

Depressiehulp

UITGEVER: CGG De Pont en CGG Kempen



THEMA: Sociaal-Emotioneel Welbevinden

LEEFTIJD: Adolescent (18+)

SUBTHEMA: Emoties en depressie

AANTAL GEBRUIKERS: Zelfhulp

EXTRA UITLEG:

Hier kan je online aan de slag met een professionele hulpverlener wanneer je reeds meerdere weken last hebt van depressieve klachten (je voelt je somber, je piekert veel, je hebt nergens nog zin in, ...). Je wordt gedurende maximum 3 maanden begeleid door een vaste hulpverlener met wekelijkse gesprekken via chat. Je neemt actief deel met behulp van een programma dat aangepast is aan jouw noden. Ter info: registreren is vereist.

WAAR TE VINDEN:

Digitale tool-website

<https://depressiehulp.be/begeleiding>

WIST-JE-DAT:

De online begeleiding is enkel toegankelijk voor Belgen of personen die in België wonen. De minimum leeftijd is 18 jaar.