

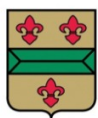
Van: Kansrijke Start Hillegom, Lisse en Teylingen <evanberkel@ggdhm.nl>
Verzonden: dinsdag 17 december 2024 10:31
Aan: Griffie-Hillegom
Onderwerp: Nieuwsbrief Kansrijke Start Hillegom, Lisse en Teylingen, december 2024

[Bekijk de webversie](#)

Nieuwsbrief Kansrijke Start

december 2024

Gemeente
Hillegom



LISSE



gemeente
TEYLINGEN

Ieder kind verdient de best mogelijke start van zijn of haar leven en een optimale kans op een goede toekomst. De eerste 1000 levensdagen zijn cruciaal voor een goede start. De gezondheid voor, tijdens en na de geboorte blijkt een belangrijke voorspeller van zowel fysieke als mentale problemen op latere leeftijd.

Daarom doen wij in Hillegom, Lisse en Teylingen mee met het Actieprogramma Kansrijke Start. Het doel van dit actieprogramma is een gezonde zwangerschap voor elke vrouw en de best mogelijke start voor elk kind in de HLT-gemeenten.

Met deze Nieuwsbrief Kansrijke Start houden we je graag op de hoogte van actualiteiten en samenwerkingen rondom dit thema in de gemeenten Hillegom, Lisse en Teylingen.

Heb jij collega's die deze nieuwsbrief ook willen ontvangen, stuur dan een mail met de e-mailgegevens naar evanberkel@ggdhm.nl.



centrum voor
jeugd en gezin

Zorgpaden Kansrijke Start

In deze nieuwsbrief

- [De CJG-pedagoog](#)
- [De Koffiespeeltuin: naast Voorhout en Lisse nu ook in Hillegom!](#)
- [Netwerk- en inspiratiebijeenkomst Kansrijke Start 2025](#)
- [Mijn baby en ik: voor ouders met psychische klachten en hun baby](#)
- [Informele zorg toegevoegd aan Zorgpaden Kansrijke Start](#)
- [Hoe help je aanstaande ouders met het maken van een rookvrije start](#)
- [Versterk vaderbetrokkenheid tijdens eerste 1.000 dagen](#)
- [Ruil makkelijk kleertjes en speelgoed](#)
- [Cursusaanbod voor \(aanstaande\) ouders / opvoeders](#)

De CJG-pedagoog

Bij de CJG-pedagoog kunnen ouders terecht met vragen over de opvoeding, de ontwikkeling en/of het gedrag van kind(eren) tot 18 jaar. De vragen kunnen gaan over het ouderschap, hoe geef ik mijn ouderschap vorm? De opvoedaanpak, hoe stel ik regels en grenzen en hoe doen we dit samen als ouders?



Omgaan met emoties van je kind, wat kun je doen als je kind angstig, boos of verdrietig is? De vragen kunnen ook praktisch van aard zijn, wat kan ik doen als ouder om mijn kind te ondersteunen bij het zindelijk worden of het beter slapen?

Opvoeden is niet altijd makkelijk en elke ontwikkelingsfase kent bepaalde uitdagingen. Het kan voor ouders fijn zijn om hun verhaal kwijt te kunnen en een deskundige mee te laten denken. Deze hulp is preventief, kortdurend en de vraag van de ouder staat centraal.

Ouders kunnen zelf contact met de pedagoog opnemen of ze kunnen verwezen worden door bijvoorbeeld de Jeugdgezondheidszorg, Voorrieder1, de school of het kinderdagverblijf.

Aanmelden kan door contact op te nemen met de CJG-pedagoog (bij voorkeur via de e-mail):

Voor Voorhout:

Carolien van der Meer c.vdmeer@kwadraad.nl of 06 41 71 54 49;

Voor Hillegom, Lisse, Sassenheim en Warmond:

Esther Bovenberg e.bovenberg@kwadraad.nl of 06 15 34 93 77

De Koffiespeeltuin: naast Voorhout en Lisse nu ook in Hillegom!



Vanaf januari 2025 kunnen ook in Hillegom ouders elkaar ontmoeten in [De Koffiespeeltuin](#). Iedere 2e woensdag van de maand zijn kinderen tot 4 jaar en hun ouders/opvoeders of anderen die voor hen zorgen, zoals de oppas of opa en oma, welkom in de bibliotheek in Hillegom. De Koffiespeeltuin is van 10:30 - 11:30 uur; binnenlopen vanaf 10:00 uur.

Kinderen kunnen met elkaar spelen of boekjes lezen. Er is een hoop leuk speelgoed aanwezig. Ouders kunnen elkaar ontmoeten en ervaringen uitwisselen.

Iedere maand staat een ander thema centraal: van een ontspannende activiteit tot informatie over opvoeden en opgroeien.

Op woensdag 8 januari 2025 maakt De Koffiespeeltuin een [muzikale start met de Hillegomse Muziekschool](#).

In [Lisse](#) is De Koffiespeeltuin iedere eerste woensdagochtend van de maand en in [Voorhout](#) iedere laatste woensdagochtend.

Netwerk- en inspiratiebijeenkomst Kansrijke Start 2025

Save the date!

Ook in 2025 organiseren we een themabijeenkomst Kansrijke Start. De bijeenkomst zal worden gehouden op **maandag 24 maart 2025**, van 11:30 - 14:00 uur in de raadzaal van het gemeentehuis in Lisse. Voor een lunch wordt gezorgd. Meer informatie volgt.



Mijn baby en ik: voor ouders met psychische klachten en hun baby



Het is bekend dat veel ouders na een bevalling last krijgen van gevoelens van depressie en angst en dan kosten dagelijkse bezigheden opeens veel moeite.

Het verschonen van een luier, het knuffelen, troosten en voeden van de baby: al deze dingen vergen dan heel veel energie. Waardoor het

steeds moeilijker wordt spontaan met de baby om te gaan, om te genieten van de baby.

Rivierduinen Preventie biedt speciaal voor deze ouders het begeleidingsprogramma 'Mijn baby en ik' aan. Dit programma begeleidt ouders met psychische klachten en hun baby (tot 12 maanden) om de hechting te versterken.

[Meer info en aanmelden](#)

Informele zorg toegevoegd aan Zorgpaden Kansrijke Start

Al enige tijd kun je gebruik maken van de Zorgpaden Kansrijke Start. De digitale zorgpaden helpen om ondersteuning die eventueel nodig is, snel en gericht te kunnen vinden en direct actie te ondernemen. Het is bedoeld voor geboortezorgprofessionals in de eerste, tweede en derde lijn. Nieuw is dat ook het informele zorgaanbod is toegevoegd.



[Selecteer hier je gemeente en bekijk de zorgpaden](#)

Hoe help je aanstaande ouders met het maken van een rookvrije start



Uit onderzoek blijkt dat mensen een stopadvies van zorgprofessionals serieus nemen. Zelfs met een kort gesprek kun je een ouder al motiveren om hulp te zoeken bij een stoppen-met-rokenbegeleider. In de [e-learning van het Trimbos Instituut](#) leer je hoe je dat doet.

Het Trimbos Instituut heeft ook een [gesprekskaart](#) ontwikkeld. Deze gesprekskaart kan je helpen om aanstaande ouders te motiveren rookvrij te worden én te blijven.

Je leest praktische voorbeeldzinnen op basis van motiverende gespreksvoering. Ook krijg je handvatten om eenvoudig en laagdrempelig te verwijzen naar de [telefonische coaches van Rookvrije Ouders](#).

Versterk vaderbetrokkenheid tijdens eerste 1.000 dagen

Professionals leren waarom vaderbetrokkenheid tijdens de eerste duizend dagen zo enorm belangrijk is. Dát is de rode draad van het webinar van David Borman op donderdag 16 januari 2025, van 19:30 - 21:00 uur. "Tijdens het webinar zal ik duidelijk maken wat zorgprofessionals kunnen doen om vaders te



betrekken en wat hiervan de meerwaarde is voor de ontwikkeling van het jonge kind". De kosten voor het webinar zijn € 29,95.

Schrijf je hier in voor het webinar over vaderbetrokkenheid

Ruil makkelijk kleertjes en speelgoed



The Clothing Loop is een initiatief waarmee mensen gemakkelijk kleding kunnen ruilen met anderen in hun buurt. Het is leuk, gratis en duurzaam!

Je kunt je aansluiten bij een Loop in de buurt. De host van de lokale Loop zal je zo snel mogelijk aan de route toevoegen, zodat je de eerste tas zult ontvangen. Neem items die je leuk vindt eruit, en doneer iets dat niet meer bij je past, voordat je de tas doorgeeft aan de volgende persoon op de lijst.

Zie hier op de website van Clothingloop hoe het werkt

Cursusaanbod voor (aanstaande) ouders / opvoeders

- **Ouders Inc:** online ouderschapscursus
- **CJG-workshop Ouderschap en de band met je baby**
- 18 december 2024: **CJG-webinar Kinder EHBO**
- **CJG-webinar Kinderen en pittige emoties:** te bekijken tot 31 januari 2025
- **CJG-webinar Children and (intense) emotions:** te bekijken tot 31 januari 2025
- **De Koffiespeeltuin Hillegom**
- **De Koffiespeeltuin Lisse**
- **De Koffiespeeltuin Teylingen**
- Trimbos Insituut: **online cursus Alcoholvrij Zwanger** (gratis, op inschrijving)
- Voedingscentrum: webinar **Gezond eten voor dreumes en peuter** - online
- Centering Zorg: **Centering-groepen voor Oekraïense zwangeren** - online
- **CenteringZorg voor Eritrese zwangeren** - iedere maand start er een nieuwe groep - online
- **Befriending**, van Stichting Dear Mama, voor zwangere vrouwen met een vluchtelingen- en/of migratieachtergrond

Deze e-mail is verstuurd aan griffie-hillegom@hltsamen.nl. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier](#) afmelden. • U kunt ook uw [gegevens](#) inzien en wijzigen.
• Voor een goede ontvangst voegt u evanberkel@ggdhm.nl toe aan uw adresboek.

