



Soms zit je gewoon even niet lekker in je vel. Je hoofd zit vol, je hebt het gevoel vast te zitten, of je weet gewoon niet goed wat er scheelt.

Da's helemaal oké – je hoeft het niet allemaal zelf op te lossen.

Wist je dat je tot en met 23 jaar **gratis** met een hulpverlener kan praten – alleen of in groep? Erover praten kan deugd doen of soms helpt het om verhalen van andere jongeren te horen. Dat kan. **Vertrouwelijk en helemaal op jouw tempo.**

Hulp zoeken helpt.

Scan de QR of surf naar **psychologischezorg-pa.be** en vind een erkende hulpverlener in jouw buurt.

Schrijf hier een leuke boodschap voor iemand!



In samenwerking met:



Volksgezondheid
Veiligheid van de Voedselketen
Leefmilieu

