



Een fijne start
voor ouders
en kinderen
in Delft

We helpen je graag!

Een steuntje in de rug voor zwangeren en ouders

Als je moeder of vader wordt of net bent geworden heb je vaak veel vragen. Je kunt je dan onzeker voelen. Dat is heel normaal. Belangrijk is dat je die vragen of zorgen ook met iemand kunt bespreken. Bijvoorbeeld met een verloskundige of op het consultatiebureau. Soms kun je als ouders een extra steuntje in de rug gebruiken. Wij zijn er voor jou en voor je kind.

Klop gerust bij ons aan als:

- Je zorgen hebt over geld en hoe je rond moet komen.
- Je weinig mensen om je heen hebt op wie je kunt terugvallen als het je teveel wordt.
- Je persoonlijke problemen hebt (gehad). Misschien had je zelf een moeilijke jeugd of kamp je met een verslaving.

*Heb je vragen?
Blijf er niet in je eentje mee rondlopen.
Wij staan voor je klaar!*

Voor wie is extra steun bedoeld?

- Je bent in verwachting óf je hebt een kind jonger dan 1 jaar.
- Je woont in Delft.

Hoe werkt het?

- Je krijgt een vaste begeleider tot je kind 2 jaar wordt.
- De begeleider komt bij jou thuis.
- Samen met je begeleider kijk je naar jouw situatie en naar wat jij nodig hebt.
- Begeleiding vanuit KASTO is vrijwillig, je kiest er zelf voor.
- Meedoen is gratis.

Het KASTO-team



v.l.n.r.: Nicole Vermeij, Astrid Bleumer,
Joke de Wit en Mirjam van Eijk
Wij zijn jeugdverpleegkundigen bij JGZ en
cliëntondersteuners bij Delft voor Elkaar.
We helpen je graag!

Wil je meer informatie of wil je je aanmelden?

- Vraag je verloskundige, het consultatiebureau van JGZ, je zorgverlener in het ziekenhuis of je huisarts. Zij kunnen je in contact brengen met een van de begeleiders van het KASTO-team.
- Je kunt ook direct contact opnemen met de begeleiders van het KASTO-team: stuur een mailtje naar: kastodelft@jgzzhw.nl.

Je krijgt altijd reactie.

Ervaringen van deelnemers die eerder een begeleider hebben gehad:

“Ik vond het best spannend om hulp te vragen, nu voel ik me een stuk zekerder.”

“In de gesprekken kon ik mijn ei kwijt. Gewoon iemand die naar me luistert.”

“Ik heb geleerd om beter voor mijn kindje en voor mezelf te zorgen.”

“Ik wou dat mijn moeder dit had gehad toen ik klein was”



Het KASTO-team is een initiatief van JGZ Zuid-Holland West, Delft voor Elkaar en de gemeente Delft. KASTO staat voor een Kansrijke Start voor (aanstaande) ouders in Delft.