

Contactgegevens Belgisch Limburg

Christina Stabourlos

Sciensano

Rue Juliette Wytsmanstraat 14

1050 Brussel/Bruxelles

E-Mail eregionalscan@sciensano.be

Informatie/ondersteuningsaanbod Belgisch Limburg

Tele-Onthaal

Wil je praten over wat jou bezighoudt? Of ben je op zoek naar een uitweg voor je kleine of grote zorgen?

Bel of **chat anoniem** en **gratis** met iemand van Tele-Onthaal.

www.tele-onthaal.be

1712

Zit je met vragen over geweld, misbruik of kindermishandeling? Zowel als minderjarige als volwassene kan je hier terecht.

Bel, chat of **mail anoniem** en **gratis** met iemand van 1712.

<https://1712.be/nl>

Zelfmoordlijn

Heb je dringend nodig aan een gesprek? Wil je praten over jouw zelfmoordgedachten of die van iemand anders?

Bel, chat of **mail gratis** en **anoniem** met iemand van de zelfmoordlijn.

<https://www.zelfmoord1813.be/>

Druglijn

Zit je met vragen over drank, drugs, pillen, gamen of gokken? Of maak je je zorgen over een dierbare van jou?

Bel, chat of **mail gratis** en **anoniem** met iemand van de Druglijn.

<https://www.druglijn.be/>

Awel

Ben je een kind of jongere en zit je met een vraag, verhaal of probleem? Bij Awel zit iemand klaar om je te ondersteunen.

Bel, chat of mail gratis en anoniem met iemand van Awel.

<https://www.awel.be/>

Nupraatikerover

Heb jij als minderjarige vragen over mishandeling, verwaarlozing of seksueel geweld? In de chatbox van nupraatikverover kan je terecht voor een gesprek op jouw tempo.

Chat gratis en anoniem met iemand van nupraatikerover.

<https://www.nupraatikerover.be/>

Stop it Now!

Maak je je zorgen over seksuele gevoelens of gedrag ten aanzien van minderjarigen? Of maak je je zorgen over iemand in je omgeving?

Bel, chat of mail gratis en anoniem met iemand van Stop it Now!

<https://stopitnow.be/>

JAC

Ben je jonger dan 25 jaar? Kopzorgen? Op je eigen benen staan? Last op je schouders? Relatiedip? Je staat er niet alleen voor.

<https://www.caw.be/jac/>

CAW

Nood aan een gesprek met een professionele hulpverlener? Maak je je zorgen over je relatie of geweld? Heb je nood aan psychosociale begeleiding? Valt het verlies van iemand dierbaar je zwaar? Je staat er niet alleen voor.

<https://www.caw.be/>

CLBchat

Zit je als leerling met vragen over welbevinden, studies of gezondheid?

Chat dan gratis en anoniem met iemand van CLBch@t

<https://www.clbchat.be/>

Lumi

Heb je vragen over gender of seksuele voorkeur? Overweeg je een coming-out? Vermoed je dat je niet in een van de M/V-hokjes past? Wil je weten wat je als transgender kan doen tegen discriminatie? ...

Contacteer Lumi via chat, mail of telefoon. Anoniem, gratis en zonder vooroordelen.

lumi.be

Tejo

Zie je het even niet meer zitten? Spring bij TEJO binnen en krijg onmiddellijk therapeutische begeleiding, anoniem en gratis, met of zonder afspraak. Je kan ook een afspraak maken voor een videocall.

tejo.be

Overkop

In een OverKop-huis kan je als jongere tot 25 jaar gewoon binnen en buiten lopen en allerlei leuke activiteiten doen. Het is een veilige plek waar je ook een luisterend oor vindt en beroep kan doen op professionele therapeutische hulp, zonder een label opgeplakt te krijgen.

overkop.be

Nok Nok / Geluksdriehoek

Voel je je soms droevig, down of angstig? Je goed in je vel voelen is belangrijk. Wist je dat je dit ook écht kan leren? Op noknok.be (12- tot 16-jarigen) vind je de beste tips, oefeningen en testjes voor meer zelfvertrouwen en om positief in het leven te staan. Ouder dan 16? Neem dan een kijkje op geluksdriehoek.be en ontdek hoe je zelf aan je geluksgevoel kan werken.

ANBN

ANBN (Anorexia Nervosa - Boulimia Nervosa) is er voor mensen met een eetstoornis en hun omgeving. Je kan chatten of het forum bezoeken, langskomen in het inloophuis in Leuven en deelnemen aan activiteiten.

anbn.be

Verwijslijn eetproblemen en eetstoornissen

Ontvang contactgegevens van gespecialiseerde zorg in je buurt. Bij de Verwijslijn eetproblemen en eetstoornissen kan je zowel via telefoon als via mail terecht voor verwijsadressen in je buurt of advies bij je hulpvraag.

eetexpert.be

Merhaba

Ben je LGBT+ en heb je een migratieachtergrond? Merhaba verwelkomt je ongeacht je gender, je seksuele voorkeur, je huidskleur, je etniciteit, je nationaliteit, je status, je religie. Merhaba bouwt aan een inclusieve en solidaire samenleving, waar elk van ons zich veilig, thuis en volwaardig deel van voelt.

merhaba.be

Transgender Infopunt

Het Transgender Infopunt (TIP) is een neutrale, gratis en anonieme plek voor al je vragen over genderdiversiteit en het transgenderthema. Je kan hier terecht voor vragen rond identiteit, familiale moeilijkheden, werkgerelateerde aspecten, schoolcontext, transgenderzorg, discriminatiemeldingen en nog veel meer.

transgenderinfo.be

Missing You

Misschien ben jij je mama of papa verloren? Of je liefde of je broer, zus, oma, opa, vriend of vriendin, nicht, neef, tante, nonkel of iemand anders die heel belangrijk is voor jou? Zo'n gebeurtenis kan heel verwarrend of pijnlijk zijn, maar ook de periode erna is soms heel lastig om door te komen. Missing You kan jou helpen rouwen.

missingyou.be
