

Informatie over Bureau Jeugdzorg

Soms voel je je rot, gaat het niet zo lekker thuis, op school of met je vrienden. Misschien voel je je beklemd of kun je niet zo gemakkelijk contact maken. Dat is niet leuk, maar wel normaal, het gaat meestal wel weer over.

Het wordt wel anders als het je te vaak overkomt. Als het langer duurt dan een paar dagen of enkele weken. Wanneer je je steeds bang of onveilig voelt en niet goed weet bij wie je kunt aankloppen, of als je vragen hebt over seksualiteit, drugsgebruik en andere dingen, dan kun je op vele manieren terecht bij Bureau Jeugdzorg.

Kijk op: www.bjzgelderland.nl voor een locatie bij jou in de buurt.

Een persoonlijk gesprek

Het kan zijn dat je thuis, op school of met je vrienden problemen hebt die je boven het hoofd dreigen te groeien en waar je zelf niet uit komt. Of misschien kun je het met jezelf niet goed vinden, zit je niet lekker in je vel. Je kunt dan langskomen of een afspraak maken voor een gesprek.

Soms is een éénmalig adviesgesprek genoeg om je weer op weg te helpen, soms is er meer nodig. Mogelijk vinden we een oplossing in of tijdens een aantal gesprekken met jou alleen of met je ouders erbij.

Misschien is therapie wel zinvol en brengen we je in contact met iemand die je verder kan helpen. In een enkel geval kunnen de problemen zo groot zijn, dat je van een crisis kunt spreken. Dan zullen we direct een oplossing zoeken, bijvoorbeeld door een opvang te zoeken.

Kindertelefoon

Als je nog niet bereid bent om Bureau Jeugdzorg om hulp te vragen, kun je altijd nog anoniem, de kindertelefoon bellen. Ze vinden er niks gek, je kunt alles vragen. Je kan ook bellen als je behoefte hebt om zomaar met iemand te praten over huiswerk, school, verliefdheid, thuis, vakantie, vrienden, of je je wel of niet goed voelt.

Je hoeft dus niet te zeggen wie je bent en je mag ophangen wanneer je wilt. Misschien wil je alleen een luisterend oor hebben, misschien wil je antwoord op een vraag of oplossing voor een probleem. Je bedenkt dan samen, aan de telefoon, wat je het beste kunt doen of waar je heen kunt gaan voor hulp.

Voor de kindertelefoon bel je gratis: 0800-0432 van 14.00 tot 20.00 uur (ook voor mobiele bellers).

Chatten met iemand van de kindertelefoon is ook mogelijk: elke dag van 14.00 tot 20.00 uur. Je kunt dan maximaal een half uur chatten. Kijk op www.kindertelefoon.nl

Als je dringend hulp nodig hebt, buiten de werktijden, kun je bellen naar SOS Telefonische Hulpdienst: 0900-0767.

Tot slot

Heb je vragen of behoefte aan een persoonlijk advies, dan kan je bellen met onze telefoonlijn. Je kan je vragen hier anoniem stellen, maar ook vragen om teruggebeld te worden door je eigen schoolarts/verpleegkundige.

Je vindt het telefoonnummer hieronder.

Telefoonlijn JGZ: 088 - 355 6000 (u komt in een keuzemenu)
Bereikbaar op werkdagen van 09:00 - 12:00 uur en 13:00 - 17.00 uur

Internet: www.vggm.nl/ggd/jeugdgezondheidszorg