

DE TEJO HULPWIJZER

**Zit je ergens mee?
Heb je nood aan een luisterend oor?**



De eerste hulp vind je vaak vlakbij:

Praat met je ouders, je broer of zus, je tante, je opa...

Praat met je vrienden.

Stap naar je leerkracht, zorgcoördinator of leerlingenbegeleider op school, je trainer, je leider in de jeugdbeweging of je groepsbegeleider,...

**MEER NODIG?
DAN KAN JE BIJ TEJO TERECHT!**

Wij bieden kortdurende therapeutische begeleiding, gratis en anoniem voor jongeren tussen 10 en 20 jaar.

Maak een afspraak of spring binnen en doe je verhaal!



**waar kan je
nog terecht?**



TEJO is niet alleen

Er zijn nog andere organisaties die gratis hulp aanbieden:

The logo for JAC, featuring the letters 'JAC' in white on a blue rectangular background.

Hulp bij al je welzijnsvragen: ga langs bij JAC of CAW. Bellen of chatten kan ook via www.JAC.be



CLBchat.be

Vragen over studie (keuze), (mentale) gezondheid, ... Ga langs bij CLB op school. Bellen of chatten kan ook.

The logo for OverKop, featuring the word 'OVER' above 'KOP' in a stylized, bold, blue font.

Een plek om te chillen, leuke dingen te doen en over grote en kleine dingen te praten. Vind een OverKop-huis in je buurt.

**Sinds 2021 kan je ook terecht bij eerstelijns-
psychologen aan een sterk verminderd tarief.**

Als zo'n afspraak is vastgelegd en doorgaat op school, CLB of internaat is het zelfs helemaal gratis.

Online hulp



No-nonsense antwoorden op alle soorten vragen waar je mee zit!
www.watwat.be
Check ook Instagram & TikTok



www.noknok.be is een website voor 12- tot 16-jarigen die je helpt je beter in je vel te voelen. Je vindt er info, tips en oefeningen. Onder "hulp nodig?" vind je info over alle mogelijke hulp.

Telefoon of chat



Bel 102 voor al je vragen!

Vragen over drugs: 078 15 10 20

de druglijn
078 15 10 20
www.druglijn.be



Vragen over geweld: 1712

Vragen over zelfmoord: 1813



Verzamelplek voor gespecialiseerde hulpapps en -websites

TEJO LEUVEN



INFO.LEUVEN@TEJO.BE



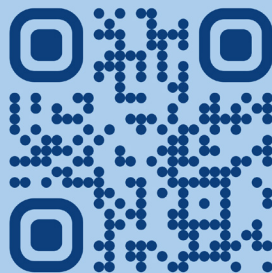
016 96 11 75

WWW.TEJO.BE/CONTACT

VIND ONS OOK OP  EN 



TERVUURSEVEST 176,
3000 LEUVEN



Vanaf het station kan
je bussen 600 of 601
nemen tot aan halte
IJzerenmolenstraat.



TEJO Leuven is een vrijwilligersorganisatie.
Onze werking is mede mogelijk gemaakt
met steun van de stad Leuven.



VU: Linda Van Rompuy, Tervuursevest 176, 3000 Leuven