

# TEJO LEUVEN



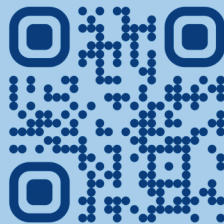
INFO.LEUVEN@TEJO.BE



016 96 11 75  
WWW.TEJO.BE/CONTACT  
VIND ONS OOK OP  EN 



TERVUURSEVEST 176  
3000 LEUVEN



**Vanaf het station kan je bus  
601 nemen tot aan halte  
Kapucijnenvoer.**



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

# 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 ONS TERECHT!**

**TEJO biedt 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:**



**Hulp bij al je welzijnsvragen: ga langs bij JAC of CAW. Bellen of chatten kan ook via [www.JAC.be](http://www.JAC.be)**



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



**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](http://www.watwat.be)

Check ook Instagram & TikTok



[www.noknok.be](http://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

**awel**  
LUISTERT NAAR KINDEREN EN JONGEREN

Bel 102 voor al je vragen!

Vragen over drugs: 078 15 10 20

dedruglijn

1712

BEL OF CHAT  
BIJ VRAGEN OVER GEWELD

Vragen over geweld: 1712

Vragen over zelfmoord: 1813

1813  
zelfmoord

  
onlinehulp-apps

Verzamelplek voor gespecialiseerde hulpapps en -websites