

Informatieve sites voor Jongeren

Informatie over meerdere onderwerpen

www.jouwGGD.nl ((anoniem) chat, advies, tips)
www.kindertelefoon.nl ((anoniem) chat, bellen)
www.jip.org (tips, advies, eigen app)
www.infovoorjou.nl
www.testjeleefstijl.nl (testjes + normen)
<https://jongeren.chris.nl> (christelijke achtergrond)

Gezondheid, ziekte en zorg

www.thuisarts.nl (online huisarts)
www.cyberpoli.nl (allerlei chronische ziekten)
www.jouwGGD.nl ((anoniem) chat, advies, tips)
www.apotheek.nl (zelfzorg)
www.brainwiki.nl (ADHD, angst, gedragspr etc)
www.propersonajeugd.nl (riagg, ggz)
www.balansdigitaal.nl (ADHD, Autisme, dyslexie ed)
www.kenniscentrumbedplassen.com (bedplassen)
www.scoliose4you.nl (scoliose, forum)
www.sugarkids.nl (diabetes, suikerziekte)
www.zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl (suikerziekte)
www.kankerspoken.nl (kanker en gevolgen)
www.irisz.nl (verslavingszorg, onderdak, advies, chat)
www.kinderen.klublangemensen.nl (lange mensen)
www.huidinfo.nl (oa acne/puistjes, blozen, zweten, allergie)
www.gootplugin.nl (gehoorbescherming, oordopjes)
www.oorcheck.nl (test je gehoor, gehoorbescherming)

Slapen (kijk ook bij de gezondheid-sites!)

www.slaapstoornissen.nl (test, tips, ZH Ede)
slimslapen.nl (jongerentest, quiz, online hulp)
www.slaaptest.nl (tips & test)

Voeding, gewicht en beweging

www.voedingscentrum.nl (alles over voeding)
www.kijkopgezond.nl (voeding, beweging, oefeningen)
www.99gram.nl (eten, gewicht, uiterlijk)
www.sportdietetiek.nl (sport en voeding)
www.allesoversport.nl (sport, voeding, tips, bewegen)
www.fitkids.nl (sporten met een chronische aandoening)
www.weet.info (eetstoornissen, test, hulp)
www.proud2Bme.nl (eetstoornissen)
www.anorexiajongens.nl (eetstoornissen)

Somber / depressie / krassen / gedoe

www.overjekop.nl (test, tips, chat)
www.gripopjedip.nl (tips, test, cursus, online hulp)
www.depri-en-dan.nl (leven in twee culturen, test, advies)
www.pratenonline.nl (tips, chat, online hulp)
www.jouwggd.nl (tips, chat, mail, ook anoniem)
www.jongerenhulponline.nl (waar kan je terecht)
www.mindmasters.nl (advies, test; chat, whatsapp, e-hulp)
www.brainwiki.nl (depressie,)
www.113.nl (e-hulp, zelfdoding, chat)
www.zelfbeschadiging.nl (snijden, krassen, e-hulp, tips)
www.sameninmijnschoenen.nl (zelfbeschadiging, hulp, omstanders)
www.kopstoring.nl (ouders met psych. probl.)
www.bibbers.nl (angst, dwang; tips, hulp)

Scheiding

www.villapinedo.nl (steun, tips, forum app)
www.jongehelden.nl (scheiding; info, rechten, etc)
www.ouders-uit-elkaar.nl (info, rechten, etc)
www.kiesvoorhetkind.nl/jongere (KIES, info, tips etc)

Mishandeling, geweld en grenzen

www.voorevenveiligthuis.nl (huiselijk geweld, hulp)
www.kindermishandeling.nl
www.feel-the-vibe.nl (huiselijk geweld)
www.stukonline.com (filmpjes ed over mishandeling)
www.sense.info (klik op 'seks tegen je zin', seksueel geweld)
www.jbgld.nl (jeugdbescherming Gelderland)
www.slachtofferhulp.nl (ook verkrachting, aanranding, loverboy)
www.goetfoud.nl (lich., seks., huiselijk geweld; filmpjes, testjes)
www.melduitbuitingminderjarigen.nl (afpersing bij seks, drugs etc)

<https://scholieren.nibud.nl> (jongeren en geld, bijbaan, kleedgeld etc)

School

www.scholieren.com
www.lereniseenmakkie.nl (tips, trucs, mindmaps etc)
www.balansdigitaal.nl (klik op: dyslexie, dyscalculie)
www.impulsenwoortblind.nl (dyslexie, dyscalculie)

Hoogbegaafdheid

www.choochem.nl
www.hiq.nl
www.pienter.eu

(Faal)angst

www.faalangst.nl (tips, advies, online cursus, (rij)examenangst)
stopjeangst.nl (allerlei angsten, fobie, dwang, PTSS + hulp)
www.bibbers.nl (angst, dwang; tips, hulp)

Pesten

www.pestweb.nl (ook digitaal pesten, gepest worden, zelf pesten)
www.bibbers.nl (pesten, gepest worden; tips, mail)

Internet (misbruik) en grenzen

www.digitalebalans.nl (hou je schermgebruik in balans)
www.helpwanted.nl (info, tips, aangifte & chat)
www.meldknop.nl (pesten, seks, misbruik, aangifte)
www.vraaghetdepolitie.nl (alles over veiligheid; chat, info)
internetsporen.nl (online bewijsmateriaal veilig stellen)

Liefde, seks, gender

www.sense.info (informatie, soa, voorb.middel, hulp, chat, grenzen)
www.seksualiteit.nl (informatie, tips, grenzen, geweld)
www.anticonceptievoorjou.nl (welke anticonceptie past bij jou?)
www.iedereenisanders.nl (homo,lesbo, bi, transgender)
www.transgenderinfo.nl (gender, info, praktisch, community)
www.outway.nl (homo, transgender, LHBT+)
www.homoinfo.nl (coming out)
www.jongenout.nl (LHBTI, chat, bijeenkomsten, forum)
www.genderpraatjes.nl (gendervragen, chat met lotgenoten)
www.contrario.nl (christen & homo)
<https://jongeren.chris.nl> (christelijke achtergrond)
www.mildredclinics.nl (abortus, voorb.middel)
www.fiom.nl (onbedoelde zwangerschap & afstammingsvragen)
www.tienermoeders.nl

Alcohol, Drugs, Roken en Gokken en hulp

www.happydrinks.nl (alcoholvrij met een kick)
www.alcoholinfo.nl (tips, uitleg, kennis, hulp, chat)
www.jellinek.nl (alcohol en drugs, hulp, kennis)
www.wietcheck.nl (test je wiet-gebruik, tips, advies)
www.drugskompas.nl (uitleg, test je gebruik, hulp, chat, whatsapp)
www.drugsinfo.nl (tips, uitleg, kennis, hulp, chat; drugsdancer)
www.rokeninfo.nl/jongeren (tips, uitleg, kennis, hulp, chat)
www.quiddy.nl (app die je helpt te stoppen met roken, 16+)
www.uquit.nl (programma dat je helpt om te stoppen met roken)
www.gameinfo.nl (info, advies, kennis, hulp, chat)
www.irisz.nl (hulp bij (game)verslaving)
<https://kentra24.nl> ((game)verslaving, chat, online hulp)
www.drankjewel.nl (kind van alc. ouders)
www.helpmijndierbareisverslaafd.nl (voor fam/vrienden van verslaafden)
www.bekijkhetnuchter.nl (alcohol en drugs, filmpjes, LVB)

Psycho / Gedrag / Angst / gedoe

www.overjekop.nl (psych. problemen, verhalen, chat)
www.brainwiki.nl ((psych) problemen, test jezelf, online hulp)
www.balansdigitaal.nl (adhd, add, gedragsproblemen etc)
www.bibbers.nl (angst, dwang, pesten)
www.mindmasters.nl (check jezelf en vraag advies)
www.ikbenverlegen.nl (klik op jongeren)
www.kopstoring.nl (ouders met psych. probl.)
www.brusjes.nl (broer/zus van kinderen met een ziekte of handicap)
www.jong-zorgen.nl (jonge mantelzorgers, gezinslid met gedoe)
www.familievan.nl (fam van iemand met psych. problemen, online hulp)
www.basictrust.com (hechtings- en adoptie-problemen)

Rouw / Verdriet

www.adrwest.nl/forum (achter de regenboog, forum)
www.jongehelden.nl (rouw; klik op 'voor jonge helden')
www.in-de-wolken.nl (boeken, filmpjes, info vers.culturen)