

# Opvoeden & Opgroeien

Alphen aan den Rijn



Team Opvoeden & Opgroeien staat voor je klaar om je te helpen bij jouw opvoedingsvragen. Met persoonlijke gesprekken, trainingen of thema-bijeenkomsten.



**Kwadraad**  
maatschappelijk werk

in samenwerking met  
 centrum voor  
jeugd en gezin

# Zoek je hulp bij opvoeden?

Opvoeden klinkt eenvoudig, maar het brengt veel uitdagingen met zich mee. Van lastige eters tot driftbuien. Of misschien ben je een gescheiden ouder en twijfel je of je het wel goed doet. Soms weet je als ouder gewoon even niet meer wat je moet doen. Op zulke momenten kan het enorm helpen om met iemand te praten en jouw vragen, twijfels of zorgen te delen.



Team Opgroeien & Opvoeden staat klaar voor alle ouders en verzorgers van kinderen van 0 tot 18 jaar. Jij bent de expert over jouw kind en onze wijkpedagogen denken met je mee vanuit hun deskundigheid/expertise in de opvoeding.

Onze wijkpedagogen, geven je graag advies over de beste aanpak en beantwoorden al je opvoedingsvragen. Voor de meeste ouders zijn een paar gesprekken voldoende om hun zorgen weg te nemen en weer zelfstandig verder te gaan. Soms is er meer hulp nodig en dan zoeken we samen naar de juiste ondersteuning.

## Onze cursussen en trainingen

Je kunt natuurlijk ook een van onze (thema-)bijeenkomsten, cursussen of trainingen volgen. We bieden onder andere het volgende aan:

**Themabijeenkomsten/opvoedcursussen** voor ouders met kinderen van 2 - 12 jaar en 12 - 18 jaar

**Trainingen** voor kinderen en jongeren van 8 - 18 jaar

**KIES** spel- en praatgroep voor kinderen in echtscheidingssituaties

**Grip op je leven**, themabijeenkomsten voor jongeren over zelfzorg, toekomst en positieve gezondheid

**Ontmoetingsgroepen** op thema voor ouders en jongeren



Meer informatie of aanmelden?

Ga naar [www.cjgalphenaandenrijn.nl](http://www.cjgalphenaandenrijn.nl) of scan de QR-code.

Heb je vragen? Stuur dan een mailtje naar: [opvoedenenopgroeien.alphen@kwadraad.nl](mailto:opvoedenenopgroeien.alphen@kwadraad.nl)

Team Opvoeden & Opgroeien van Kwadraad Maatschappelijk werk is onderdeel van CJG Alphen a/d Rijn

Volg ons ook op social media

