

## Blijf er niet mee lopen

Als je je niet goed voelt, is het fijn om met iemand te praten waar je je op gemak voelt. Op school is dat meestal je mentor, maar het kan ook een andere docent zijn. Heb je te maken met grensoverschrijdend gedrag op school en wil je in vertrouwen met iemand praten, dan zijn er ook twee vertrouwenspersonen waar je terecht kan: Rens Hoefnagels [r.hoefnagels@olympuscollege.nl](mailto:r.hoefnagels@olympuscollege.nl) of Harriët Adriaanse [h.adriaanse@olympuscollege.nl](mailto:h.adriaanse@olympuscollege.nl)

Wil je liever praten met iemand buiten school? Of ben je op zoek naar meer informatie over een onderwerp? Hieronder vind je meer informatie:

<b>Gescheiden ouders</b>	Villa Pinedo is een online platform waar jongeren met gescheiden ouders informatie, tips en ondersteuning kunnen vinden over allerlei onderwerpen. <a href="https://www.villapinedo.nl/">https://www.villapinedo.nl/</a>
<b>Huiselijk- en relationeel geweld</b>	Ben je thuis in gevaar? Dan biedt Moviera veilig, vrijwillig onderdak in de opvang aan vrouwen, mannen, non-binaire personen en kinderen. <a href="https://www.moviera.nl/">https://www.moviera.nl/</a>
<b>Misdaad</b>	Weet jij iets over criminele activiteiten? Heb je iets gezien of herken je iemand op beelden? Dan is dat waardevolle informatie die er toe kan leiden dat daders worden opgespoord en criminaliteit wordt gestopt. Meld het anoniem: <a href="https://www.meldmisdaadanoniem.nl/">https://www.meldmisdaadanoniem.nl/</a>
<b>Soa</b>	Vermoed je dat je een soa hebt? Je kunt je laten testen bij de huisarts of bij een kliniek. Ook kun je anoniem om advies vragen. <a href="#">Afspraak maken voor een soa-test   GGD Gelderland-Midden (ggdgm.nl)</a> <a href="#">Apotheek Presikhaaf arnhem   Soapoli-online.nl</a> <a href="#">Geslachtsziekte en SOA   Rutgershuis-Oost Arnhem</a>
<b>Eetstoornis</b>	<a href="#">Proud2Bme - Online hulp voor iedereen met een eetstoornis</a>
<b>Geldzorgen</b>	<a href="#">Geldzorgen? Hier krijgt u hulp en ondersteuning - Gemeente Arnhem</a> <a href="#">Stichting Leergeld   Startpagina (leergeldarnhem.nl)</a>
<b>Hulp chat</b>	Hier kun je anoniem chatten met een van de hulpverleners. Zij luisteren, geven advies en helpen je eventueel verder. Maak je je bijvoorbeeld zorgen om een ander, voel je je onveilig of zit je ergens mee. <a href="#">Fier - Bescherming. Behandeling. Toekomst.</a>
<b>Jongeren centrum</b>	Stedelijk Jongeren centrum De Madser (naast winkelcentrum Kronenburg) is een centrum voor alle jongeren uit Arnhem. Er is van alles te doen op het gebied van talentontwikkeling en vrije tijdsbesteding. <a href="#">Jongeren centrum De Madser   Welkom bij Rijnstad</a>
<b>Niet lekker in je vel?</b>	De luisterlijn: de luisterlijn is bereikbaar voor mensen die behoefte hebben aan een vertrouwelijk gesprek. <a href="https://www.deluisterlijn.nl/">https://www.deluisterlijn.nl/</a> Kindertelefoon: de kindertelefoon kan je gratis en vertrouwelijk praten over onderwerpen die je niet durft, kunt of wilt bespreken in je eigen omgeving. Bel of chat gratis met de kindertelefoon. Elke dag van 11.00 tot 21.00 uur. 0800-0432.
<b>Zelfmoord gedachten</b>	113: stichting 113 Zelfmoordpreventie is de nationale organisatie voor preventie van suïcide. Praat vandaag nog met iemand. Bel 0800-113 of chat met iemand via <a href="https://www.113.nl/">https://www.113.nl/</a>
<b>Middelen gebruik</b>	Alcoholinfo: 0900-1995, <a href="https://www.alcoholinfo.nl/">https://www.alcoholinfo.nl/</a> Drugsinfo: 0900-1995, <a href="https://www.drugsinfo.nl/">https://www.drugsinfo.nl/</a> Gameninfo: 0900-1995, <a href="https://www.gameninfo.nl/">https://www.gameninfo.nl/</a> Rokeninfo: 0900-1995, <a href="https://www.rokeninfo.nl/">https://www.rokeninfo.nl/</a> Ikstopnu: 0800-1995, <a href="https://www.ikstopnu.nl/">ikstopnu.nl</a> - Stoppen met roken - Tips en motivatie 📞 0800-1995
<b>Seksuele gezondheid &amp; identiteit</b>	Hier vind je informatie over seksuele gezondheid en rechten. <a href="#">Rutgers – Seksuele gezondheid en rechten voor iedereen</a>

