



Op de vlucht

Jij sloeg misschien ook al eens op de vlucht: voor een zware regenbui, een pestkop op de speelplaats, een oorverdovend lawaai of, in een nachtmerrie, voor een allesverslindend monster?

vlucht·ten

WERKWOORD (vluchtte, is gevlucht)

- zich verwijderen uit angst voor iets

Wist je dat...

110 miljoen mensen (slik!) momenteel op de vlucht zijn. Da's 10 maal de bevolking van ons land... Of 1 mens op 74!

Maar nu hebben we het over mensen die echt alles moesten achterlaten: hun huis, hun familie, hun vrienden, hun job... Dit deden ze niet zomaar. Hun leven was in gevaar. Op zoek naar veiligheid moesten ze vaak een helse tocht doorstaan. Ze gingen te voet, verstopten zich in vrachtwagens of voeren mee in gammele bootjes.

Wablief?

Onderstaande woorden hoor je heel vaak in het nieuws. Maar wat betekenen ze eigenlijk precies? Verbind het juiste woord met de juiste betekenis.

<input type="checkbox"/> Wie op de vlucht is uit vrees voor zijn/haar leven.	<input type="checkbox"/> wie naar een veilige streek in eigen land vlucht.	<input type="checkbox"/> Wie zijn of haar land vrijwillig heeft verlaten in de hoop op een beter leven. Indien hij/zij zou willen kan die veilig terugkeren naar het land van herkomst.	INTERN ONTHEEMDE <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Het land waartoe je behoort.	<input type="checkbox"/> Wie in een ander land bescherming vraagt.		ASIELZOEKER <input type="checkbox"/>
			VLUCHTELING <input type="checkbox"/>
			MIGRANT <input type="checkbox"/>
			NATIONALITEIT <input type="checkbox"/>



Waar of niet waar?

	👍	👎
De meeste vluchtelingen reizen naar Europa.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
90% van kinderen die op de vlucht zijn, heeft één of meerdere trauma's opgelopen.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nergens ter wereld worden meer vluchtelingen opgevangen dan in Turkije en Iran.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een land mag vluchtelingen terugsturen naar het land waar ze vandaan komen, ook al is hun leven daar in gevaar.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Trauma

Als kind heeft John in zijn thuisland Burundi heel erge dingen meegemaakt. Hij zag hoe zijn familie werd gedood. Dit is nauwelijks te vatten en doet verschrikkelijk pijn. Je hersenen kunnen dit niet aan, je gaat "ver over je grens". Dit noemen we een **trauma**.

Een super ernstig trauma als dat van John blijft heel lang in je hoofd hangen. Het maakte John ontzettend **angstig**. Dezelfde vreselijke beelden kwamen telkens terug in zijn hoofd, 's nachts en overdag. Hij sloeg wild om zich heen, brulde en wist niet meer wat hij deed. Dit was voor hem de hel...

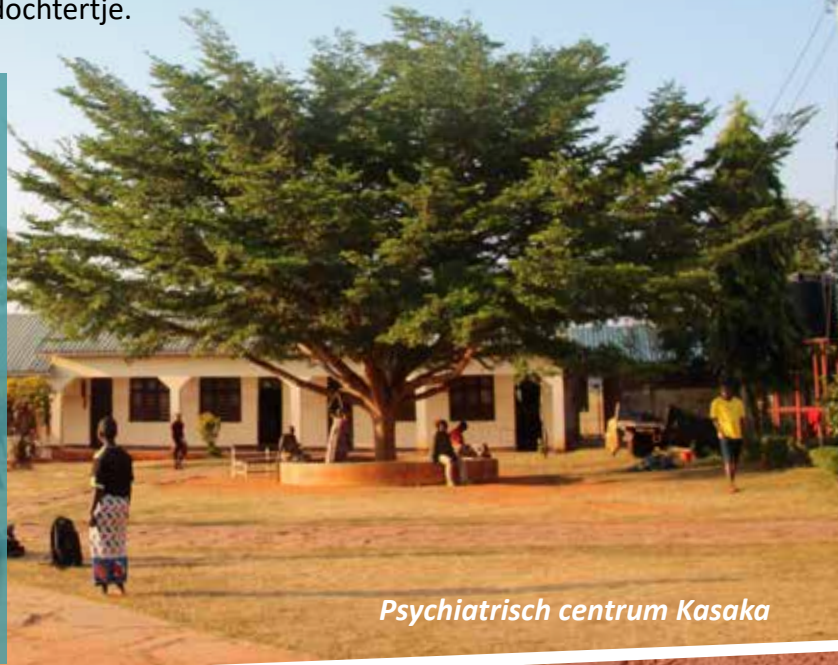
Toch kunnen mensen met een trauma **geholpen** worden. Dit is werk van specialisten. **Dokter Chantal** is zo iemand. Zij heeft heel veel met John gepraat. Dat deed ze buiten het kamp, in **Kasaka**. Dit is een klein ziekenhuis van de Broeders van Liefde, speciaal voor mensen die het lange tijd moeilijk hebben in hun hoofd. Daar leerde John wat hij kan doen om minder last te hebben van zijn trauma. Hij kan opnieuw werken voor zijn gezin en is nu een top-papa voor zijn dochtertje.



Ik voel, ik voel wat jij niet voelt!

Als je je been breekt of je hebt schaafwonden, dan is dat voor iedereen meteen zichtbaar. Bij problemen in je hoofd is dat niet zo. Heel wat mensen begrijpen daardoor niet goed wat er aan de hand is. Daarom is het super belangrijk om er met iemand over te praten!

Wil je er zelf over praten, maar weet je niet met wie, dan kan je contact opnemen met www.awel.be of bel 102.



Psychiatrisch centrum Kasaka

Hiphophanden

Voor John is hiphopnummers maken de beste manier om alle zorgen even te vergeten. De handgebaren bij het rappen heeft hij helemaal onder de knie. Jij ook? Welke boodschap geeft hij jou op de foto hiernaast? Omkring:



kracht, vastberadenheid, of soms ook boosheid

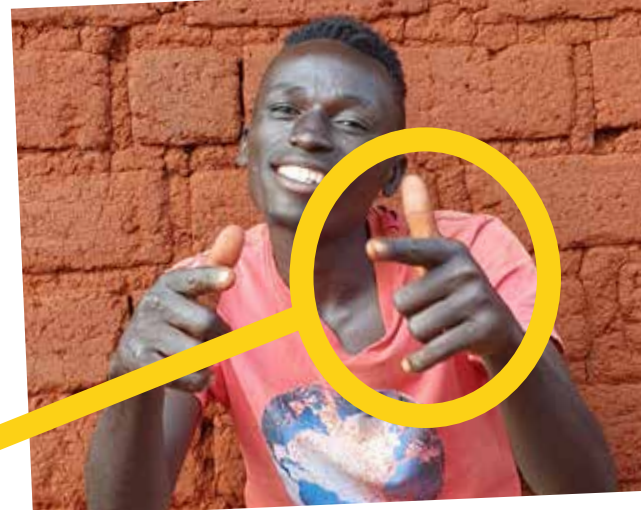
ik voel me goed, ontspannen



ik hou van jou



vrede en liefde



Maak jij ook een hiphoplied?