





centrum voor
jeugd en gezin

Ouder & wijzer

0-3 maanden

Je bent (bijna) trotse ouder. Het ouderschap is ontzettend leuk en brengt nieuwe uitdagingen en vragen met zich mee. Het is wel zo handig om te weten naar wie je toe kunt met welke vragen. Op deze draaischijf staan de meest voorkomende vragen van de eerste drie maanden (en bijbehorende acties).

Een* geeft aan welke vragen je aan de kraamhulp kunt stellen wanneer de hij/zij nog bij jullie is.



In ieder geval kun je altijd contact opnemen met het Centrum voor Jeugd en Gezin: elke werkdag tussen 8.00 en 17.00 uur via **088 - 254 23 84**.

Je kunt ook chatten via: **www.cjghm.nl**

En als je je ernstige zorgen maakt, bel je met de doktersassistente van jouw huisarts of na 17.00 uur en in het weekend met de huisartsenpost.

Voor nog meer (opvoed)advies kun je terecht op de website en bieden we cursussen.
www.cjghm.nl
www.cjgcursus.nl

GGD
Hollands Midden
JeugdGezondheidsZorg