



Wil je meer weten?

Je hebt een vragenlijst ingevuld over gezondheid, welzijn en leefstijl.

Nogmaals heel erg bedankt!

Wil je met iemand praten?

Als je wil praten met een jeugdarts of jeugdverpleegkundige van Jeugd en Gezin Gooi en Vechtstreek, dan helpen zij je graag. Dit is gratis en vertrouwelijk.

Bel of mail voor contact met een jeugdarts of jeugdverpleegkundige:

- telefoonnummer: **035 - 69 26 350**
- e-mailadres: **info@jggv.nl**
- **www.jggv.nl**

We hebben je vragen gesteld over heel veel onderwerpen. Wil je daar wat meer over weten? **Kijk dan op de sites hieronder:**

JOUWGGD.nl

JouwGGD.nl

Voor filmpjes en tips over allerlei onderwerpen. Bijvoorbeeld over roken, drank en drugs. Ook kun je hier anoniem chatten, elke werkdag van 14:00 - 22:00 uur en in het weekend van 18:00 - 20:00 uur.



Helpwanted

Voor hulp bij online grensoverschrijdend gedrag. Je kunt anoniem contact opnemen met Helpwanted via 020-2615275 of chat op de website.



MIND

Voor als je mentale problemen ervaart, je je zorgen maakt om iemand of als je problemen hebt met anderen. Je kunt bellen, chatten, WhatsAppen en mailen.



Kindertelefoon

Voor als je ergens over wil praten of chatten, gratis en vertrouwelijk. Je kunt bellen naar 0800-0432 en online chatten. Elke dag bereikbaar tussen 11:00 en 21:00 uur.

113 zelfmoord preventie

Stichting 113

Voor hulp bij gedachten over zelfdoding. Je kunt anoniem contact opnemen met Stichting 113 Zelfmoordpreventie via 0800-0113 (24/7 bereikbaar) en via chat op de website.



Jongerenhulp online

Voor als je ergens mee zit of als je gewoon je hart wilt luchten: bij Jongeren Hulp Online vind je meer dan 20 hulplijnen die je snel, anoniem en gratis ondersteuning bieden. Snel, anoniem en gratis hulp, via de chat, telefoon of e-mail.



Sense

Voor al je vragen over seksualiteit.

Natuurlijk kun je ook altijd terecht bij jouw mentor of zorgcoördinator!



GGD
Gooi en Vechtstreek

