



Folder voor professionals

Overzicht van activiteiten en interventies voor (aanstaande) ouders en kinderen (-9 maanden tot 4 jaar) in Haren.

Periode: augustus 2026 - januari 2027



Ouder & kindcafé

Elke dinsdag en vrijdag van 9.30-11.30 uur

Een gezellige ochtend voor ontmoeting, koffie/thee en een wisselend aanbod aan activiteiten voor de kinderen. 1x in de maand wordt er peutergym aangeboden.

De activiteit is gratis. Kijk op Instagram en Facebook (ouderenkindcafeharen) voor de activiteiten en laatste updates.



Voor kinderen van 0 tot 4 jaar en hun ouders



Locatie: Mellenssteeg 16 Haren



Tijdens vakanties en schoolvakanties is het ouder & kindcafé gesloten



Kleintje koffie

Elke 2e woensdag van de maand, 10.00-11.30 uur

Kom luisteren naar een mooi verhaal en speel of knutsel daarna gezellig mee. Regelmatig is er een deskundige aanwezig om wat te vertellen over specifieke onderwerpen zoals voorlezen, mediaopvoeding of muziek. Loop gerust even binnen, het is gratis en je mag zo lang óf kort blijven als je wilt.



Voor kinderen van 0 tot 4 jaar en hun (groot)ouders/verzorgers



Forumbibliotheek Haren
Brinkhorst 3
9751 BC Haren

Eerstvolgende data:

- 9 september
- 14 oktober
- 11 november
- 9 december



Speel-o-theek

Woensdag- vrijdag en zaterdag geopend. Kijk voor de actuele openingstijden op de website.

De speel-o-theek heeft een uitgebreid assortiment speelgoed, passend bij iedere fase van een kind. Kinderen kunnen iedere 4 weken ander speelgoed uitkiezen. Per gezin kunnen maximaal 4 kinderen lid worden.

De contributie is vanaf €18,00 per jaar voor 1 kind.



Voor kinderen van 0 tot 18 jaar en hun ouders



Mellenssteeg 16, Haren



<https://www.sotharen.nl/>



In de schoolvakanties is de speel-o-theek gesloten.



Scan voor actuele informatie

Inloop spreekuren

Heb je vragen over borstvoeding, de opvoeding van je kind of behoefte aan een luisterend oor? Op verschillende plekken in de wijk kun je zonder afspraak terecht bij een inloopspreekuur. De hulp is gratis en iedereen is welkom.

Inloopspreekuur Borstvoeding (GGD)

Elke 2e donderdag van de maand van 09.30 tot 12.00 uur



Vragen over borstvoeding? Kom naar het inloopspreekuur van het consultatiebureau. Je kunt hier terecht met vragen over: borstvoeding geven, kolven, genoeg melk hebben, werken én borstvoeding geven, hoe je baby goed aan de borst ligt etc. Je bent welkom voor gratis advies. Loop gerust binnen!

 Consultatiebureau De Wijert
PC Hooftlaan 1

Inloopspreekuur Jeugd GezondheidsZorg (GGD)

Elke dinsdag van 12.30 tot 13.00 uur (niet in de schoolvakanties)

Inloopspreekuur waar je al je vragen kunt stellen over verzorging, voeding of opvoeding aan de jeugdverpleegkundige. Zonder afspraak kan je gewoon binnenlopen. Gratis toegankelijk.

 Consultatiebureau Haren
Mellenssteeg 16, Haren

Borstvoedingscafé

Elke eerste vrijdag van de maand, van 10.00 tot 12.00 uur.

Het borstvoedingscafé is een plek om andere (aanstaande) ouders te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en je vragen te stellen aan de aanwezige lactatiekundigen. Gratis en vrije inloop.

 La Place
Grote Markt 21, Groningen

Steun en spullen voor een goede start

In de wijk zijn er verschillende plekken waar (aanstaande) ouders gratis spullen kunnen krijgen voor hun baby. Of je nu kleertjes zoekt, een complete babyuitzet nodig hebt of op zoek bent naar extra steun: dit overzicht helpt je op weg.

Weggeefkastje (babyspullen)

Het kastje is open tijdens de openingstijden van het consultatiebureau of het Ouder & kindcafé

In de gang bij het consultatiebureau en het Ouder & kindcafé staat een kastje met babyspullen. Heb je weinig geld en zoek je nog spullen? Voel je vrij om wat mee te nemen. Je hoeft het niet te vragen.

 Mellenssteeg 16, Haren

Kraambank Groningen

Tweedehands babyspullen voor gezinnen met een kleine portemonnee

Voor (aanstaande) ouders die geen baby-uitzet kunnen betalen. De Kraambank geeft tweedehands babykleding en -spullen door aan gezinnen die het nodig hebben, duurzaam én helpend. Aanmelding verloopt via een verloskundige, gynaecoloog of kraamzorgintaker. Na aanmelding neemt de Kraambank contact op voor een afspraak. Alleen toegankelijk na verwijzing. Zorgverleners kunnen namens ouders contact opnemen.

 0513 72 70 42

 Queridolaan 5 Groningen

 kraambank@isiskraamzorg.nl

 www.isiskraamzorg.nl/kraambank

Stichting babyspullen

Voor (aanstaande) ouders met weinig geld

Het pakket wordt tijdens de zwangerschap verstrekt om zorgen over de babyuitzet te verminderen. Er zijn geen formele inkomenseisen; hulpverleners beoordelen of een ouder in aanmerking komt. Aanvraag verloopt via een hulpverlener.

 www.stichtingbabyspullen.nl

Linda Foundation

LINDA.foundation is een initiatief van Linda de Mol en het tijdschrift LINDA. Samen met zoveel mogelijk donateurs willen we meer begrip en vooral positieve actie creëren voor gezinnen met kinderen in Nederland die het financieel zwaar hebben.

 www.lindafoundation.nl/gezinnen

Leergeld Groningen

Leergeld wil alle kinderen laten meedoen! Schoolspullen, sport, zwemles of muziekles, meedoen is belangrijk voor ieder kind tot en met 17 jaar. Als daar thuis te weinig geld voor is, helpt Leergeld Groningen als vangnet. Ook voor activiteiten met jonge kinderen van 0 tot 4 jaar, zoals ouder en baby zwemmen of muziek, kun je bij ons terecht.

 www.leergeldgroningen.nl

Voedselkast

In deze voedselkast kun je houdbaar eten, drinken en andere levensmiddelen meenemen, ruilen of neerzetten. Pak wat je nodig hebt, geef wat je kunt missen.



Jufferpad 40, Sterremuurweg 4, Molenkampsteeg 21

Repaircafé Haren

Laatste zaterdag van de maand van 10.00 - 12.30 uur
(niet in de maanden juli, augustus en december)

In de Mellenshorst is iedere laatste zaterdag van de maand een repaircafé waar vrijwilligers aanwezig zijn voor reparatie en/ of advies. Alles zonder garantie of kosten.



Mellenshorst, Waterhuizerweg 35, 9753 HS Haren

Repaircafé Noordlaren

Een krukje met een losse poot? Kapot speelgoed of een broodrooster die het niet meer doet? Een wollen trui met mottengaatjes in zitten? Weggoeien? Nee toch! Kom ze repareren in het repaircafé in Noordlaren. Check de website voor data en tijden



<https://www.hetlokaalnoordlaren.nl/repair-café>



Zuidlaarderweg 63 Noordlaren

Inloopsprekuren met jeugdverpleegkundige

Elke dinsdag van 12.30 tot 13.00 uur (niet in de schoolvakanties)



Daarnaast biedt de GGD het volgende:

- **Startgesprek:** Iedere zwangere heeft recht op een startgesprek met de jeugdverpleegkundige van de GGD. Tijdens het startgesprek wat plaatsvindt rond de 22 weken kan de vaccinatie tegen kinkhoest worden gegeven en je maakt gelijk kennis met de jeugdverpleegkundige. Deze vaccinatie beschermt je baby de eerste maanden na de geboorte. Een afspraak voor dit startgesprek kun je maken na aanmelding bij de Telefonische Advisering 050-3674990
- **Intake huisbezoek:** Tussen de 10^e en 14^e dag komt de jeugdverpleegkundige altijd op huisbezoek wanneer een kindje geboren is om te kijken hoe het met ouders en kind gaat, hoe de groei gaat en om de RSV toe te dienen.
- **Stevig Ouderschap:** Bij Stevig Ouderschap krijg je als ouder hulp en tips via huisbezoeken. De jeugdverpleegkundige helpt je met je zelfvertrouwen en een sterk netwerk. Dit kan al tijdens de zwangerschap of in het eerste half jaar na de geboorte.
- **Huisbezoek op indicatie:** De jeugdverpleegkundigen kunnen een aantal keer op huisbezoek komen om mee te denken met opvoedvragen van ouders gericht op b.v. zindelijk worden, overgewicht, slaapproblemen etc. Aanvragen van deze huisbezoeken gaat via de telefonische advisering of wordt besloten vanuit een consultatiebureaubezoek.
- **VoorZorg:** VoorZorg is een intensief programma voor aanstaande moeders in een kwetsbare situatie die meer steun in de rug nodig hebben. Het is een intensief programma waarin er meerdere huisbezoeken per week plaats vinden op afstemming van de zwangere.
- **Logopedie aan huis:** Maak je je zorgen over hoe je kind praat of taal leert? Een logopedist van de GGD kan bij je thuis langskomen. Ze kijkt mee en geeft advies. Vraag ernaar bij het consultatiebureau.



050 367 49 90
06 52 57 92 53



Consultatiebureau Haren
Mellenssteeg 16, Haren

Moeders Informeren Moeders (MiM) Moeders Informeren Zwangeren (MiZ)



Ben je zwanger of heb je net een baby? Dan is er MIM of MIZ. Ervaren moeders denken met je mee en geven tips over opvoeden, gezondheid en moeder zijn. Je krijgt contact met een moeder uit jouw buurt. Er zijn ook kleine WhatsAppgroepen en gezellige bijeenkomsten. Je leert andere moeders kennen en krijgt steun vanaf de zwangerschap tot je kind peuter is. Samen maken we het moederschap een beetje makkelijker.



050 367 49 92



mim@ggdgroningen.nl



06 31 63 19 27



Voor- en Vroegschoolse Educatie (VVE)



Heeft je kind extra steun nodig bij leren en taal? Met Voor- en Vroegschoolse Educatie (VVE) helpen we kinderen vanaf 2 jaar op de peuterspeelzaal of opvang. Ook op de basisschool (4-6 jaar) is VVE mogelijk. VVE helpt je kind om spelend te leren en zich goed te ontwikkelen. Inzet van VVE gaat altijd in overleg met de jeugdverpleegkundige. Vraag ernaar bij het consultatiebureau, peuterspeelzaal of opvang.



050 367 49 91

Humanitas (Home Start)

Een steuntje in de rug voor jonge gezinnen



Ken je een gezin dat tijdelijk wat extra steun kan gebruiken? Home-Start koppelt gezinnen met kinderen (0–14 jaar) aan een getrainde vrijwilliger. Bij spanningen door bijvoorbeeld ziekte, stress, opvoedvragen of geldzorgen biedt Home-Start een luisterend oor en praktische steun – gewoon thuis, op een manier die bij het gezin past. Gratis ondersteuning door ervaren vrijwilligers.

 06 51 49 64 67

 w.draaisma@humanitas.nl



www.home-start.nl/groningen/home

Siriz

Begeleiding bij een onbedoelde zwangerschap



Siriz biedt professionele begeleiding aan mensen die te maken hebben met een onbedoelde zwangerschap. Wij verzorgen keuzehulpgesprekken voor vrouwen en/of hun partner, waarbij zij worden ondersteund om zelf een weloverwogen keuze te maken. Daarnaast bieden wij begeleiding na een abortus om de ervaring te verwerken. Beide vormen van hulp worden uitgevoerd door gecertificeerde hulpverleners, kennen geen wachtlijst en zijn kosteloos, omdat zij worden vergoed door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Indien nodig kan Siriz daarnaast ambulante begeleiding bieden tijdens de zwangerschap en na de geboorte.



www.siriz.nl



0800 4400003

Kansrijk Groningen, Kansrijk Zuid

Om armoede te doorbreken



Kansrijk Zuid biedt persoonlijke ondersteuning aan mensen in (langdurige) armoede. Een vaste buddy helpt stap voor stap verder, met aandacht voor wat iemand écht nodig heeft. De begeleiding is laagdrempelig, op maat en gebeurt in samenwerking met o.a. het WIJ-team, GKB, Inkomensdienstverlening en het Doorbraaknetwerk Groningen. Deelname is gratis. Aanmelden via: aanmeldenkansrijkszuid@groningen.nl.



06 55420249



selima.renes@wij.groningen.nl



www.kansrijkg groningen.com

Overige informatie (websites en podcasts)

Activiteiten en informatie voor (groot) ouders en verzorgers van kinderen tot en met 4 jaar. Activiteiten zijn gratis, tenzij het er anders staat.

Alles over Kansrijke Start

www.kansrijkestartgroningen.nl

Op deze site kun je alles met betrekking tot kansrijke start vinden, zowel voor professionals als voor (toekomstige) ouders. Zorgpaden, acties en tools zijn hier te vinden.



Informatie over seksuele gezondheid in 16 talen

www.zanzu.nl

Zanzu is een website voor vluchtelingen en nieuwkomers over seksualiteit en seksuele gezondheid, de Nederlandse wet- en regelgeving op dat terrein en de relevante hulp- en dienstverlening. Hier vind je informatie over het gebruik van Zanzu.nl in gesprekken of voorlichting met tips om te praten over seksualiteit in een multiculturele context.



Voor een gezondere leefstijl

www.gezondegeneratie.nl

De Gezonde Generatie is een initiatief van samenwerkende gezondheidsfondsen. Hier staan waardevolle tips of gezondheids challenges die helpen bij het gezonder maken van de leefstijl. Focus ligt hier ook op de eerste 1000 dagen.



Vragen over liefde, seks of je lichaam?

www.sense.info/nl

Hier vind je heel veel informatie over seksualiteit, maar ook over verliefdheid, relaties, liefde en alles wat daarbij komt kijken.



Tips voor alle ouders in Groningen

www.moedersingroningen.nl

Handige tips voor ouders over leuke activiteiten om te doen.



Twijfel je over een zwangerschap? Praat erover

www.nunietzwanger.nl



NU NIET
ZWANGER®

NNZ biedt hulpverleners concrete middelen om hun cliënten (vrouw én man) in een open en eerlijk gesprek te laten nadenken over hun kindwens, seksualiteit en anticonceptie. Daarnaast kun je ook een basistraining Nu Niet Zwanger volgen via leerportaal.rutgers.nl. Heb je vragen? Mail naar: nnz@ggdgroningen.nl

Hulp nodig? Humanitas helpt

www.humanitas.nl/

humanitas

De vereniging Humanitas is een landelijke vrijwilligersorganisatie. Onze vrijwilligers helpen mensen om op eigen kracht iets aan hun situatie te veranderen.

Podcast 'Een Goud begin'

www.ggd.groningen.nl/podcasteengoudbegin



'Een goud begin' van GGD Groningen is een podcast voor ouders/verzorgers van jonge kinderen. In de luisterafleveringen gaan ervaringsdeskundigen en professionals in gesprek over thema's waar ouders op het consultatiebureau vaak vragen over hebben. Veel luisterplezier!

Meer weten over Kansrijke Start?

Neem contact op met Suzanne Rotteveel, Coördinator Kansrijke Start in Haren

 06 21942749

 suzanne.rotteveel@wij.groningen.nl