LQZkcVbME6>