



# NOOD AAN EEN LUISTEREND OOR?

Weet dat je in deze moeilijke tijden beroep kan doen op je familie, vrienden en omgeving wanneer je het moeilijker hebt. Heb je daarbij ook nood aan een ander luisterend oor?



**Vlaamse  
overheid**

## **Tele-Onthaal**

Via telefoon: is gratis bereikbaar elke dag 24u./24 op het nummer 106

Chat via [www.tele-onthaal.be](http://www.tele-onthaal.be) : elke dag van 18 tot 23u. en woensdag en zondag vanaf 15u.

## **Het CAW**

Via telefoon: is gratis bereikbaar tijdens kantooruren via het nummer 0800/13 500

Via mail en chat: [www.caw.be/contacteer-ons/](http://www.caw.be/contacteer-ons/) (chat van maandag tot vrijdag van 11 tot 20u.)

## **De Ziekenfondsen**

Je kan ook bij je ziekenfonds terecht voor een luisterend oor. Neem telefonisch contact op met je ziekenfonds of neem een kijkje op hun website voor hun aanbod.

