

EBOOK VAN

DE KLIK NAAR HERSTEL

RE-KLIK



INHOUD

- 1** **WIE BEN IK?**
- 2** **VERSLAAFD**
- 3** **MIJN VISIE**
- 4** **HERKEN JE DIT?**
- 5** **WELKE DIENSTEN BIED IK AAN**
- 6** **BEDANKT**

WIE BEN IK?



Ik ben Flo, oprichter van RE-KLIK.

Bij RE-KLIK help ik je om weer écht contact te maken—met jezelf, je partner/netwerk en je relaties. Ik geloof dat iedereen kan groeien en verandering kan ervaren, zolang je een veilige plek hebt om te ontdekken wat er écht speelt. Ik zit met RE-KLIK ook nog bij Huis Sana en WE-SUPPORT.

Of je nu worstelt met verslaving, je intimiteit wilt verdiepen of je relaties wilt verbeteren, bij mij kun je alles bespreken zonder oordeel. Samen kijken we naar wat jou tegenhoudt én wat jou vooruit kan helpen. Ik werk warm, direct en met praktische tips, zodat je ook buiten onze gesprekken stapjes kunt zetten.

VERSLAAFD

Verslaafd zijn betekent niet dat iemand zwak is of geen wilskracht heeft. Het is een manier om te overleven — een poging om pijn, leegte of onrust te verzachten. Vaak ontstaat verslaving daar waar het leven te zwaar voelt om alleen te dragen.

Het gedrag of middel geeft tijdelijk houvast, maar neemt langzaam de regie over. Wat ooit hielp om te voelen, of juist niet te voelen, begint zwaar te wegen. Achter elke verslaving zit een mens die probeert te begrijpen waarom het leven soms zo moeilijk is.

Verslaafd zijn is geen eindpunt. Het is een signaal dat iets gehoord wil worden: een verlangen naar rust, verbinding en richting. Bij mij draait alles om dat moment van bewustwording — de klik naar een leven waarin jij opnieuw kiest voor jezelf, eerlijkheid en verbinding. Het is het moment waarop overleven langzaam plaatsmaakt voor echt leven.



MIJN VISIE



Bij RE-KLIK, Huis Sana en We-Support begeleiden we mensen, hun omgeving en organisaties in het aanpakken van verslaving. We bieden persoonlijke begeleiding, contextcoaching en preventietrainingen, zodat iedereen de tools en steun krijgt om een verslavingsvrije toekomst op te bouwen.

Ik geloof dat verandering mogelijk is wanneer je bewustwording, ondersteuning en praktische handvatten combineert. Door te werken met zowel individuen als hun omgeving en bedrijven, willen we een omgeving creëren waarin gezonde keuzes en duurzame verbindingen centraal staan.

HERKEN JE DIT?

Soms lijkt het alsof je iets nodig hebt om de rust te vinden die je mist. Of voel je een leegte, maar weet je niet hoe je die kunt vullen. Misschien is het een drankje, een pil, uren achter een scherm, troost in eten, spanning in gokken, of jezelf verliezen in relaties en anderen pleasen. Het geeft tijdelijk verlichting, maar vaak blijft er een leegte achter die groter voelt dan daarvoor. Je merkt dat dit gedrag je dagen steeds meer bepaalt, terwijl je eigenlijk gewoon wilt leven zoals jij dat kiest.

Het is herkenbaar, en je bent niet alleen. Achter elke gewoonte en elk patroon zit een mens die probeert grip te krijgen op het leven.

En hier is het goede nieuws: het kan anders. Die eerste klik van bewustwording, hoe klein ook, kan de deur openen naar een leven waarin jij opnieuw kiest voor jezelf. Bij Re-Klik, samen met We-Support en Huis Sana, begeleiden we je stap voor stap. Met eerlijkheid, verbinding en ruimte om te groeien. Herstel begint niet met perfectie, maar met dat ene moment waarop je durft te voelen, te kiezen en opnieuw te leven.



WELKE DIENSTEN BIED IK AAN



VERSLAVINGSCOACH

INTIMITEITSCOACH

RELATIECOACH

VORMINGEN

In **individuele begeleiding** werken we aan persoonlijke groei, zelfbeeld, intimiteit, relaties en dagelijkse uitdagingen. Samen ontdekken we wat jou tegenhoudt en wat je energie geeft, zodat je opnieuw richting kunt vinden.

Bij **koppelbegeleiding** versterken we communicatie en begrip, en herstellen we verbinding tussen partners.

Met **familie en netwerk** ondersteun ik naasten bij het omgaan met patronen en uitdagingen, zodat verbinding blijft zonder jezelf te verliezen.

Daarnaast geef ik **vormingen en lezingen** over relaties, intimiteit en verslaving. Het doel is moeilijke onderwerpen toegankelijk te maken en praktische handvatten te bieden, zowel persoonlijk als professioneel.

BEDANKT

Dank je wel dat je de tijd hebt genomen om dit e-book te lezen. Ik hoop dat het je inzichten, herkenning en misschien ook een stukje inspiratie heeft gebracht.

Ik wil graag mijn waardering uitspreken voor **We-Support** en **Huis Sana**. Dankzij hun samenwerking, vertrouwen en inzet is het mogelijk om dit werk rond begeleiding, vorming en bewustwording te doen.

Voor meer informatie of ondersteuning kun je terecht op hun websites: **www.we-support.be** en **www.huissana.be**.

Het pad van persoonlijke groei, verbinding en verandering is niet altijd makkelijk, maar elke stap die je zet, hoe klein ook, is waardevol. Blijf nieuwsgierig naar jezelf, wees mild voor wat nog niet lukt, en durf de klik te maken naar het leven dat bij jou past.

Met warme groet,
Flo Degroote
info@re-klik.com
www.re-klik.com
0499 91 05 52



Maak jij met mij de klik?

