

Wilt u zo snel mogelijk iemand spreken?

Bel de Pandora Depressielijn. U kunt uw verhaal kwijt en u krijgt advies.

Ook De Luisterlijn biedt dag en nacht een luisterend oor via telefoon, e-mail of chat.

Meer hulporganisaties om mee te praten vindt u op de pagina van Omgaan met depressie.

Pandora Depressielijn

Voor iedereen die psychische problemen heeft of gehad heeft.

Bereikbaar: ma t/m do 13.30 - 15.30 uur en 19.00 - 21.00 uur.

0900 612 09 09 (€ 0,05 per minuut)

www.stichtingpandora.nl

De Luisterlijn

Dag en nacht een luisterend oor

0900 07 67 (€ 0,05 per minuut)

www.deluisterlijn.nl

Omgaan met depressie - hulpinstanties

www.omgaanmetdepressie.nl/hulpinstanties

Ziet u het leven niet meer zitten?

Het is niet eenvoudig om iemand te vertellen over gedachten of gevoelens over zelfmoord. Blijf toch praten. Neem contact op met uw huisarts of psycholoog. Ook kunt u voor (anonieme) hulp terecht bij 113 Zelfmoordpreventie. Bij 113 Zelfmoordpreventie werken vrijwilligers en professionele hulpverleners. Ook kunt u op deze website chatten en online therapie volgen. U vindt ook informatie en verhalen van lotgenoten op de website van 113 Zelfmoordpreventie.

Op de website Omgaan met depressie vindt u meer informatie over depressie en verschillende hulporganisaties.

113 Zelfmoordpreventie

Hulplijn

0900 01 13 (€ 0,05 per minuut)

www.113.nl

Omgaan met depressie

www.omgaanmetdepressie.nl

Blijven de klachten en wilt u hulp?

Maak een afspraak met uw huisarts. Of ga langs bij het maatschappelijk werk van Kwadraad. U kunt ook een hulpverlener vinden op de website van Extra zorg Waddinxveen.

Neem contact op met MIND Korrelatie voor anonieme en professionele hulp bij psychische klachten. Op de website vindt u een overzicht van de instanties waar u terecht kunt voor hulp. Ook leest u hier ervaringsverhalen en informatie over psychische klachten.

Huisartsen Waddinxveen

www.wadwijzer.info/huisartsen

Kwadraad - maatschappelijk werk

24 uur per dag telefonisch bereikbaar

Kerkstraat 13

2742 BG Waddinxveen

088 900 40 00

wadwijzer@waddinxveen.nl

www.kwadraad.nl/waddinxveen

Extra zorg Waddinxveen

Zoek op deze website een vorm van hulpverlening die u aanspreekt.

Dorpstraat 120-4

2742 AL Waddinxveen

info@extrazorgwaddinxveen.nl

www.extrazorgwaddinxveen.nl

MIND Korrelatie

Als u met MIND Korrelatie wilt appen, voeg dan het nummer 06 13 86 38 03 toe aan de contacten van uw telefoon en start een gesprek. Bereikbaar: ma t/m vrij 09:00 - 18:00 uur.

0900 14 50 (€ 0,15 per minuut)

vraag@korrelatie.nl

Wilt u er met iemand anders over praten?

Maak een afspraak met uw huisarts. Die kan u verwijzen naar een psycholoog.

Zoek op de website van Extra zorg Waddinxveen naar de hulpverlener die bij u past.

Misschien vindt u iemand in uw geloofsgemeenschap of kerk om mee te praten. U vindt een overzicht van kerken op Waddinxveen Alles Dichtbij.

Huisartsen Waddinxveen

www.wadwijzer.info/huisartsen

Extra zorg Waddinxveen

Zoek op deze website een vorm van hulpverlening die u aanspreekt.

Dorpstraat 120-4

2742 AL Waddinxveen

info@extrazorgwaddinxveen.nl

www.extrazorgwaddinxveen.nl

Waddinxveen Alles Dichtbij - kerken

www.waddinxveenallesdichtbij.nl/kerken

Wilt u meer contact met andere mensen?

U kunt dagelijks terecht in Cultuurhuys De Kroon. Daar vindt u ook bibliotheek De Groene Venen. In zorgcentrum Souburgh zit een restaurant waar u overdag terecht kunt. In het Anne Frank Centrum worden allerlei activiteiten georganiseerd voor ouderen.

Wilt u een creatieve cursus of workshop doen? Die vindt u op Groene Hart Creatief en op Waddinxveen Alles Dichtbij. Of meld u aan bij een sportvereniging. Zo komt u in contact met mensen met dezelfde hobby of interesse. Vraag ook bij uw geloofsgemeenschap of kerk naar activiteiten. U vindt het overzicht van kerken op Waddinxveen Alles Dichtbij.

Groene Hart Creatief

Bij Groene Hart Creatief vindt u creatieve cursussen en workshops door vele verschillende aanbieders in het Groene Hart. Kijk in de agenda op de website voor het actuele aanbod.

info@groenehartcreatief.nl

www.groenehartcreatief.nl

Palet Welzijn - Anne Frank Centrum

Klik op de link Folder Activiteiten voor de weekagenda.

Jan van Bijnenpad 1
2242 VS Waddinxveen

088 023 42 47

info@paletwelzijn.nl

www.paletwelzijn.nl/activiteiten-ouderen

Souburgh

Dit zorgcentrum van Zorgpartners Midden-Holland biedt groepsbegeleiding en dagverzorging.

Openingstijden restaurant: dagelijks 10.00 - 19.00 uur

Prins Bernhardlaan 2
2741 DW Waddinxveen

06 13 08 32 22

marian.degelder@zorgpartners.nl

www.zorgpartners.nl/souburgh

Waddinxveen Alles Dichtbij

Evenementenkalender, locaties en activiteiten voor alle inwoners van Waddinxveen

www.waddinxveenallesdichtbij.nl

Waddinxveen Alles Dichtbij - kerken

www.waddinxveenallesdichtbij.nl/kerken



Wadwijzer is ontwikkeld in opdracht van de **gemeente Waddinxveen**,
in samenwerking met de deelnemende maatschappelijke organisaties.

Over Wadwijzer
