

## Rap door Arno Weets (18 jaar) ter inleiding van het tweede panelgesprek over preventie

13.55 u: Sleutels tot preventie. Panelgesprek onder leiding van Xavier Taveirne (VRT):  
Lut Celie, coördinator therapiecentrum De Bleekwijde  
Kristof Das, docent zorgverbreding en conflicthantering in het buitengewoon onderwijs, onderzoeker  
Willem De Muer, zorgmanager opnameafdeling voor geestelijke gezondheidszorg Multiversum  
Stef Loodewijckx, coördinator jeugdhulporganisatie vzw Oranjehuis

### **'rustig blijven'**

1. Soms zijn er momenten en dan ben ik niet happy
2. Ik word niet rustig van wat eten en een sappy
3. Een beetje muziek om me heen helpt wel meer
4. Maar dat is nog niet genoeg toch wil ik wel meer
5. Ik ga waarschaanlijk boos worde en dat gebeurt wel meer
6. Vriendelijk mensen om me heen dat wil ik wel meer
7. De meeste willen hun moeder dicht bij hun
8. Ik niet want ze doet het niet voor de fun
9. Remember toen ik vast zat in Everberg
10. En mol Markt, geloof me het is echt erg
11. Eindelijk 18 dus we gaan niet meer terug
12. Ik moet toch nadenken, soms ben ik te vlug
13. En ik moet het ook echt doen zonder drug
14. Het houd me kalm, die mensen klinken als een mug
15. In het algemeen zijn het de woorden
16. Teveel drukte, je wilt het niet horen
17. Er zijn van dingen die je mist en terug wilt
18. Isolatiecel is een plaats die je echt kilt
19. Ik ga eerlijk zijn, de laatste tijd weet ik het ook niet meer

20. Ik zoek naar hulp, dus ik bid en ik vraag het aan de heer
21. Soms word ik rustig als ik naar de sterren kijk
22. Het is dus niet goed als ik naar het verleden kijk
23. Want ik leef in het heden en dat is al moeilijk genoeg
24. Terug naar school, jah men wekker die staat vroeg
25. Ik vind school leuk, waarschijnlijk ben ik de enigste
26. Veel meegemaakt, waarschijnlijk ben ik de stevigste
27. Maar dat heeft hier niets mee te maken
28. Het voelt alsof ze me proberen raken
29. Veel denken, ik hoor het kraken
30. Ik wil alleen een huis en een warm laken