

# TELEFONISCHE HULPDIENSTEN

Organisatie	Uitleg organisatie	Telefoonnummer	Meer informatie?
De Luisterlijn	Heeft u behoefte aan een vertrouwelijk gesprek?	088- 0767 000 24/7 bereikbaar	<a href="http://www.deluisterlijn.nl">www.deluisterlijn.nl</a> chatten en mailen mogelijk
Veilig Thuis	Ervaart u huiselijk geweld en/of mishandeling, bij uzelf of bij naasten?	0800-2000 24/7 bereikbaar gratis bellen	<a href="http://www.veiligthuis.nl">www.veiligthuis.nl</a> chatten mogelijk
MIND Korrelatie	Wilt u advies of hulp krijgen van een psycholoog of maatschappelijk werker?	0900-1450 werkdagen van 9.00 tot 21.00 uur	<a href="http://www.mindkorrelatie.nl">www.mindkorrelatie.nl</a> chatten en app mogelijk
113 zelfmoord preventie	Denkt u aan zelfmoord en wilt u hierover in gesprek?	0800-0113 24/7 bereikbaar gratis bellen	<a href="http://www.113.nl">www.113.nl</a> chatten mogelijk

# TELEFONISCHE HULPDIENSTEN

Organisatie	Uitleg organisatie	Telefoonnummer	Meer informatie?
Centrum seksueel geweld	Heeft u een ongewenste seksuele ervaring gehad en wilt u hierover praten?	0800-0188 24/7 bereikbaar	centrumseksueelgeweld.nl chatten mogelijk
ADF stichting	Heeft u behoefte aan een gesprek en wilt u hulp ontvangen omtrent een angst, dwang of fobie?	0343 – 753009 maandag t/m vrijdag van 9.00-13.30 uur pauze van 11.00 tot 11.30 uur	adfstichting.nl info@adfstichting.nl



**WILT U UW HART LUCHTEN, MAAR KUNT U UW  
VERHAAL AAN EEN NAASTE NIET KWIJT?**