



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. 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.

Wanneer kan je extra steun goed gebruiken?

- Je hebt zorgen over geld en hoe je rond moet komen.
- Je hebt weinig mensen om je heen op wie je kunt terugvallen als je het je teveel wordt.
- Je hebt persoonlijke problemen (gehad), bijvoorbeeld omdat je zelf een moeilijke jeugd had. Je bent daardoor onzeker over je eigen rol als moeder of vader.

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

Voor wie?

- 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.: Asma Maanaoui- Serroukh,
Mirjam van Eijk, Nicole Vermeij en Joke de Wit.
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.