



Iedereen zit ongetwijfeld met veel vragen in deze hectische en bevreemdende tijden. We zetten graag even op een rij waar je terecht kan met jouw vragen.

**0800 14 689** hier kan je terecht met al je vragen rond **Corona**. Informatie en contactname kan via [info-coronavirus.be/nl/](https://info-coronavirus.be/nl/)

**0800 13 500** : bij het **CAW, Centrum Algemeen Welzijnswerk**, kan je terecht met al je vragen rond welzijn. Zit je niet goed in je vel? Voel je je geïsoleerd of eenzaam en wil je een babbeltje slaan? Heb je meer angsten dan normaal in deze tijden en weet je niet hoe daarmee om te gaan? Heb je het gevoel dat continu samen thuis zitten gevaarlijk kan worden voor jou, je partner of je kinderen? Bel gratis het nummer 0800 13 500. We zijn ook bereikbaar via chat en e-mail [caw.be/contacteer-ons/](https://caw.be/contacteer-ons/)

Dak- en thuislozen of hun verwijzers, kunnen ons ook bereiken via het algemeen nummer 0800 13 500. Onze inloopcentrum- en woonbegeleiders zullen mee helpen zoeken naar oplossingen.



**02/ 613 17 02** : Ook jongeren hebben in de huidige situatie veel vragen en nood aan een gesprek. Het **JAC** blijft jongeren een luisterend oor en een (niet-fysieke) helpende hand bieden. We zetten extra in op digitale gesprekken. Voel je je niet goed in je vel? Slaat de verveling toe? Ergeren je ouders jou? Wil je liever zo weinig mogelijk thuis zijn? Vind je geen structuur? Contacteer JAC via chat, e-mail en telefoon op [jac.be/contacteer-ons/](http://jac.be/contacteer-ons/)



**078 050 038** Crisismeldpunt -18jarigen Vlaams-Brabant. Professionele aanmelders en cliënten kunnen terecht op het crisismeldpunt -18 om consult te vragen bij een acute crisis.

**1712**: Maak je zelf geweld mee? Ben je bezorgd om iemand anders of zit je met een vermoeden van geweld? Heb je ooit geweld meegemaakt en zit het je nog altijd dwars? Ben je bang dat je soms je zelfbeheersing kwijt raakt en iemand ongewenst pijn doet? Ook bereikbaar via chat en e-mail [1712.be](http://1712.be)

**1813**: indien je met zelfmoordgedachten zit, of bezorgd bent om iemand. Ook bereikbaar via chat en e-mail [zelfmoord1813.be](http://zelfmoord1813.be)

**Awel** luistert naar kinderen en jongeren. Bel, mail of chat [awel.be](http://awel.be)

**106 Tele-Onthaal** bel of chat met vrijwilligers, ook buiten kantooruren, via [tele-onthaal.be](http://tele-onthaal.be)

