voor volwassenen

NIET GOED IN JE VEL?

Praat erover

WWW.MECHELEN.BE/SAMEN-VEERKRACHTIG

MECHELEN

KRUISPUNT MECHELEN-KATELIJNE
Eerste hulp bij mentaal welzijn
015 570 750 • www.kruispunten.be

CAW BOOM MECHELEN LIER
Voor al je welzijnsvragen en -problemen
0800 13 500 • www.caw.be

PSYCHOLOGISCHE ZORG IN DE EERSTE LIJN (PZEL)
De eerste stap naar psychologische zorg
www.netwerkemergo.be

SIMILES
Voor familie en naasten van psychisch kwetsbare mensen
0485 35 81 92 • www.similes.be

BLINKOUT
Open huis met stiltekamer en luisterplek, ontmoetings-
momenten, workshops en trajecten psychologische zorg
0469 16 04 29 • www.blinkout.be

UILENSPIEGEL
Lotgenotencontact voor personen met
een psychische kwetsbaarheid
www.uilenspiegel.net

HERSTELACADEMIE
Vormingen rond persoonlijk psychisch herstel
015 695 695 • www.herstelacademie.be/mechelen

SAMEN
vlllrkrachtig
Boost je veerkracht
van 1 tot 10 oktober

KRUISPUNT

emergo

similes

BlinkOut
IEDEREEN STRAALT VANBINNEN

CAW
maakt sterker

Herstel
Academie
emergo

UilenSpiegel

MECHELEN

Voor een vertrouwelijk gesprek kan je
ook altijd bij je huisarts terecht.
Of neem contact op met de sociale
dienst van je mutualiteit.

HULPLIJNEN

•

106
LUISTERT NAAR KLEINE EN GROTE ZORGEN

•

1712
BIJ VRAGEN OVER GEWELD

•

1813
DE ZELFMOORDLIJN

•

VIND EEN ZELFHULPGROEP
WWW.ZELFHULP.BE

WWW.MECHELEN.BE/MENTALE-GEZONDHEID

V.U. Christophe Cools, p/a Grote Markt 21, 2800 Mechelen