


“

Ben je tussen de 16 en 23 jaar
en zit je al een tijdje niet goed
in je vel?

CONTACT

 info@onlinepsyhulp-jongeren.be

 www.onlinepsyhulp-jongeren.be

Scan en neem een kijkje op
onze website!



Online
PsyHulp
voor jongeren



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

WAT IS HET?

Soms loop je even vast. Het kan iedereen overkomen. Wij helpen je graag terug op weg! Leer begrijpen wat moeilijk loopt en zet de eerste stap in het aanpakken van je klachten.

Je zal aan de slag kunnen gaan met onze zelfhulptools of kiezen voor onze online begeleiding d.m.v. samenwerking met één van onze professionele hulpverleners via chat en oefeningen.

We bieden betrouwbare **zelfhulp en online hulpverlening** aan voor jongeren met psychische klachten tussen de 16 en 23 jaar oud.

Maak een gratis en anoniem profiel aan en werk op je eigen tempo aan één (of meerdere) thema('s) die jij belangrijk vindt.

OVER ONS

OnlinePsyHulp-jongeren is één van de verschillende websites van OnlinePsyHulp, waarmee we al meer dan 15 jaar **zelfhulp en online hulpverlening** aanbieden.

Een initiatief van CGG Kempen, De Pont & Integra, met steun van de Vlaamse overheid

WAT BIEDEN WE AAN?

- Een eigen profiel dat **gratis, anoniem** en **24/7** beschikbaar is
- Zelfhulpmodules met informatie en **oefeningen** rond wat jij belangrijk vindt
- Een online **toolbox** met een stemmingsmeter, dagboek, weekplanner, ...

