



Gepubliceerd op Midden-Groningen 26-06-2019 11:44 (<https://hulpwijzer.midden-groningen.nl>)

[Hulpwijzer Midden-Groningen](#) > [Jeugd en gezin](#) > [Puber](#) > [Opvoeden van een puber](#)

Wilt u meer weten over het opvoeden van uw puber?

Kijk voor tips op de websites Puber van Nu of J/M Ouders. Of neem contact op met de GGD of het Sociaal Team. Zij weten waar u terecht kunt met uw vragen over het gedrag en de ontwikkeling van uw kind.

GGD Groningen

Hanzeplein 120

9713 GW Groningen

050 367 400 00

hulpverleningsdienst@groningen.nl

www.ggd.groningen.nl

Sociaal Team

www.midden-groningen.nl/sociale-teams

Puber van Nu

www.pubervannu.nl/ouders

J/M Ouders - pubergedrag

www.jmouders.nl/pubergedrag

Zit uw kind met vragen of problemen waar u geen antwoord op weet?

Voor kinderen en jongeren tot 18 jaar is er de Kindertelefoon. Pubers en jongvolwassenen kunnen terecht bij De Luisterlijn.

Ook op JouwGGD vinden jongeren antwoord op vragen over lichaam, gevoel en dingen waar ze thuis liever niet over praten. Hier kunnen ze ook chatten en mailen met deskundigen.

Jouw GGD

www.jouwggd.nl

Kindertelefoon

Bij De Kindertelefoon werken vrijwilligers, die aan kinderen en jongeren de mogelijkheid bieden om in vertrouwen te praten over een probleem. Kinderen krijgen advies, informatie en ondersteuning.

[0800 04 32](tel:08000432)

www.kindertelefoon.nl

De Luisterlijn

Dag en nacht een luisterend oor

[0900 07 67](tel:09000767) (€ 0,05 per minuut)

www.deluisterlijn.nl

Gaat het om seksualiteit en relaties?

Op jouwGGD vinden jongeren ook antwoord op vragen over seksualiteit en relaties.

Jouw GGD

www.jouwggd.nl

Gaat het over drugs, alcohol, roken of gamen?

Jongeren kunnen terecht op de websites Drugsinfo, Drank en drugs en Drugs en uitgaan. VNN heeft speciale informatie voor jongeren op de website. Wilt u informatie hoe u hiermee om kunt gaan? Kijk op de website Hoe pak jij dat aan.

Verslavingszorg Noord Nederland (VNN)

Hulp bij problemen met alcohol, drugs, gokken of gamen.

VNN heeft een polikliniek in Groninge, Hoogezand en Winschoten.

[088 234 34 34](tel:0882343434)

www.vnn.nl

VNN - jongeren

Verslavingszorg Noord Nederland zet zich in voor andere jongeren die problemen ondervinden als gevolg van een verslaving. Verslaving op het gebied van alcohol, drugs, tabak, gokken of gamen.

088 234 34 34

www.vnn.nl/jongeren

Praten met uw kind

Gratis online cursus over praten met uw kind over gevoelige onderwerpen zoals alcohol, roken, seks, voeding, blowen en veiligheid.

www.pratenmetuwkind.nl

Drank en drugs.nl

www.drankendrugs.nl

Drugs en uitgaan

www.drugsenuitgaan.nl

Drugs Info Team

www.drugsinfoteam.nl

Zoekt u hulp bij het opvoeden?

Een opvoedcursus helpt u om uw kinderen zo goed mogelijk te laten opgroeien. Informeer bij de GGD of een thuiszorgorganisatie naar een opvoedcursus.

Of neem contact op met het Sociaal Team en vraag waar u hulp kunt krijgen.

Sociaal Team

www.midden-groningen.nl/sociale-teams

GGD Groningen

Hanzeplein 120

9713 GW Groningen

050 367 400 00

hulpverleningsdienst@groningen.nl

www.ggd.groningen.nl

Maakt u zich zorgen over het gedrag van uw puber?

Vraag advies op maat. Maak een afspraak bij de GGD of Elker Jeugd- en Opvoedhulp. Of neem contact op met het Sociaal Team. Zij kunnen u doorverwijzen naar specialistische hulp.

GGD Groningen

Hanzeplein 120
9713 GW Groningen
050 367 400 00
hulpverleningsdienst@groningen.nl
www.ggd.groningen.nl

Sociaal Team

www.midden-groningen.nl/sociale-teams

Elker Jeugd- en Opvoedhulp

Elker helpt kinderen, jongeren en gezinnen in de provincie Groningen.

050 523 94 94
info@elker.nl
www.elker.nl

Gaat het om grensoverschrijdend gedrag?

Neem contact op met de GGD of het Sociaal Team. Zij kunnen u doorverwijzen naar deskundige hulp.

Sociaal Team

www.midden-groningen.nl/sociale-teams

GGD Groningen

Hanzeplein 120
9713 GW Groningen
050 367 400 00
hulpverleningsdienst@groningen.nl
www.ggd.groningen.nl

Hulpwijzer is ontwikkeld in opdracht van de [gemeente Midden-Groningen](#).

[Over Hulpwijzer Midden-Groningen](#)
