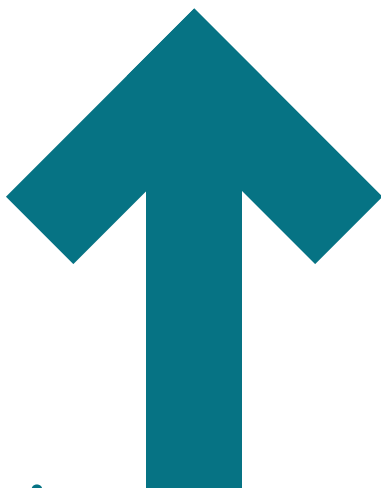


**ZOEK JE EEN UITWEG?  
PRATEN HELPT.**



BEL OF CHAT  
**106**  
TELE-ONTHAAL.BE



'Het doet me goed om er even over te praten. Da's fijn.'

**Telefoon, maandag 08:10**

'Je vragen en antwoorden deden me nadenken. Dat heeft me geholpen.'

**Chat, dinsdag 19:30**



'Het deed me zo'n deugd dat iemand meeleeftde en me begreep.'

**Telefoon, zondag 14:30**

'Als ik typ, vind ik makkelijker de juiste woorden. Dat scheidt orde.'

**Chat, vrijdag 21:30**



**Knip dit bordje uit  
en hang het op!**

Steun deze campagne:  
hang de binnenkant van deze  
flyer op een opvallende plek,  
zoals een echt uitwegbordje.  
Zo toon je mensen dat er  
steeds een uitweg is!

## → Wat is Tele-Onthaal?

Tele-Onthaal, dat zijn stuk voor stuk ervaren vrijwilligers waar jij je verhaal bij kwijt kan. We luisteren naar je, anoniem en in vertrouwen, telefonisch en via chat.

## → Waarvoor kan je bij ons terecht?

Je kan met ons over alles praten. Wat je maar kwijt wil, of wat er ook op je weegt: we zijn er voor jou. Problemen in je relatie, eenzaamheid, boosheid, onmacht of verdriet: daar kan een gesprek echt bij helpen. Als je gewoon de dingen op een rijtje wil zetten, of als je even je hart wil luchten, ben je welkom.

## → Wanneer kan je ons bereiken?

Je kan ons dag en nacht bellen, 7 dagen op 7, via het gratis nummer 106. Bepaalde uren van de dag kan je ook met ons chatten via tele-onthaal.be.

## → Een gesprek levert heel wat op.

Je krijgt onze volledige aandacht en tijd. We luisteren, leven mee en zetten alles met jou op een rijtje. Dat doet vaak al heel veel deugd. Als dat nodig is, verwijzen we je bovendien naar de passende hulpverlening. Contacteer ons gerust: want praten is echt de eerste stap.

**GRATIS EN  
ANONIEM  
24/7**

**BEL OF CHAT  
106  
TELE-ONTHAAL.BE**

V.U. Tele-Onthaal, Leen Devliegere, Roosakker 6, 9000 Gent – Niet op de openbare weg gooien a.u.b.



**ZOEK JE  
EEN UITWEG?  
PRATEN  
HELPT.**

**GRATIS EN  
ANONIEM  
24/7**

**BEL OF CHAT  
106  
TELE-ONTHAAL.BE**