



# Vragen over opvoeden en opgroeien?

Kom naar GGD Hollands Noorden!

Bij GGD Hollands Noorden kan iedereen terecht met grote of kleine vragen over opvoeden en opgroeien. Naast de jeugdarts en de jeugdverpleegkundige, heeft de GGD ook een opvoedadviseur in huis. Soms heb je een vraag over opvoeden die meer aandacht nodig heeft.

## Voor welke vragen kun je terecht?

Je kunt terecht met elke vraag over je kind(eren) tot 18 jaar. De meest gestelde vragen van ouders gaan over gewone opvoedkwesties of zorgen over de ontwikkeling van kinderen. Veel voorkomende thema's zijn: luisteren, grenzen stellen, niet willen eten of slapen, ruzie tijdens spelen, driftbuien, zelfvertrouwen/faalangst, brutaal gedrag, echtscheiding en puberconflicten.

## Wat levert opvoedondersteuning op?

Meer plezier in opvoeden. Het gedrag van kinderen verandert. Het geeft vertrouwen in de eigen aanpak bij moeilijke situaties. En ouders ervaren thuis een positievere sfeer.

## Hoe werkt het?

Je mailt of maakt een afspraak voor een eerste gesprek van ongeveer een uur. Dit gesprek vindt plaats bij de GGD in Schagen of Warmenhuizen. Het is ook mogelijk bij je thuis. Als het gesprek bevalt en je wilt graag verder praten, dan maak je samen een vervolgspraak. De meeste ouders hebben genoeg aan 2 of 3 gesprekken. Opvoedondersteuning is gratis, laagdrempelig en zonder dossier.



Bel naar de GGD via: **088-0100555**



Zeg dat je een afspraak wilt maken met de **opvoedadviseur**



Of mail direct naar opvoedadviseur:  
Helma Langedijk, **hlangedijk@ggdhn.nl**



Ga voor meer informatie naar:  
**www.ggdhn.nl/opvoeden-opgroeien**



*Helma Langedijk*  
Opvoedadviseur