



*Te veel hooi op
je vork?*

ck
ages™

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

*Vit het veld
geslagen?*

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

ck
ages™

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™



Is het gras
groener bij de
buren?

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™



tock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

iS
by G

*Willen ze
niet bijten?*

iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

tock

iStock

iS



iStock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

*Staat het
water je tot
de lippen?*

Stock
by Getty Images™

iStock
by Getty Images™

iStock

iStock



Zie je het soms echt niet meer zitten? Of maak je je zorgen om je buurman, collega of maat? Praat erover! Door praten word je nuchterder in je denken en je zult merken dat het opluchting geeft.

Weten hoe? Kijk op [113.nl](https://www.113.nl)

113 zelfmoord
• • • •
preventie



A vertical line on the left side of the page is connected to four horizontal lines that form a writing area for notes.