

# Centrum voor Jeugd en Gezin in Pijnacker, Delfgauw en Nootdorp: Sterker Samen



Ook in Pijnacker-Nootdorp is een Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG). Het CJG is altijd bereikbaar. Je kunt er terecht voor alles wat je weten wilt over opvoeden en opgroeien. En je krijgt er al het persoonlijk advies dat je nodig hebt. Opvoeden en opgroeien is leuk, maar valt niet altijd mee.

Het CJG richt zich op jongeren van 0 tot 23 jaar en op (toekomstige) ouders en opvoeders. In vijf vragen en antwoorden stellen we het CJG aan je voor.

## 1. Waar is het CJG?

Het CJG is geen luxe kantoor waar je heen gaat. Je belt of mailt naar het CJG of je zoekt contact via internet en stelt je vraag. Als je liever meteen persoonlijk contact hebt, loop je bij een inlooppunt naar binnen en dan word je meteen geholpen. Op drie plekken in de gemeente ben je van harte welkom: in Pijnacker, Delfgauw en Nootdorp. Het CJG is dus dicht bij je.

### Vijf vragen van belang

Jongeren leggen makkelijk contact via de website. Jonge ouders kennen vaak de weg al, die begint bij de eerste oproep voor de gehoorstest bij het CJG. Ook voor ouders van kleuters, oudere kinderen, pubers en jongvolwassenen staat het CJG klaar. Leerkrachten van basis- en middelbare scholen kunnen je ook doorverwijzen naar het CJG.

## 2. Wie helpen me bij het CJG?

Bij het CJG werken professionals zoals jongerenwerkers, artsen, verpleegkundigen en andere deskundigen op het gebied van opvoeden en opgroeien samen. Sterker Samen is het uitgangspunt. Je wordt niet van het kastje naar de muur gestuurd, maar je bent met je vraag of probleem meteen op de goede plek. Je wordt direct geholpen.



## 3. Wat doet het CJG?

Het CJG is belangrijk omdat opvoeden en opgroeien vaak vanzelf gaat, maar iedereen wel eens vragen hierover heeft. Misschien zit je met een vraag of wil je even een duwtje in de rug en dan is een luisterend oor best wel prettig. Het CJG organiseert ook activiteiten zodat je met leeftijdgenoten in contact komt en ervaringen uit kunt wisselen. Ook voor ouders organiseert het CJG themabijeenkomsten, waar je met andere ouders van gedachte kunt wisselen. Natuurlijk kun je ook met problemen terecht bij het CJG: ook dan staat het CJG natuurlijk dicht bij je. Sterker Samen weet je nog!? Zo blijft of wordt opvoeden en opgroeien leuk.

## 4. Wanneer maak ik gebruik van het CJG?

Als je bijvoorbeeld wilt weten wat je moet doen als je kind 's nachts vaak huilend wakker wordt. Of als je kind op school gepest wordt. Of als je verliefd bent op een jongen en denkt dat je homo bent. Als je niet met je ouders wilt praten over ongesteldheid. Of als je dochter met haar vriendje op vakantie wil en je niet precies weet wat je dan moet zeggen. Of als je op school altijd nerveus wordt bij proefwerken en examens. Of als je leraar op school of je chef bij je bijbaantje vervelend doet.

Als je wilt weten hoe je een loverboy herkent en zo zijn er natuurlijk heel veel kleine en grotere vragen over problemen. Denk nooit dat je vraag niet belangrijk genoeg is voor het CJG. Sterker Samen geldt ook voor jou.

## 5. Hoe gaat het CJG met mijn vragen om?

Bij het CJG kun je rekenen op geheimhouding en respect. Het CJG oordeelt niet, maar helpt; lees je niet de les maar laat je juist in je waarde. Als het CJG je doorverwijst naar een professionele hulpverlener maakt die opnieuw afspraken met je. Je blijft anoniem zo lang als je dat wilt. Sterker Samen ontstaat ook doordat er één plan is voor één kind, jongere, ouder, opvoeder of gezin. Samen met het CJG vind je de juiste oplossing.

Informatie over opvoeden en opgroeien altijd dichtbij

## Aangesloten organisaties

Jeugdgezondheidszorg Pijnacker-Nootdorp  
Opvoedbureau Kwadraad  
Schoolmaatschappelijk werk Stichting MEE  
GGZ Delfland  
Bureau Jeugdzorg  
Stichting Jeugd en Jongerenwerk Midden Holland  
Gemeente Pijnacker-Nootdorp



## Actueel

Het CJG organiseert het hele jaar door interessante activiteiten, gespreksgroepen, informatieavonden en bijeenkomsten over zeer veel verschillende onderwerpen. Zie daarvoor telkens het gemeentenuws van de gemeente, de artikelen in huis-aan-huisbladen, folders of advertenties.

Bibliotheek Oostland in Nootdorp staat van 7 tot en met 10 april geheel in het teken van de Week van de Gezondheid. Voor kinderen, jongeren, ouders, ouderen en senioren zijn er tal van zeer boeiende, actuele onderwerpen. En natuurlijk wordt er aandacht besteed aan het CJG. Zie het uitgebreide programma van de bibliotheek voor data, plaats en tijden. Je bent er van harte welkom.

Het CJG is er op woensdagmiddag 7 april van 14.00 tot 15.30 met de poppendokter en een kinderadviseur. De poppendokter helpt alle zieken beren en poppen en de kinderadviseur geeft de kinderen en hun ouders tips over gezondheid en opvoeden. Op zaterdagochtend 10 april is er een gezondheidsmarkt waar je informatie en persoonlijk advies kunt krijgen over opvoeden en opgroeien.

## Inlooppunten

CJG Pijnacker: Oranjeplein 3 en Ru Parésingel 5  
CJG Nootdorp: Dorpsstraat 77  
CJG Delfgauw: Meikoninginlaan 39a

## Telefoon

0 - 4 jaar: 088 - 123 99 88  
4 - 19 jaar: 088 - 054 99 99

## Internet

www.jonginpijnackernootdorp.nl  
www.cjgpijnackernootdorp.nl (Website in ontwikkeling, wordt in 2010 operationeel.)

## Themabijeenkomsten voor ouders, kinderen en jongeren

- Voorbereiding op bevalling en babytijd.
- Omgaan met je baby.
- Tips voor in- en doorslapen van peuters.
- Tips voor zindelijkheid van peuters.
- Omgaan met drukke kinderen van 5-12 jaar.
- Ontmoetingsgroepen voor ouders met kinderen met een beperking.
- Puber in huis.

Sociale vaardigheden voor kinderen en jongeren.  
Omgaan met een vader of moeder met psychische of verslavingsproblemen voor kinderen en jongeren.  
Omgaan met een broertje of zusje met een beperking.  
Weerbaarheid voor kinderen en jongeren.