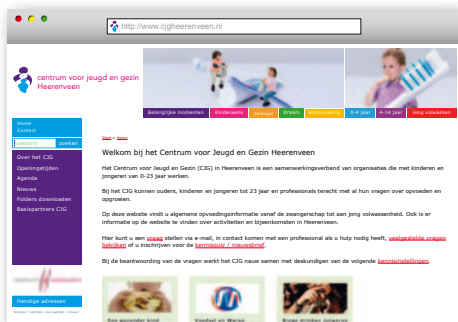


Bezoekadres en inloopspreekuur

Het CJG is voorlopig gehuisvest in de consultatiebureaus van Heerenveen en Jubbega. In Heerenveen is elke donderdagmiddag van 12.00 tot 13.00 uur een open inloopspreekuur. Iedereen kan hier zonder afspraak terecht voor informatie en advies. Er is dan een CJG medewerker (verpleegkundige) aanwezig en elke 2e donderdag van de maand ook een pedagoog. In Jubbega kunt u op werkdagen altijd binnenlopen voor folders. Verder is het mogelijk om, telefonisch of via de website, een afspraak te maken met het CJG. Kijk voor actuele informatie en openingstijden op www.cjgheerenveen.nl.

Adres Heerenveen
Europalaan 10
8442 GL Heerenveen

Adres Jubbega
MFC de Kompanije
Ericalaan 24-a
8411 VK Jubbega



Voor alle vragen over opgroeien en opvoeden!



centrum voor
jeugd en gezin

Heerenveen

www.cjgheerenveen.nl

www.cjgheerenveen.nl



Wat is het Centrum voor Jeugd en Gezin?

Iedereen heeft wel eens vragen over opvoeden en opgroeien, wil daar meer over weten of is op zoek naar advies. Dan is het prettig om met iemand te kunnen overleggen. Dat kan met familie of een goede vriend(in), maar vanaf nu ook via het Centrum voor Jeugd en Gezin Heerenveen, kortweg het CJG.

Bij het CJG kan iedereen, (aanstaande) ouders, verzorgers, jongeren en professionals, terecht met vragen over opvoeden en opgroeien. Geen enkele vraag is raar, hoe klein, onschuldig of ingewikkeld ook. Bij het CJG bent u op de juiste plek. Wij zorgen ervoor dat u advies krijgt en als u dat wilt, regelen we de juiste ondersteuning. Dat kan omdat in het CJG verschillende organisaties samenwerken. Dit zijn de Jeugdgezondheidszorg van de GGD, het Maatschappelijk werk, Stichting Caleidoscoop, MEE Friesland en het Jongerenpunt. U hoeft dus niet meer te zoeken bij welke instantie u moet zijn. Het CJG is er voor iedereen, u hebt geen verwijzing nodig en de hulp is gratis.

Centrum voor Jeugd en Gezin website

Op onze website www.cjgheerenveen.nl vindt u veel informatie over het CJG, over opvoeden en opgroeien, cursussen/activiteiten en worden veelgestelde vragen beantwoord. Ook kunt u er diverse folders downloaden en vanaf de website uw vragen aan het CJG mailen.

Vragen per telefoon en e-mail

Voor informatie, vragen of het maken van een afspraak is het CJG op werkdagen telefonisch bereikbaar op nummer 0900-254 1254 (lokaal tarief). Daarnaast kunt u een mail met uw vraag sturen aan info@cjgheerenveen.nl



Welke vragen kan ik bijvoorbeeld stellen?



Zwangerschaps- of babyvragen?

- Hoe kunnen wij ons het beste voorbereiden op het ouderschap?
- Hoe bereiden wij onze peuter voor op de komst van de nieuwe baby?



Hoe ga ik om met mijn dreumes/peuter/kleuter?

- Mijn kleuter is zo druk, hoe zorg ik ervoor dat hij luistert?
- Mijn kind gaat bijna naar school en is nog niet zindelijk, hoe pak ik dat aan?



Wat speelt er bij mijn kind op de basisschool?

- Mijn kind wordt gepest, wat moet ik doen?
- Mijn zoon wil alleen maar computeren, hoe doe je aan internetopvoeding?
- Wij gaan scheiden. Hoe help ik mijn kind door deze periode heen?



Hoe om te gaan met puber-perikelen?

- Mijn dochter vindt zichzelf te dik en eet heel weinig, wat moet ik daarmee?
- Mijn zoon weigert zich aan de afgesproken regels te houden, wat nu?
- Hoe stel ik duidelijke grenzen rondom alcohol gebruik zonder het contact met mijn kind te verliezen?



Hoe kan ik op eigen benen staan?

- Ik zoek woonruimte, kan de gemeente mij helpen?
- Ik heb nog geen startkwalificatie omdat ik veel school heb moeten verzuimen?