



La Rioja



Instituto riojano de la
juventud

irj.es/rhazt

R-HAZ-T

Servicio de orientación psicológica para jóvenes

HAZ-TE CASO

**Pedir ayuda es quererte,
hablemos.**



Servicio gratuito y confidencial

Te apoyamos

Ayuda psicológica personalizada

Te cuidamos

Sala desconecta, tu espacio para relajarte

Te acompañamos

Sesiones online para
gestionar tus emociones

Te diviertes

Descubre el R-HAZ-T Fest

Te entendemos

Compartiremos
preocupaciones

Te enseñamos

Técnicas de relajación

Atención presencial o telefónica

Sala Te Escucho Joven del IRJ

Muro de la Mata, 8. Logroño



651 594 383



escuchojoven.irj@larioja.org

INFÓRMATE





La Rioja



Instituto riojano de la
juventud

irj.es/rhazt

R-HAZ-T

Servicio de orientación psicológica para jóvenes

HAZ-TE CASO

**Pedir ayuda es quererte,
hablemos.**



Servicio gratuito y confidencial

Te apoyamos

Ayuda psicológica personalizada

Te cuidamos

Sala desconecta, tu espacio para relajarte

Te acompañamos

Sesiones online para
gestionar tus emociones

Te diviertes

Descubre el R-HAZ-T Fest

Te entendemos

Compartiremos
preocupaciones

Te enseñamos

Técnicas de relajación

Atención presencial o telefónica

Sala Te Escucho Joven del IRJ

Muro de la Mata, 8. Logroño



651 594 383



escuchojoven.irj@larioja.org

INFÓRMATE

