Hey, jij daar!

Voelt er iets niet goed?

Of wil je gewoon even praten?

Er is altijd iemand voor jou.

Met wie praat jij het liefst?



Als je in een pleeggezin woont, kan er soms iets zijn waar je mee zit. Misschien ben je boos, verdrietig of snap je iets niet. Dat mag je zeggen. Je mag erover praten, altijd! Denk bijvoorbeeld aan:

Iemand die je kent

Je kunt praten met iemand die je vertrouwt. Bijvoorbeeld je pleegouders, een tante, je juf of meester, je mentor, of de moeder van een vriend of vriendin. Iemand die naar je luistert en er gewoon voor je is. Waarmee je kunt praten over dingen waar je mee zit of gewoon omdat je je niet fijn voelt.

Heb je geen telefoon, of snap je het niet?

Vraag een volwassene om samen mee te kijken.

Een vertrouwenspersoon van Jeugdstem

Je kunt ook praten met een vertrouwenspersoon van Jeugdstem. Misschien snap je iets niet over de hulp of zorg die je krijgt. Of voelt iets niet goed of niet eerlijk.

Een vertrouwenspersoon:

- luistert naar jou
- legt uit wat jij mag weten en zeggen
- helpt je als je iets wil veranderen

