



# Hulplijnen met informatie

Hulplijn	Nummer	Bereikbaarheid	Chat en mail	Info
<a href="#"><u>112</u></a>	<a href="#"><u>112</u></a>	24/7		Landelijk alarmnummer voor spoedeisende situaties
<a href="#"><u>113 zelfmoordpreventie</u></a>	<a href="#"><u>0900-0113</u></a>	24/7	Chatten ook via <a href="#"><u>0900-0113</u></a>	<a href="http://www.113.nl"><u>www.113.nl</u></a> Zelfmoordpreventie
<a href="#"><u>Alcohol infolijn</u></a>	<a href="#"><u>0900-1995</u></a>	Werkdagen 9-17u	Chat en <a href="#"><u>mail</u></a>	<a href="http://www.alcoholinfo.nl"><u>www.alcoholinfo.nl</u></a>
<a href="#"><u>Drugs infolijn</u></a>	<a href="#"><u>0900-1995</u></a>	Werkdagen 9-17u	Chat en <a href="#"><u>Mail</u></a>	<a href="http://www.drugsinfo.nl"><u>www.drugsinfo.nl</u></a>
<a href="#"><u>Hear my voice</u></a>	<a href="#"><u>0800-3200032</u></a>	Werkdagen 9-22u	<a href="#"><u>Mail</u></a>	<a href="http://www.hear-my-voice.nl"><u>www.hear-my-voice.nl</u></a> Luisterend oor door lotgenoten bij huiselijk geweld
<a href="#"><u>Kindertelefoon</u></a>	<a href="#"><u>0800-0432</u></a>	11-21u	Chatten kan ook	<a href="http://www.kindertelefoon.nl"><u>www.kindertelefoon.nl</u></a> Voor kinderen van 8-18 jaar
<a href="#"><u>Labyrint-In Perspectief</u></a>	<a href="#"><u>0900-2546674</u></a>	Wisselend bereikbaar, <a href="#"><u>check rooster.</u></a>	Chatten en e-service kan ook	<a href="http://www.labyrint-in-perspectief.nl"><u>www.labyrint-in-perspectief.nl</u></a> Luisterend oor en advies door ervaringsdeskundige vrijwilligers
<a href="#"><u>Luisterlijn</u></a>	<a href="#"><u>0900-0767</u></a>	24/7	Chatten en mail	<a href="http://www.deluisterlijn.nl"><u>www.deluisterlijn.nl</u></a> Dag en nacht een luisterend oor Door vrijwilligers
<a href="#"><u>Mantelzorglijn</u></a>	<a href="#"><u>030-760 60 55</u></a>	Werkdagen 9-18u	Ook WhatsApp en <a href="#"><u>mail</u></a>	<a href="http://www.mantelzorg.nl"><u>www.mantelzorg.nl</u></a> Vragen over mantelzorg
<a href="#"><u>MIND Korrelatie</u></a>	<a href="#"><u>0900-1450</u></a>	Werkdagen 9-22u	WhatsApp <a href="#"><u>06-13863803</u></a> Werkdagen 9.00-17.30 uur	<a href="http://www.mindkorrelatie.nl"><u>www.mindkorrelatie.nl</u></a> Hulp nodig? Professionele hulpverleners
<a href="#"><u>Veilig Thuis</u></a>	<a href="#"><u>0800-2000</u></a>	24/7		<a href="http://www.veiligthuis.nl"><u>www.veiligthuis.nl</u></a> Advies en meldpunt huiselijk geweld en kindermishandeling
<a href="#"><u>Ypsilon Adviesdienst</u></a>	<a href="#"><u>088-0002120</u></a>	Werkdagen 10-16u	<a href="#"><u>Mail</u></a>	<a href="http://www.ypsilon.org"><u>www.ypsilon.org</u></a> Voor naasten van mensen met psychosegevoeligheid. Door medewerkers Ypsilon.

**MIND-Atlas:** Digitale kaart om allerlei organisaties te vinden: Cliënten- en naastenorganisaties, zelfregie- en herstelinitiatieven, gespecialiseerde landelijke organisaties en lotgenotencontact.

**Naasten in Kracht:** Website met tips en steun voor naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid.