

## Jarig Teleblok opnieuw luisterend oor voor studenten

*Wanneer de examenperiode nadert en de stress voor sommigen flink oploopt, kan blokkend Vlaanderen voor het 25<sup>e</sup> jaar op rij gehoor vinden bij Teleblok, de anonieme en gratis hulplijn van CM. De Teleblok-vrijwilligers staan van 30 mei tot en met 27 juni opnieuw klaar om anoniem en vertrouwelijk te luisteren via telefoon en chat.*

“Na 25 jaar zijn de algemene vragen rond studieproblemen waarmee studenten bij Teleblok terechtkomen nog steeds dezelfde”, zegt Kathleen Devos, coördinator van Teleblok. “Maar het aandeel van een aantal psychische problematieken zoals faalangst, stress en depressieve gevoelens is de laatste jaren sterk gestegen. De grootste oorzaak hiervan is de grote prestatiedruk die veel studenten ervaren en het gemis aan sociale steun in hun omgeving.”

Teleblok benadrukt daarom het grote belang van sociale steun voor studenten. Want student zijn brengt vaak een grote druk en hoge verwachtingen met zich mee. Devos: “De steun die een student van familie of vrienden krijgt, betekent voor velen vaak een grote hulp. Al is dat niet altijd evident. Studeren blijft vooral iets wat een student alleen moet doen en voor de omgeving is het niet altijd even makkelijk om de situatie in te schatten. Dan kan een gesprek met iemand buiten de omgeving terug dat extra duwtje in de rug geven.”

Studenten die het even niet meer zien zitten, kunnen bij Teleblok terecht om hun hart te luchten. Ook bezorgde ouders, leerkrachten, vrienden en partners kunnen een beroep doen op Teleblok.

*Naar aanleiding van het 25 jarige bestaan organiseert Teleblok op vrijdag 31 mei van 9.30 - 13.00u de studiedag ‘Samen voor onderscheiding’ in de Arteveldehogeschool Gent. Meer info over deze dag kan je vinden op [www.teleblok.be](http://www.teleblok.be).*

*Van 30 mei tot en met 27 juni 2013 is Teleblok elke dag van 18 tot 20.30 uur telefonisch bereikbaar op het gratis en anoniem nummer 0800 13 14 4. Chatten kan elke dag tussen 18 en 23 uur op [www.teleblok.be](http://www.teleblok.be). Je vindt Teleblok ook op [www.facebook.be/denblok](http://www.facebook.be/denblok).*

**Meer info:** Kathleen Devos, coördinator Teleblok, 02 246 48 15, [teleblok@cm.be](mailto:teleblok@cm.be)

**Beeldmateriaal:** vrij beschikbaar op [www.teleblok.be/pers](http://www.teleblok.be/pers)

Meer dan 4,5 miljoen leden schenken hun vertrouwen aan de Christelijke Mutualiteit (CM). CM ijvert voor een toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg, en behartigt de solidariteit die daarvoor nodig is. Om haar doelstellingen te bereiken geeft CM mee vorm aan het gezondheids- en welzijnsbeleid, biedt ze een professionele dienstverlening aan haar leden, en zet ze mensen aan tot gezond leven.



CM. Hoe gaat het met u?

