



Gezondheidsmonitor Jeugd 2023

Websites met informatie leerlingen



Jongerenhulp online (<https://jongerenhulponline.nl/>)

Voor als je ergens mee zit of als je gewoon je hart wilt luchten (hoe groot of klein je probleem ook is). 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 email.



JouwGGD.nl (<https://www.jouwggd.nl/>)

Met filmpjes en tips voor jongeren over allerlei onderwerpen. Bijvoorbeeld over roken, drank & drugs. Je kunt hier anoniem chatten, elke werkdag 14:00-22:00 uur en in het weekend van 18:00-20:00 uur. Woon je in Capelle aan den IJssel kijk dan ook op CJG Capelle (<https://cjgcapelleaandenijssel.nl/jongeren/>).



MIND (<https://mindkorrelatie.nl/>)

Voor als je mentale problemen ervaart, je je zorgen om iemand maakt of als je problemen hebt met anderen. Bereikbaar via telefoon, chat, WhatsApp en mail.



Stichting 113 (<https://www.113.nl/>)

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



Sense (<https://sense.info/nl/>)

Voor al je vragen over seksualiteit.



Helpwanted (<https://www.helpwanted.nl/>)

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



Website van het NJI (<https://www.nji.nl/onderwerpen/alle-onderwerpen-a-z>)

Voor antwoorden op allerlei vragen en tips.



Kindertelefoon (<https://www.kindertelefoon.nl/>)

Voor als je ergens over wil praten of chatten, gratis en vertrouwelijk. Bereikbaar via telefoonnummer 0800-0432 (ook via chat online). Elke dag bereikbaar tussen 11:00 en 21:00 uur.

