

Ça va?

**Praat erover met je vrienden
en versterk je veerkracht**



Versterk je veerkracht!

Praat, bel of chat met

- je vrienden, familie, lief, collega of buur
- je huisarts
- anonieme gratis hulplijnen
 - » **Tele-onthaal**
106 of www.tele-onthaal.be
 - » **Zelfmoordlijn**
1813 of www.zelfmoord1813.be
 - » **Awel** (kinderen en jongeren)
102 of www.awel.be
- het CAW in je buurt

veerkrachtig
WAASLAND

Ontdek nog meer tips
op www.fitinjehoofd.be

Een initiatief van



i.s.m.



met steun van
de stad
Sint-Niklaas

V.U.: Hilde Servotte, Ankerstraat 91, 9100 Sint-Niklaas

