

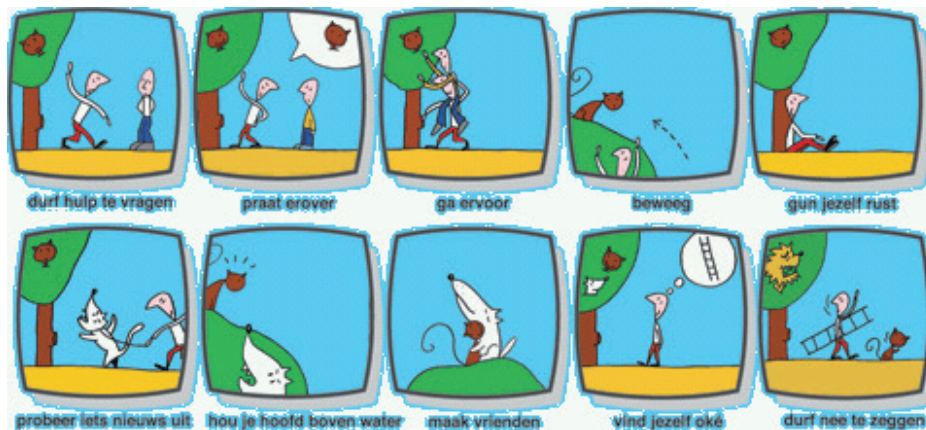
FILMLIJST



Wil je geestelijke gezondheid op een laagdrempelige manier bespreekbaar maken? Ben je op zoek naar een leuke activiteit waardoor je veel mensen bereikt? Dan kan het organiseren van een filmavond een goede keuze zijn. De suggestielijst met filmtitels geeft je alvast heel wat keuze voor een gezellige avond.

We raden aan om de film in te leiden. De Fit in je hoofd-campagne vertrekt vanuit 10 stappen die zorgen voor meer veerkracht en tips geven om je beter in je vel te voelen. Alle informatie vind je op www.fitinjehoofd.be. Afsluiten kan met contactgegevens van (lokale) organisaties waar mensen terecht kunnen. Wil je een stap verder, dan kan je een nabespreking organiseren waarbij de deelnemers aan het woord komen.

Dit zijn de 10 stappen van de Fit in je hoofd- campagne:



Vind jezelf oké

- Forrest Gump (1994) - Robert Zemeckis: een man met een laag IQ en sukkelig gedrag die succes na succes behaalt zonder dit te beseffen.
- Streep wil racen (2004) - Frederic de Chau: een familiefilm over vriendschap en vertrouwen.
- Blind (2007) - Tamar Van den Dop: over zelfaanvaarding (14+).
- Mozart and the whale (2005) - Peter Naess: over autisme.
- Pauline en Paulette (2001) - Lieven Debrauwer: over oud worden met een mentale handicap.
- Brokeback Mountain (2006) - Ang Lee: over homoseksualiteit.
- Little Miss Sunshine (2006) - Jonathan Dayton, Valerie Faris: over een familie die hun dochter in de finale van een schoonheidswedstrijd wilt krijgen.



FILMLIJST



Praat erover

- Inside out (2015) - : Pete Doctor: een animatiefilm over emoties
- Ordinary people (1940) - Ronald L. Schwary : over spanningen binnen een gezin (16+).
- Bluebird (2004) - Mike de Jong: over pesten (10+).
- Klass (2007) - Ilmar Raag: over pesten (16+).
- J'ai tué ma mère (2009) - Xavier Dolan: over homoseksualiteit en aanvaarding (16+).
- One flew over the cuckoo's nest (1975) - Milos Forman: over de psychiatrie (16+).
- Verdwaald in het geheugenpaleis: documentaire over dementie. www.geheugenpaleis.be

Beweeg

- Chariots of fire (1981) - Hugh Hudson: over bewegen (14+).
- Rize (2005) - David LaChapelle: documentaire over krumping.

Probeer iets nieuws

- Elling (2001) - Peter Naess : over twee psychiatrische patiënten en hun aanpassing in de maatschappij.

Reken op vrienden

- Antz (1998) - Eric Darnell: een tekenfilm over vriendschap (12+).
- Chicken Run (2000) - Peter Lord: een tekenfilm over vriendschap (12+).
- Dialogue avec mon jaridnier (2006) - Jean Becker: over zelfontplooiing.
- Knetter (2005) - Martin Koolhoven : over KOPP en KOAP (10+).
- Dagen zonder lief (2007) - Felix van Groeningen: over volwassen worden.

Durf nee zeggen

- Prozac nation (2001) - Erik Skjoldbjaerg : over verslaving.
- Yes man (2008) - Peyton Reed : hoe je leven wordt beïnvloedt als je altijd ja zegt.
- Home run (2013) - David Boyd: over alcoholverslaving.



FILMLIJST



Ga ervoor

- The bucket list (2007) - Rob Reiner: over dromen en de eindigheid van het leven.
- Diachihelp Writers (2006) - Richard LaGravanese: over zelfvertrouwen en kansarmoede (12+).
- Slumdog Millionaire (2008) - Danny Boyle en Loveleen Tandan: over een jongen uit de sloppenwijken die meedoet aan een tv-programma .
- The pursuit of happiness (2006) - Gabrielle Muccino: over geluk zoeken ondanks tegenslag.
- The King's speech (2010) - Tom Hooper: over leren omgaan met je gebreken.
- As good as it gets (1997) - James L. Brooks: over obsessief-compulsief gedrag (16+).
- Shine (1996) - Scott Hicks: over breken met familie, waargebeurd.
- A beautiful mind (2001) - Ron Howard: over schizofrenie (16+).
- About Schmidt (2002) - Alexander Payne: over pensionering (bedoeld voor senioren)
- Benny & Joon (1993) - Jeremiah Chechik: over vriendschap en psychische problemen
- The diving Bell & the butterfly (2007)- Julian Schnabel: over het locked-in syndroom.
- The blind side (2009) - John Lee Hancock: over een dakloze jongen die een American football- speller wordt.
- The help (2011) - Tate Taylor: over gelijkheid en niet opgeven.
- An education (2009) - Lone Scherfig: over nieuwe stappen zetten na tegenslag.
- Le fabuleux destin d'Amélie Poulin (2001) - Jean-Pierre Jeunet: over geluk vinden door geluk voor een ander te creëren.

Durf hulp vragen

- Lars and the real girl (2007 - Graig Gillespie): over wanen en eenzaamheid (16+).
- Ben X (2007 - Nic Balthazar): over pesten en autisme (12+).
- Vidange Perdue (2006 - Geoffrey Enthoven): herkenbare film over een oude man die na het overlijden van zijn vrouw alleen
- De helaasheid der dingen (2009 - Felix Van Groeninger en kwetsbare gezinnen.



FILMLIJST



- Spijt! (2013 - Dave Schram): over pesten op school.

Gun jezelf rust

- Nothing personal (2009) - Urszula Antoniak: over kwetsbaarheid en eenzaamheid (18+).
- Le lait de la tendresse humaine (2001) - Dominique Cabr era: over depressie (16+).
- Chocolat (2000) - Lasse Hallstrom: over de zoektocht naar geluk, rust en liefde.

Hou je hoofd boven water

- My life without me (2003) - Isabel Coixet: over een vrouw die kanker krijgt.
- Pudor (2007) - David en Tristan Ulloa: over relaties, spanningen en geheimen.
- In America (2002) - Jim Sheridan: over rouwen en verlies (16+).
- De kunst van het ouder worden (2003) : documentaire van het Trimbos Instituut.
- Moeders springen niet van flats (2014) - Elena Lindemans: autobiografische documentaire.

