



Een reis van 30 cm

Een docu van Hans Dessers en Kristin Wouters

Bekijk via deze pagina [de trailer](#)

Bekijk [de film](#) (speelduur 24')

Een klasgroep laat voor 2 dagen hun smartphone achter en trekt naar een plek in het groen. Daar maken ze ruimte voor hun gedachten, emoties én elkaar. Ze gaan op zoek naar een kleine maar beslissende verschuiving: van het hoofd naar het hart, en terug naar de wereld.

Topic

Mentaal welzijn bij tieners – Ruimte en tijd creëren om met elkaar in gesprek te gaan.

In de film volgen we een tweedaagse bezinning van een klasgroep uit Hasselt. Ze worden op sleeptouw genomen door Kristin Wouters van Ode vzw. We leren haar methodiek kennen waarbij ze de jongeren uitdaagt om te spreken over emoties en verdriet waar ze mee zitten. De titel verwijst naar een minimale afstand die voor veel jongeren vandaag enorm is geworden:

30 cm, van het hoofd naar het hart en terug. Niet als slogan, maar als tastbare uitdaging: durven voelen wat je liever wegduwt, en er toch woorden voor vinden.

Maatschappelijke context

- Jongeren zitten vast in hun informatiebubbel. Er leeft een grote afstand tussen hen terwijl er zoveel nood is aan verbinding.
- Sociale media spelen een steeds grotere rol in het leven van jongeren, waardoor persoonlijke, diepgaande en ongestoorde communicatie verloren gaat.
- Jongeren vinden in hun vertrouwde omgeving soms niet langer de woorden en beelden waarmee ze hun eigen diepgang kunnen articuleren. De media waaraan ze zijn overgeleverd zijn gericht op winst en succes in allerlei vormen.
- Door besparingen op middelen en tijd, worden de bezinningsdagen op school steeds meer geschrapt.
- Mentaal welzijn van jongeren staat onder druk.

Impactdoelen

- Jongeren de juiste plaats en de nodige tijd aanreiken om in gesprek te gaan.
- Jongeren daar op de juiste manier bij ondersteunen, door de methodiek van Kristin Wouters (Ode) door te geven aan leerkrachten, ouders, begeleiders.
- Scholen creëren weer meer ruimte in het curriculum voor reflectie- en bezinningsdagen.

Doelgroepen

Tieners en jongvolwassenen, ouders, directieteam, leerkrachten (godsdienst), CLB-medewerkers, leerlingbegeleiders, begeleiders van bezinningsdagen

Mogelijke partnerorganisaties

Ode vzw, Kamino, OverKophuizen, opleidingscentra voor bezinningsbegeleiders

Vertoningslocaties

Klaslokaal, pedagogische studiedagen, tijdens bezinningsdagen, in lerarenopleiding

Mogelijke impactacties

- Met een vertoning op een groene en rustgevende locatie zetten we toon en nodigen we jongeren uit (waarbij geen smartphones worden boven gehaald).
- Een vertoning met aansluitend een debat waarin een jongere uit de film, een schooldirecteur, begeleidster Kristin Wouters en minister van Welzijn Caroline Gennez met elkaar in gesprek gaan over de uitdagingen die de film schetst.
- Een vertoning in een les godsdienst/Zedenleer waarbij 2 uren tijd gemaakt worden voor film + ruime dialoog aan de hand van een lesfiche.