



**Niet lekker  
in je vel?**

Vind **direct** de hulp  
die bij je past

[www.jongerenhulponline.nl](http://www.jongerenhulponline.nl)

**Gratis,  
anoniem  
& snel**

Scan en  
start hier



**Goede hulp** binnen handbereik

Zit je niet lekker in je vel?

Loop je ergens vast?

Ben je somber of gespannen?

Zou je hier over willen praten  
maar weet je niet met wie?

Hoe groot of klein je probleem ook is, waar je ook mee zit of als je gewoon een keer je hart wilt luchten: bij Jongeren Hulp Online vind je **meer dan 20 hulplijnen** die je snel, anoniem en gratis ondersteuning bieden. Via de chat, telefoon of email. Betrouwbaar en professioneel. Ze staan allemaal voor je klaar met een luisterend oor, deskundig advies en handige tips.

Start met zoeken op  
[www.jongerenhulp.nl](http://www.jongerenhulp.nl)