

Slotpagina OKO Gezondheidsmonitor 2025

Je hebt een vragenlijst over gezondheid, welzijn en leefstijl ingevuld.
Nogmaals heel erg bedankt!

Wil je een jeugdarts of jeugdverpleegkundige bij de afdeling Jeugdgezondheidszorg van GGD Zuid-Limburg spreken? Bel ons dan op 088 - 880 5044 of stuur ons een [bericht](#).
Of mail naar: infojgz.westelijkemijnstreek@ggdzl.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](#)

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.

[Website van het NJI](#)

Betrouwbare informatie en praktische tips over alles waarmee je als jongere in je dagelijks leven te maken kunt krijgen.

[Jongerenhulp online](#)

Voor als je ergens meezit of als je gewoon je hart wilt luchten (hoe groot of klein je probleem ook is): snel, anoniem en gratis hulp, via de chat, telefoon of email.

[Kindertelefoon](#)

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.

[MIND](#)

Voor als je mentale problemen ervaart, je je zorgen om iemand maakt of als je problemen hebt met anderen. Bereikbaar op werkdagen via telefoon (0900-1450), mail (hulplijn@wijzijnmind.nl), chat en WhatsApp.

[Sense](#)

Voor al je vragen over seksualiteit. Je kunt contact opnemen via 085-7609712 of via de chat op de website.

[Stichting 113](#)

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.

[Helpwanted](#)

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

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