

Klaar voor een eerste stap?
Jij kiest hoe je start.

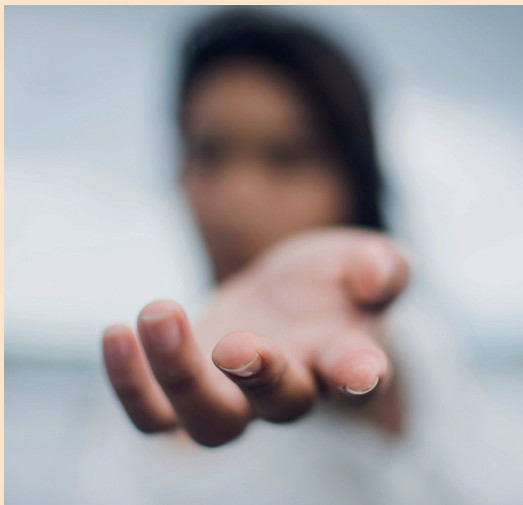
↳ Ga naar

www.angsthulp.be



Nog vragen?

↳ info@angsthulp.be



Angsthulp.be is een initiatief van:

OnlinePsy  Hulp



Online hulp bij angstklachten

↳ Anoniem

↳ Gratis

↳ Professioneel

info

zelfhulp

begeleiding

Voel je je vaak gespannen of angstig?
Twijfel je of deze gevoelens normaal zijn?
Vind je het moeilijk om hulp te zoeken of
gepaste hulp te vinden?

Of je nu al langer last hebt van angst-
klachten of je gewoon vragen stelt:
Angsthulp.be is er voor jou.

www.angsthulp.be



Wat vind je op de website?

- **Zelftest:** krijg inzicht in wat er speelt
- **Info:** voor jezelf en de omgeving
- **Zelfhulp:** werk op eigen tempo,
24u/24u beschikbaar
- **Online chatbegeleiding:** traject van
3 maanden, wekelijks gesprek,
op afspraak
- **Forum:** praat met lotgenoten

Waarom kiezen voor Angsthulp?

- Het kan 100% anoniem
- Helemaal gratis
- Professionele hulp
- Vanuit je thuisomgeving
- Online oefeningen en info
altijd beschikbaar

“Het programma heeft mijn
manier van denken tegen-
over angsten veranderd.
Dat maakt het gevoelsmatig
meer hanteerbaar zo.”

Doe meteen
de zelftest!

