

Zit je niet zo goed in je vel of heb je een dip? Één tip: www.noknok.be

Ben je tussen 12 en 16 jaar en heb je weinig zelfvertrouwen? Twijfel je over je kunnen of denk je te vaak dat niemand je leuk vindt? Stop die donkere gedachten zo snel als je kan weg en haast je naar je computer!

Naar je computer? JA! Naar www.noknok.be om precies te zijn. Want die website zorgt ervoor dat jij straks sterk in je schoenen staat. Hoe? Lees snel verder!

Noknok, wie is daar?

Doet NokNok een belletje rinkelen? Dat kan! Je hoorde er Elindo Avastia of Pommeliers Thijs er misschien al over bezig. Of Liandra Sadzo? De website www.noknok.be bestaat ook al even, maar werd onlangs grondig opgefrist én uitgebreid. Je vindt er nu ook een test die meet hoe goed je in je vel zit. Van zodra je alle vragen hebt ingevuld, krijg je persoonlijk feedback.

Je eigen (werk)plekje

Je krijgt niet alleen feedback maar ook tips en oefeningen waar je meteen mee aan de slag kan. Die oefeningen zullen je meer zelfvertrouwen geven en je leren hoe je positiever kan zijn. Om je goed in je vel te voelen, moet je je natuurlijk ook thuis voelen. Net daarom heb je op www.noknok.be je eigen persoonlijke NokNok-kamer, die je inricht naar jouw smaak en zin.

Pimp je NokNok-kamer!

Natuurlijk richt je je kamer graag in hoe jij het wil. Ook je NokNok-kamer. Daarom kan je punten bijeenprokkelen om je kamer te pimpen, o.a. via de oefeningen. Wil je coole posters aan je muur of tropisch ananasbehangpapier? Jij kiest! Hoe meer punten je scoort, hoe eigenzinniger je plekje wordt.

Nodig je vrienden uit

Niemand is graag alleen, ook niet op NokNok! Daarom kan je ook je vrienden uitnodigen, als NokNok-figuurtjes dan. Is jouw NokNok-kamer zó cool dat je er graag mee uitpakt bij je vrienden? Doen! Want in het fameuze NokNok-flatgebouw krijgen de kamers van uitgenodigde vrienden elk een plekje.

Ga de uitdaging(en) aan!

Elke maand komt er op www.noknok.be een nieuwe uitdaging. De eerste: in één maand tijd 1.000 geluksmomentjes verzamelen. Denk aan: de zon op je huid, een lachbui met je vrienden, het gekraak van verse sneeuw onder je voeten. Voor zo'n uitdaging moeten alle NokNok-ers de handen in mekaar slaan. Doe jij ook mee?

Rep je naar www.noknok.be!