Opvoeden in Waddinxveen doe je niet alleen

Snel vinden waar je terechtkunt

Voor gezinnen, ouders en verzorgers



Maak je je weleens zorgen over je kind?

Loop je tegen iets aan in de opvoeding?

Of zoek je informatie, advies of een steuntje in de rug?

Dit gidsje biedt informatie, advies en steun voor ouders en verzorgers.

WADWIJZER INFO

Opvoeden doe je samen

Maak je je weleens zorgen over je kind? Of loop je tegen iets aan in de opvoeding? Je bent niet de enige.

Kijk naar wat goed gaat. Wat helpt je kind? Praat erover met je kind en wat kun je samendoen om dat te versterken?

Soms helpt een kleine verandering al. Je kunt ook informatie zoeken, een cursus volgen of praten met iemand die je vertrouwt. Denk aan familie, vrienden, andere ouders of de leerkracht van je kind.

Heb je behoefte aan meer hulp of advies? Wacht dan niet tot een probleem groter wordt. In Waddinxveen zijn verschillende organisaties en plekken waar je terechtkunt met vragen over opvoeden en opgroeien.

In dit gidsje vind je informatie over deze organisaties en steunpunten. Je kunt er terecht voor informatie, advies, een gesprek of extra ondersteuning. Samen kijken naar wat er speelt en wat kan helpen, is vaak een goede eerste stap.

Inhoud

Eerst zelf kijken **4**
Kansrijke Start & CJG Waddinxveen 4
Groeigids 5

Lichte steun dichtbij **6**
Wadwijzer 6
Gro-up Jeugd- en jongerenwerk 7
M.A.D. Waddinxveen 8
Mentorproject Waddinxveen 9
Schoolmaatschappelijk werk 9

Als meer hulp nodig is **10**
Huisarts & jeugdhulp 10
Veilig Thuis & spoedhulp 11
Jeugd Preventieteam, Halt & Brijder Preventie 12

Extra steun **13**
KernKracht & Stichting Leergeld 13
Twijfel je waar je moet beginnen? 15



Opvoeden in Waddinxveen doe je niet alleen is een uitgave van Wadwijzer en CJG Waddinxveen

Kansrijke Start

De eerste 1.000 dagen van een kind zijn belangrijk voor een gezonde ontwikkeling. Dit begint al vóór de geboorte. Kansrijke Start helpt (aanstaande) ouders als er bijvoorbeeld stress, geldzorgen of gezondheidsproblemen zijn. Ben je zwanger of heb je een baby en maak je je zorgen? Bijvoorbeeld over geld, gezondheid, stress of je thuissituatie? Dan kun je hier ondersteuning krijgen.

Pharos
Eerste 1.000 dagen
Pharos

CJG Waddinxveen

Van zwangerschap tot 18 jaar

Het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) is er voor ouders, kinderen en jongeren.
Heb je vragen over opvoeden en opgroeien? Of twijfel je of je kind zich goed ontwikkelt? Je kunt zelf contact opnemen met het CJG.

Je kunt bij ons terecht met vragen over:
- gezondheid en ontwikkeling
- voeding en slapen
- gedrag en emoties
- opvoeden en opgroeien
- puberteit

Ook voor spreekuren, workshops, cursussen en opvoedadvies kun je bij ons terecht.

centrum voor jeugd en gezin
Waddinxveen

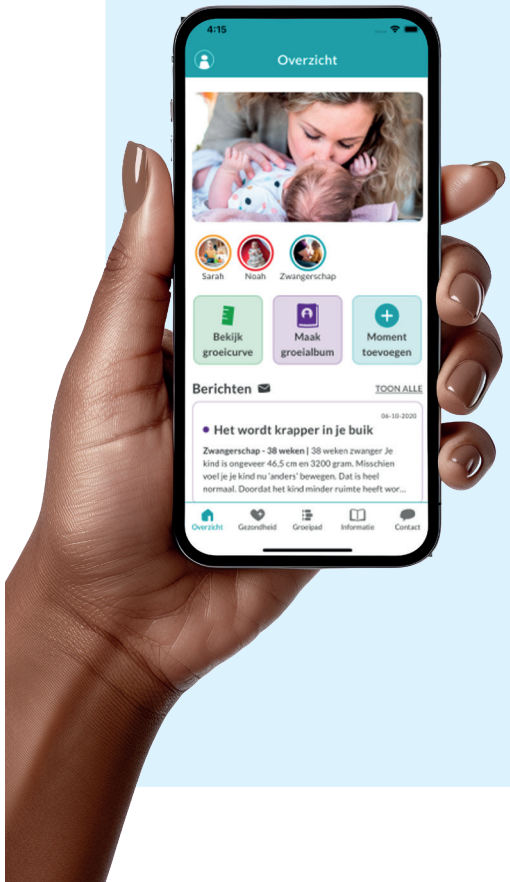
Kerkstraat 13,
Waddinxveen

Zelf contact opnemen?
Bel 088 – 254 23 84
of kijk op cjgwaddinxveen.nl

Bezoek de website voor meer informatie

Groeigids

GroeiGids geeft betrouwbare informatie over de ontwikkeling, gezondheid en opvoeding van je kind. Van zwangerschap tot de puberteit.



GroeiGids App

Dé app voor alle (aanstaande) ouders. Volg met de GroeiGids app de groei en ontwikkeling van jouw kind. Vanaf de zwangerschap tot 18 jaar. Ontvang berichten met informatie en tips die passen bij de leeftijd van je kind of fase van je zwangerschap.

Je kunt de app gratis downloaden. Al meer dan 200.000 ouders maakten gebruik van onze app.

ONTDEK HET OP Google Play

Download in de App Store

Wadwijzer

Heb je een vraag of maak je je ergens zorgen over? Bij Wadwijzer kun je terecht voor informatie, advies en hulp. Hier kun je terecht met allerlei vragen over het dagelijks leven. Bijvoorbeeld over opvoeden en opgroeien, zorg en gezondheid, geld en schulden, wonen en welzijn of steun en hulp bij jou in de buurt.

Bij Team Wadwijzer werken verschillende specialisten:

De pedagogen helpen ouders en verzorgers van kinderen in de leeftijd van 0–18 jaar met opvoedvragen.

Schoolmaatschappelijk werk biedt ouders en kinderen op alle basisscholen in Waddinxveen kortdurende ondersteuning bij vragen over school en welzijn.

Maatschappelijk werk ondersteunt bij relatie- en gezinsproblemen, ruzie of geweld, verlies en rouw, financiële zorgen en moeizaam contact met instanties.

Zorgt een kind of jongere mee voor een familielid? De coördinator mantelzorg Waddinxveen biedt informatie en advies over ondersteuning.

Wadwijzer
Inloopspreekuren,
zonder afspraak

- **Maandag:**
  10.00–11.00 uur
  Zonnig Zuid
- **Maandag:**
  15.30–16.30 uur
  Kerkstraat 13
- **Donderdag:**
  13.00–14.00 uur
  Wingerd 45
- **Vrijdag:**
  10.00–11.00 uur
  Bibliotheek

WADWIJZER INFO



Gro-up Jeugd- en Jongerenwerk

Heeft je kind behoefte aan contact met andere jongeren of wil het meedoen aan leuke activiteiten? Kinderen en jongeren van 10 tot 23 jaar kunnen terecht bij de jongeren- en buurtwerkers van gro-up.

Voor ouders en verzorgers
Heb je een vraag, maak je je ergens zorgen over of wil je gewoon even praten? Je bent welkom tijdens het ouderspreekuur. Dit is elke eerste woensdag van de maand van 19.30 tot 20.30 uur.

Verzamelgebouw Wereldwijd, Mauritslaan 55

Kijk op de site van gro-up Waddixveen voor meer informatie



M.A.D. Waddinxveen

M.A.D. is er voor jongeren die hun talenten willen ontdekken, anderen willen ontmoeten en iets willen doen voor een ander. Je kunt er meedoen aan activiteiten of Maatschappelijke Diensttijd (MDT) doen.

Bij M.A.D. ontdek je samen met andere jongeren waar je goed in bent én hoe je daarmee iets kunt betekenen voor een ander. Of je nu creatief bent, graag organiseert of liever praktisch bezig bent: er is ruimte voor jouw ideeën, talent en ontwikkeling. Wil je investeren in je toekomst?
Bij M.A.D. kun je ook je MDT (Maatschappelijke Diensttijd) doen. Daarnaast is M.A.D. een gezellige en laagdrempelige community waar je nieuwe mensen ontmoet, samen activiteiten onderneemt en verschil maakt in Waddinxveen.

Kijk op deze site wat bij jou past. Hopelijk zien we je snel!



Mentorproject Waddinxveen

Voor leerlingen die extra steun kunnen gebruiken bij de overstap van groep 8 naar de middelbare school.

Een vrijwillige thuismentor:

- helpt met plannen en schoolwerk
- biedt een luisterend oor
- helpt het zelfvertrouwen te vergroten
- is ongeveer 1 uur per week beschikbaar

Kijk voor meer informatie op deze website



Steunouder Waddinxveen

Een steunouder biedt een kind een paar uur per week een fijne, vertrouwde plek en geeft jou als ouder wat ruimte.

Zo krijg je even tijd voor jezelf, werk of anderce zaken, terwijl je kind bij een betrokken steunouder is. Kun je als ouder soms wel wat extra steun gebruiken? Of heb je juist een plekje over in je hart, huis en gezin om een ander gezin te ondersteunen?

Kijk voor meer informatie op deze website

Huisarts

Maak een afspraak met de huisarts als je je zorgen maakt over je kind of jongere, bijvoorbeeld bij gedrag, emoties, somberheid, schoolproblemen of spanningen thuis.

De huisarts kijkt samen met jou welke hulp nodig is. Soms kan de praktijkondersteuner jeugd (POH Jeugd) met je meedenken en gesprekken voeren.

Is specialistische jeugdhulp nodig?
Dan kan de huisarts doorverwijzen.



Jeugdhulp

Als lichte hulp niet genoeg is, kan meer of gespecialiseerde hulp nodig zijn. Bijvoorbeeld bij ernstige gedragsproblemen, psychische problemen of problemen binnen het gezin.

Je hoeft zelf niet uit te zoeken welke hulp past. Het CJG, Wadwijzer of de huisarts kan met je meedenken over de volgende stap.

Gemeente Waddinxveen 14 0182

Veilig Thuis Hollands Midden

Maak je je zorgen over huiselijk geweld of kindermishandeling?
Ook als je het niet zeker weet, kun je advies vragen.

Veilig Thuis:
- luistert naar je verhaal
- geeft advies
- kijkt samen met jou wat nodig is
- helpt om de situatie veiliger te maken

Kijk op de site van Veilig Thuis Hollands Midden voor meer informatie

VEILIG THUIS HOLLANDS MIDDEN

Je kunt Veilig Thuis ook bellen als je je zorgen maakt over iemand anders.

0800 – 2000 Veilig Thuis Hollands Midden

Heb je met spoed hulp nodig?

- **Heb je een dringende vraag over je kind die niet kan wachten? Zijn jij of je kind niet veilig? Is er sprake van een crisissituatie thuis? Bel Kwadraad: 088 - 900 4000**
- **Is er direct gevaar? Bel: 112**

088 - 900 4000 Kwadraad

Jeugd Preventie Team

Zorg- en Veiligheidshuis Hollands Midden

Voor jongeren van 8 tot 18 jaar die problemen hebben en het risico lopen betrokken te raken bij criminaliteit. Het team helpt jongeren en ouders om problemen op tijd aan te pakken.

088 – 308 42 00 Veiligheidshuis Hollands Midden

Halt

Voor jongeren die een overtreding hebben begaan of betrokken zijn bij overlast of schoolverzuim. Halt helpt hen verantwoordelijkheid te nemen en herhaling te voorkomen.

088 115 35 00 Halt

Brijder Preventie

Brijder geeft gratis informatie, advies en ondersteuning aan jongeren, ouders en naasten bij vragen over alcohol en drugs, roken, gamen, gokken en middelengebruik. Er zijn ook groepen voor kinderen en jongeren van ouders met psychische problemen of een verslaving.

Kijk op deze site voor meer informatie

088 – 358 22 60 Brijder Preventie



KernKracht – Ervaringsmaatjes

Voor jongeren van 15–30 jaar die graag willen praten met iemand die zelf moeilijke situaties heeft meegemaakt. Je krijgt een ervaringsmaatje: iemand die luistert en eigen ervaring kan delen.

Kijk op deze site voor meer informatie

0182-519060 Kernkracht

Stichting Leergeld Waddinxveen

Geldzorgen kunnen invloed hebben op het gezin en op kinderen. Vraag daarom op tijd om hulp.

Leergeld helpt gezinnen met een laag inkomen zodat kinderen mee kunnen doen. Bijvoorbeeld met:

- schoolkosten
- laptop of Chromebook
- fiets
- schoolreis of schoolkamp
- andere voorzieningen voor kinderen

Kijk op deze site voor meer informatie

Stichting Leergeld Waddinxveen 06 306 912 96

Werk en inkomen Waddinxveen

Heb je vragen of zorgen over werk, inkomen of rondkomen?

De gemeente Waddinxveen biedt informatie en ondersteuning, bijvoorbeeld bij een uitkering, minimaregelingen & extra's bij laag inkomen en hulp bij het vinden van werk.

Kijk op deze site voor meer informatie

Gemeente Waddinxveen 14 0182

Twijfel je waar je moet beginnen?

Begin bij het CJG of Wadwijzer. Zij denken met je mee en helpen je de juiste weg te vinden. Je hoeft niet eerst te weten welke hulp je nodig hebt.

WADWIJZER INFO HELPT JE OP WEG

14 0182 (toets 2)

Of ga naar de website voor meer informatie

centrum voor jeugd en gezin Waddinxveen

088 – 254 23 84

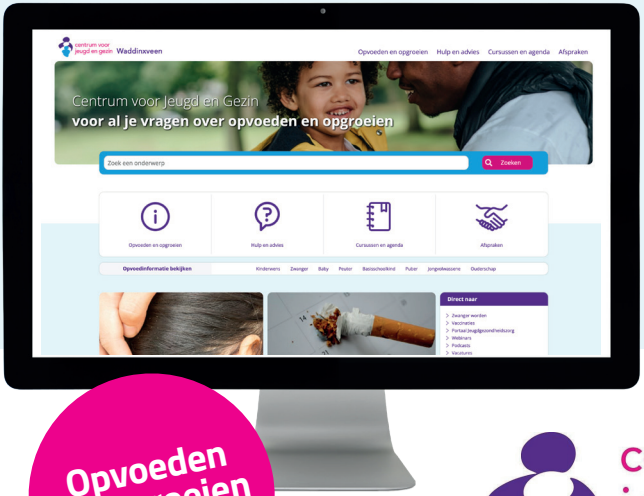
Of ga naar de website voor meer informatie

Bij direct gevaar: bel 112.

Samen maken we opgroeien een beetje makkelijker

Opvoeden en opgroeien gaat met vallen en opstaan. Soms heb je een vraag, twijfel je ergens over of kun je gewoon wat advies gebruiken. Dan is het fijn als er iemand met je meedenkt.

Bij het Centrum voor Jeugd en Gezin Waddinxveen kun je terecht met vragen over je kind, opvoeden, gezondheid en ontwikkeling. Groot of klein. Je krijgt informatie, praktische tips en ondersteuning die past bij jouw situatie.



Opvoeden & opgroeien in Waddinxveen

centrum voor jeugd en gezin
Waddinxveen

Wil je meer weten of heb je een vraag? Bekijk wat het CJG voor jou kan doen. Op de website staat veel informatie en onze contactgegevens www.cjgwaddinxveen.nl