

# Slotpagina

## Gezondheidsmonitor Jeugd 2023

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

**Nogmaals heel erg bedankt!**

### **Wil je met iemand praten?**

Als je wil praten met een jeugdarts of verpleegkundige van de GGD, dan helpen zij je graag. Dit is gratis en vertrouwelijk. Bel of mail voor contact met een jeugdarts of verpleegkundige van GGD regio Utrecht: 033-4600046 of [jeugdgezondheidszorg@ggdru.nl](mailto:jeugdgezondheidszorg@ggdru.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](https://www.jouwggd.nl)

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

#### [MIND](https://www.mind.nl)

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.

#### [Stichting 113](https://www.stichting113.nl)

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.

#### [Sense](https://www.sense.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.

#### [Kindertelefoon](https://www.kindertelefoon.nl)

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.

#### [Jongerenhulp online](https://www.jongerenhulp.nl)

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.



**GEZONDHEIDS  
MONITOR  
JEUGD 2023**