



# CHECK JE GEZONDHEID

## Gezondheidscheck op school

Binnenkort komen we bij jou in de klas voor een gezondheidsonderzoek. Je vult de digitale vragenlijst 'Jij en je gezondheid' in. Hierin staan vragen over gezondheid, eten, beweging en of je lekker in je vel zit.

## Hoe gezond ben jij?

Na het invullen van de vragenlijst krijg je meteen een paar adviezen. Je kunt dan doorklikken naar betrouwbare websites met advies en informatie. Afhankelijk van je antwoorden, of omdat je aangeeft dat je vragen hebt, word je soms nog uitgenodigd voor een persoonlijk gesprek met de jeugdverpleegkundige van jouw school. Zo kun jij je vragen of zorgen rustig bespreken.

## Jouw verhaal is veilig!

Alleen de jeugdverpleegkundige ziet de antwoorden die jij invult. Ook het persoonlijk gesprek is vertrouwelijk. Alleen in overleg met jou informeren we je ouder(s)/verzorger(s) en eventueel de school (als dat gewenst is).

## Vragen?

Heb je vragen? Wil je vooraf al contact met de jeugdarts of jeugdverpleegkundige van jouw school? Neem dan contact op met [jeugdgezondheidszorg@ggdwestbrabant.nl](mailto:jeugdgezondheidszorg@ggdwestbrabant.nl).

## MEER WETEN OVER DE GEZONDHEIDSCHECK?

Op YouTube kun je een introductiefilmpje vinden over 'Jij en je gezondheid'. Je kunt ons ook al je vragen stellen tijdens de afname van de digitale vragenlijst in de klas. Scan de QR-code hiernaast voor de video.



## Chatten over je gezondheid

Wil je meer weten over jouw gezondheid, lichaam of gevoel? Zoek je tips of goede ideeën om gezonder te leven en beter in je vel te zitten? Kijk dan ook eens op [www.jouwggd.nl](http://www.jouwggd.nl)

Je kan op deze site ook anoniem chatten of mailen met een jeugdarts of jeugdverpleegkundige.