

Mieke staat niet op de foto's afgebeeld



## Wanneer is hulp van buitenaf raadzaam?

Hier kun je op letten:

- Geen zin meer hebben in hobby's.
- Onverschillig zijn en blijven.
- Moeite hebben met vrienden en meer en meer alleen willen zijn.
- Voortdurend triest en depressief zijn.
- Je niets meer aantrekken van je uiterlijk.
- Heel lang slaapproblemen hebben.
- Geen controle meer hebben over stemmingen.
- Alcohol gaan drinken of drugs gebruiken.
- Jezelf waardeloos voelen.
- Je altijd opgejaagd voelen.

Meer weten? [www.praktijk-sterrekind.com](http://www.praktijk-sterrekind.com)