

## Aandacht voor de mentale gezondheid van jongeren

De Alles Oké? Supportlijn is de jongerenlijn van De Kindertelefoon. We zijn er speciaal voor jongeren van 18 tot 25 jaar; elke dag van 14.00 – 22.00 uur. Chatten ([www.allesoke.nl](http://www.allesoke.nl)) en bellen (0800-0450) is gratis en anoniem en ze kunnen echt alles met ons bespreken. Geen onderwerp is te gek of raar, geen probleem te groot of te klein.

Sinds de start van de supportlijn hebben de vrijwilligers samen ruim **20.000 gesprekken** gevoerd met jongeren. Elke dag merken we dat jongeren opgelucht zijn wanneer ze hun verhaal gedaan hebben. Vaak denken ze dat leeftijdgenoten niet dezelfde problemen hebben als zij. Het helpt om te horen dat ze niet de enige zijn.

## Extra ondersteuning voor studenten

We zien onze organisatie graag als een verlengstuk van bestaande initiatieven op het gebied van studentenwelzijn. Omdat het contact met ons anoniem is, voelt de drempel om contact op te nemen vaak wat lager. En onze vrijwilligers zijn ook 's avonds en in de weekenden bereikbaar, wanneer een student geen afleiding heeft en juist gaat piekeren.

## Laat ze weten dat wij er zijn!

Er zijn verschillende manieren waarop je de Alles Oké? Supportlijn onder de aandacht kunt brengen bij studenten.

1) een artikel in een magazine, nieuwsbrief of (online) studentenplatform. Gebruik daarbij ook het beeldmateriaal uit onze toolkit ([www.allesoke.nl/toolkit](http://www.allesoke.nl/toolkit)).

2) een interview met één van onze vrijwilligers om te laten zien wat de Alles Oké? Supportlijn kan betekenen voor jongeren.

Misschien een mooi item voor in een studentenmagazine?

3) door A-3 formaat posters op te hangen in de instelling. We hebben twee varianten (zie hiernaast).

4) door een informatieve flyer uit te delen of neer te leggen in de instelling.

5) zelf een ander idee? Laat het ons weten en we denken graag mee.



## Bestellen

Voor alle opties geldt: laat via [communicatie@allesoke.nl](mailto:communicatie@allesoke.nl) weten wat we voor je kunnen doen. Direct posters of flyers bestellen? Mail dan meteen hoeveel je er wilt ontvangen (per variant) en waar we ze heen kunnen sturen.

Bedankt en hopelijk tot mails!  
Team **Alles Oké? Supportlijn**