Qui sommes nous ?

Tu te sens parfois dépassé par tes émotions ou par les situations que tu vis ?

Des changements récents dans ton comportement ou ton humeur t'inquiètent ?

Notre équipe de détection et d'intervention précoce des troubles psychiques ZELIG est là pour t'aider. Nous travaillons avec des adolescents et jeunes adultes de 12 à 21 ans, habitant en Région Bruxelles-Capitale, pour les aider à identifier et à mieux gérer les changements dans leur vie.

Nous contacter
T +32(0)2 555 80 04
M ZELIG.PIJ@hubruxelles.be

Tarifs conventionnés INAMI

HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS BRUSSEL

Hôpital Erasme
Route de Lennik 808 – 1070 Bruxelles
T +32 (0)2 555 31 11
M communication@hubruxelles.be
www.erasme.be

Centre de détection et d'intervention précoce pour adolescents & jeunes adultes
T +32 (0)2 555 80 04
M ZELIG.PIJ@hubruxelles.be

Editeur responsable : Service de communication H.U.B
Hôpital Erasme
Route de Lennik 808 – 1070 Bruxelles
01/2025

HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS BRUSSEL

Centre de détection et d'intervention précoce pour adolescents & jeunes adultes

ZELIG

ZOOM
ÊTRE
LIENS
INDIVIDU
GROUPE

QUE FAISONS NOUS ?

ÉVALUATIONS APPROFONDIES

Nous prenons le temps de t'écouter et de comprendre ce que tu traverses. Nos professionnels sont là pour t'accompagner sans jugement, et t'aider à identifier ce dont tu as besoin.

ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Nous collaborons avec différents spécialistes (psychiatre, psychologue, neuropsychologue, infirmier et éducateur) pour t'offrir un accompagnement complet et répondre à tes besoins.

ORIENTATION VERS DES RESSOURCES LOCALES

Si nécessaire, nous te guidons vers d'autres services ou structures qui peuvent t'apporter une aide complémentaire.

COMMENT ?

- **ATELIERS DE COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES**
  Nos ateliers t'aident à reconnaître ce que tu ressens et à développer des outils pour mieux gérer et exprimer tes émotions au quotidien.
- **ATELIERS DE COMPÉTENCES SOCIALES**
  Améliore tes relations avec les autres en participant à nos activités qui renforcent ta communication, ton empathie et ta capacité à créer des liens agréables avec ton entourage.
- **PSYCHOÉDUCATION POUR TOI & TES PROCHES**
  Comprendre ce qui se passe est essentiel pour mieux vivre les défis du quotidien. Nous offrons des séances de psychoéducation pour t'expliquer ce que tu traverses, et pour aider tes proches à mieux te soutenir.
- **SOUTIEN MULTIDISCIPLINAIRE**
  Si besoin, nous mettons en place un suivi adapté, avec des entretiens individuels réguliers.

"Qui que vous soyez, soyez-le bien"

Abraham Lincoln