

Het online platform www.checkjezelf.be wil alle Vlamingen helpen om mentaal fit te blijven. Aan de hand van thema's, symptomen en levensmomenten vind je informatie, tips en oefeningen om mee aan de slag te gaan. Ook delen bekende Vlamingen hun ervaringen en geven experts uitleg en concrete tips. Maak jij www.checkjezelf.be mee bekend? Je vindt de bijhorende bestanden in bijlage.

Affiche



Banners (social media)



LAAT CORONA NIET NAAR JE HOOFD STIJGEN

**WEES NIET TE
STRENG VOOR
JEZELF**



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**

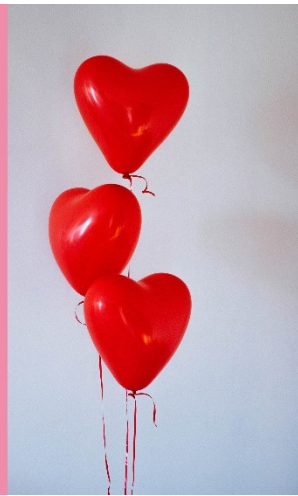


LAAT CORONA NIET NAAR JE HOOFD STIJGEN

**ZET JE IN
VOOR ANDEREN**



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**



E-mailbanner

**#CHECK
CHECK
CHECK
JEZELF**

**Gaat het nog? Zorg je
wel goed voor jezelf?**

Bekijk enkele tips op:



<https://www.checkjezelf.be>



LAAT CORONA NIET NAAR JE HOOFD STIJGEN

**BLIJF NIET BIJ DE
PAKKEN ZITTEN**



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**



LAAT CORONA NIET NAAR JE HOOFD STIJGEN

**BLIJF POSITIEF
DENKEN**



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**



LAAT CORONA NIET NAAR JE HOOFD STIJGEN

**HOU AFSTAND MAAR
BLIJF SOCIAAL
VERBONDEN**



VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
LEVEN**



Bron: www.checkjezelf.be

