Communicatie

Slogan: Geluk zit in een klein complimentje

Hashtags: #complimentendag #geluksdriehoek

Afbeeldingen: Maak gebruik van de digitale bestanden.

ALGEMEEN ARTIKEL 2024 (VOOR LOKAAL INFOBLAD OF PERSONEELSBLAD)

 **GELUK ZIT IN EEN KLEIN COMPLIMENTJE**

***1 maart: De start van een jaar vol complimenten!***

Vanaf 1 maart is het tijd voor complimenten en dat willen we vieren! Een simpel compliment kan grote impact hebben. Het geeft niet alleen de ontvanger een goed gevoel, maar versterkt ook jullie relatie. Dus waarom zou je niet meer complimentjes geven?

Een complimentje tovert gegarandeerd een glimlach op iemands gezicht. Of het nu gaat om iemand die je uit de nood heeft geholpen, heerlijk eten voor je heeft klaargezet of altijd positief in het leven staat, beloon ze met een welgemeend compliment!

Maar vergeet ook jezelf niet. Wees trots op wat je bereikt hebt en sta open voor complimenten van anderen, ontvang ze met open armen en versterk zo jouw eigen geluk en dat van anderen!

Meer tips om aan je geluk te werken vind je op [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be)

ALGEMEEN ARTIKEL 2024 (VOOR LOKAAL INFOBLAD OF PERSONEELSBLAD)

 **GELUK ZIT IN EEN KLEIN COMPLIMENTJE**

***1 maart: De start van een jaar vol complimenten!***

Op 1 maart begint een maand vol positiviteit en waardering! Complimentendag wordt op vrijdag 1 maart 2024 opnieuw gevierd, en dit jaar willen we er extra nadruk op leggen. Heb je onlangs iemand een compliment gegeven of er zelf een ontvangen? Hoe heeft dit je beïnvloed? Het heeft ongetwijfeld bijgedragen aan je persoonlijke groei en de versterking van relaties. Laten we gedurende de hele maand maart hierop focussen en de stroom van complimenten laten floreren!

Een compliment brengt op diverse manieren vreugde. Het vergt weinig inspanning en kent alleen maar voordelen! Het verbetert niet alleen je eigen welzijn, maar ook dat van anderen!

**Voordelen voor anderen**

Door iemand een compliment te geven, tover je gegarandeerd een glimlach op hun gezicht. Heeft iemand je recentelijk in een noodsituatie geholpen? Of heeft iemand heerlijk voor je gekookt? Of is er iemand altijd vrolijk? Beloon hen met een welgemeend compliment! Je laat hen zich goed voelen over zichzelf.

**Voordelen voor je relaties met anderen**

Als je iemand bedankt of een compliment geeft voor iets wat ze voor jou hebben gedaan, versterkt dit ook jullie relatie. Het laat zien dat jullie gedeelde waarden belangrijk vinden in jullie relatie en zorgt ervoor dat jullie ook in de toekomst voor elkaar klaar zullen staan. Je bent dankbaar omringd te zijn door zulke fantastische mensen.

**Voordelen voor jezelf**

Niet alleen je beste vriendin, buurman of oma verdienen een compliment. Vergeet niet om ook jezelf te complimenteren! Waar ben je trots op? Sta open voor complimenten van anderen en wees authentiek. Hoe je naar jezelf kijkt, bepaalt in grote mate hoe authentiek je kunt zijn en beïnvloedt dus ook je geluk.

Voor meer inspiratie en tips om aan je geluk te werken en je gevoel van geluk te versterken, kun je terecht op www.geluksdriehoek.be.

ALGEMEEN ARTIKEL 2022 (VOOR LOKAAL INFOBLAD OF PERSONEELSBLAD)

 **GELUK ZIT IN EEN KLEIN COMPLIMENTJE**

***1 maart: De start van een jaar vol complimenten!***

Een complimentje geven of krijgen doet meer dan deugd! Naast het krijgen van een goed gevoel, kan een compliment de relatie versterken met de mensen om je heen. Reden genoeg om complimentjes uit te delen op 1 maart, als start van een jaar vol complimenten.

Heb je zin in een leuke activiteit? Organiseer een complimentenmol bij je thuis, onder vrienden of op het werk. Laat iedereen een naam trekken van iemand anders. Aan de persoon die je getrokken hebt, ga je een ganse week complimentjes geven. Op het einde van de week raadt en onthult iedereen wie zich voor wie inzette.

Met deze complimenten zetten we in op het versterken van geluk. En dat is ook wat de geluksdriehoek wil. Ken je deze overigens al? Deze driehoek toont je waar je geluk uit opgebouwd is en hoe je er zelf voor kan zorgen dat die driehoek stevig staat. Want voor een deel kan je zelf invloed uitoefenen op je geluksgevoel. Eén van de bouwblokken van de geluksdriehoek is 'je goed voelen'. Wanneer je positieve emoties ervaart, draagt dit bij aan je geluksgevoel. En wat doet een compliment? Juist! Daarnaast draagt het uitwisselen van een compliment bij aan de onderlinge verbondenheid; de tweede bouwsteen in de geluksdriehoek ‘goed omringd zijn’. En kan je ervan genieten als je een compliment ontvangt? Als je ze goed kunt toelaten, versterk je het bouwblok 'jezelf kunnen zijn'.

*Meer inspiratie en tips die je helpen om aan je geluk te werken en je veerkracht te versterken, vind je op [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be).*

SOCIALE MEDIA

Berichten om de complimentenactie **aan te kondigen**:

* “Jij verdient een pluim!”

Complimenten geven is even leuk als ze ontvangen. Dan doen we het toch allebei? Doe mee aan de actie 'Geluk zit in een klein complimentje' en strooi complimentjes in het rond!

*#complimentenactie #geluksdriehoek*

* Het is bijna 1 maart: de start van een maand vol complimenten. Een compliment ontvangen én geven doet meer dan deugd! *#complimentenactie #geluksdriehoek*
* Woopwoop, wie is er extra lief of hulpvaardig en strooit stiekem extra complimentjes in het rond? Ontmasker de complimentenmol in jouw klas, vereniging, organisatie of misschien wel bij jou thuis! Doe mee aan de actie 'Geluk zit in een klein complimentje'! Download de complimentjes en strooi ze in het rond! Opgelet, stiekem natuurlijk 😉 *#Ontmasker* *#Complimentenmol*
* “Jij verdient een pluim!”

Complimenten geven is even leuk als ze ontvangen. Dan doen we het toch allebei? Doe mee aan de actie 'Geluk zit in een klein complimentje'! Download met je collega’s, klas of vrienden de complimentjes en strooi ze in het rond!

*#Complimentenactie*

* Binnenkort is het 1 maart: de start van een maand vol complimenten. Zin om mee te doen? Stuur een compliment naar je collega, buur, vriend of familielid ... en misschien word ook jij verwend met een mooi compliment!
*#complimentenactie #geluksdriehoek*
* Een complimentje vol geluk! Op 1 maart start een maand vol complimenten. Doe mee en deel je leukste, mooiste, liefste compliment en geef zo een goed gevoel! Een compliment kost weinig moeite en heeft alleen maar voordelen. Het is goed voor de ander, je relaties en jezelf!Waar wacht je nog op? *#complimentenactie #geluksdriehoek*

Berichten voor **1 maart en de dagen daaropvolgend**:

Berichten voor **1 maart en de dagen daaropvolgend**:

* 🎉 Vandaag is het de dag waarop we complimenten vieren! 💫 Het begin van een maand vol waardering en positiviteit. Een simpel complimentje kan zoveel geluk brengen. Het kost bijna niets en heeft alleen maar voordelen. Niet alleen voor anderen, maar ook voor je relaties én jezelf! Waar wacht je nog op? Start nu met het verspreiden van complimenten! 🌟 #complimentendag #geluksdriehoek
* Wie gaf jou onlangs een compliment? Dat gaf je ongetwijfeld een goed gevoel. En net dat is één van de drie bouwblokken van de geluksdriehoek. Ontdek tips, oefeningen of filmpjes op www.geluksdriehoek.be
* “*Absoluut geweldig*!” - “*Wat lief!” -*  “*Goed gedaan*!” - *“Wat mooi!”* Zomaar een paar kreten om een compliment te beginnen. Wie geef jij vandaag een compliment? *#geluksdriehoek*

Artikel intranet/nieuwsbrief

**COMPLIMENTENDAG**

**GELUK ZIT IN EEN KLEIN COMPLIMENTJE**

**1 maart = de start van een maand vol complimenten**

Verras je collega’s, vrienden, familie, buren, … en wees gul met complimenten vandaag! Zo geef je de ander meer zelfvertrouwen en een fijn gevoel. Ook jij wordt er beter van! Want wist je dat het uitdelen van complimentjes ook jouw geluksgevoel versterkt? Bovendien is het besmettelijk. Wie positiviteit uitstraalt, krijgt ook meer erkenning en waardering terug. Waar wacht je nog op?

*Meer inspiratie en tips die je helpen om positiever in het leven te staan en je geluksgevoel te versterken, vind je op* [*www.geluksdriehoek.be*](http://www.geluksdriehoek.be)*.*