RIZIV

federale overheidsdienst
VOLKSGEZONDHEID,
VEILIGHEID VAN DE VOEDSELKETEN
EN LEEFMILIEU

.be

V.U.: Benoît Collin, Galileelaan 5/01, 1030 Brussel. Verboden om op de openbare weg te goolen.

Hou je (kop)zorgen niet voor jezelf

Praat erover, dat lucht op

Wist je dat je nu kan rekenen op vlot toegankelijke en betaalbare psychologische zorg? Nu en dan eens kopzorgen hebben, is perfect normaal. Maar als je blijft piekeren en er niet uit geraakt met de mensen die je omringen, kan je langs bij een geconventioneerd klinisch psycholoog of orthopedagoog in de eerstelijn. Praat erover, je zal je beter voelen.

De overheid investeert in het betaalbaar en toegankelijk maken van psychologische zorg.

→ **Op de achterzijde lees je er meer over.**

Blijf niet met je (kop)zorgen zitten: praat erover, dat lucht op

1 Op welke hulp mag je rekenen?

Ga je door een moeilijke periode? Zit het even niet mee? Raak je er niet alleen uit? Een goede reden om je meteen te laten omringen en helpen. Reken op de hulp van **een geconventioneerd klinisch psycholoog of orthopedagoog in de eerstelijn.** Met één of meerdere sessies, in groep of individueel, helpen ze je mentaal welzijn weer op te krikken.

2 Hoe krijg je een afspraak?

- **Ga je het liefst zelf op zoek en maak je graag rechtstreeks een afspraak?** Surf dan naar het netwerk geestelijke gezondheidszorg van je regio.
- Praat erover met je **huisarts of een andere zorg- of hulpverlener**. Die werkt nauw samen met een geconventioneerd klinisch psycholoog of orthopedagoog in je buurt.

3 Hoeveel betaal je?

- Je eerste sessie is altijd gratis.
- Daarna stelt de psycholoog of orthopedagoog samen met jou een plan van aanpak op.
- Je betaalt voor vergoedbare sessies **€ 11 per individuele sessie** (€ 4 als je recht hebt op een verhoogde tegemoetkoming) en **€ 2,5 voor een groepssessie**. Het aantal sessies waaraan je kan deelnemen, is beperkt en afhankelijk van je individuele zorgvraag of -nood.
- Consulteer je een klinisch psycholoog of orthopedagoog buiten dit initiatief? Informeer je dan goed over het te betalen bedrag.

Meer info over het netwerk Kempen?
Scan de QR code en surf naar de website van het netwerk.

Nog meer weten?
Scan de QR code en vind meer info op de website van RIZIV.