

*Praat
erover.*

113 zelfmoord
• • • •
preventie

Nu hulp nodig?



Chat via 113.nl



Bel gratis 113

Dag en nacht, anoniem en vertrouwelijk

- overleg een keer met één van onze psychologen
- volg online therapietraject
- doe een zelftest of zelfhulp-cursus
- 0800-0113 blijft ook bereikbaar

Meer weten?

Ga naar 113.nl
of scan de QR-code

