

EVEN NOOD AAN EEN TELEFONISCH OF CHAT GESPREK

TELE-ONTHAAL

Je kan bij Tele-Onthaal praten over wat jou bezig houdt, groot of klein. Een vrijwilliger maakt tijd voor jou, luistert en leeft mee. Tele-Onthaal kan je op elk moment bellen. Het gesprek is gratis en anoniem. Je kan er ook terecht voor een chatgesprek.

📞 106 | 💬 chat via site | 🌐 www.teleonthaal.be

ZELFMOORDLIJN

Lijkt zelfmoord soms de enige oplossing? Je wil niet meer voelen of denken? Je staat op een keerpunt, er moet iets veranderen. Bij de zelfmoordlijn kan je terecht voor een gesprek. De zelfmoordlijn kan je op elk moment bellen. Het gesprek is gratis en anoniem. Je kan er dagelijks terecht voor een chatgesprek vanaf 18.30 u.

📞 1813 | 💬 chat via site zelfmoord 1813
🌐 www.zelfmoord1813.be

1712

1712 is een hulplijn voor burgers die een vraag hebben over geweld, misbruik en kindermishandeling. 1712 is er zowel voor minderjarigen als voor volwassenen. 1712 is er voor slachtoffers, daders en omstaanders van geweld. De hulplijn is gratis en anoniem.

📞 1712 (elke werkdag) | 💬 chat via site 1712
🌐 1712.be

OPVOEDINGSLIJN.BE

Bij de opvoedingslijn kan je terecht met al je vragen over opvoeding, groot en klein. Je blijft steeds anoniem en krijgt een persoonlijk antwoord van een deskundige. Ook als opvoeder, groot- of stiefouder, kan je hier terecht en dat op woensdag tussen 10 en 12 uur en tussen 19 en 21 uur.

📞 078 15 00 10 | 💬 chat via de website
🌐 www.opvoedingslijn.be/

WEGWIJZER geestelijke gezondheid

VOOR VOLWASSENEN



VOEL JE JE MINDER GOED IN JE VEL EN BEN JE BEZORGD?

HUISARTS

Ga langs bij je huisarts. Die staat klaar voor een gesprek en zal je doorverwijzen indien nodig.

Heb je geen huisarts?

Je kan een huisarts vinden via

🌐 www.hamwvl.be

Huisartsenhuis

In het weekend is dit de wachtpost van de huisartsen en kan je er terecht voor dringende medische zorg. Bel steeds om een afspraak te maken.

📍 H. Spilleboudreef 34

☎ 051 24 50 50 – weekend van 8 u. tot 20 u.

🌐 hamwvl.be/lmn/huisartsenhuis

WELZIJNSHUIS

Het Welzijnshuis begeleidt burgers die moeilijkheden ervaren op verschillende levensdomeinen zoals huisvesting, tewerkstelling, inkomen, ...

📍 Gasthuisstraat 10

☎ 051 80 59 00

🌐 welzijnswijzer.roeselare.be

CAW

Je maakt je zorgen of zit met vragen over jezelf, je relatie, contacten met anderen? Je voelt je niet goed in je vel en loopt vast in het leven?

📍 Onthaal Roeselare - Iepersestraat 47.

☎ 051 22 59 44 | 💬 chat via site

🌐 www.CAW.be

EERSTELIJNSPSYCHOLOOG

Heb je de laatste tijd angstige gevoelens of problemen met alcohol? Wil je graag een hulpverlener raadplegen om te voorkomen dat deze problemen verergeren? Je huisarts kan snel een eerste contact met een psycholoog voorstellen om je situatie te verbeteren.

☎ 057 23 91 71

🌐 www.elpkwadraat.be

KWADRAAT

Kwadraat kan je contacteren als je niet goed weet welk zorgaanbod een antwoord biedt op jouw vraag. Ze geven advies en ondersteuning bij het doorverwijzen naar de meest passende hulpverlening.

📍 Onze Lieve Vrouwemarkt 20-22

☎ 051 43 41 07

CGG LARGO

Bij het CGG Largo kan je terecht als je iets meegemaakt hebt dat je moeilijk kan lossen, je je depressief of angstig voelt, er vaak conflicten zijn of je kampt met verslavingsproblemen.

📍 Jules Lagaelaan 21

☎ 051 25 99 30

🌐 www.cgglargo.be

HUIS VAN HET KIND

In het Huis van het Kind kunnen ouders en kinderen terecht voor al hun vragen rond opvoeden en opgroeien.

📍 Gasthuisstraat 10

☎ 051 80 59 00

🌐 www.huisvanhetkindroeselare.be

SIMILES

Similes is een organisatie, die de familie en naasten van psychisch kwetsbare mensen ondersteunt en verenigt families met een psychische aandoening

☎ 016 24 42 00

🌐 nl.similes.be