



Voor een kansrijke start zorgen we samen

Persoonlijke ervaringen van
ouders, professionals en bestuurders



Colofon

Dit boek is gemaakt in opdracht van het actieprogramma Kansrijke Start.
www.kansrijkestartnl.nl



Dit is een uitgave van:

Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport
Bezoekadres: Parnassusplein 5 | 2511 VX Den Haag
Postadres: Postbus 20350 | 2500 EJ Den Haag
Telefoon 070 340 79 11
www.rijksoverheid.nl

Tekst: Cindy Cloin
Vormgeving: Mathijs van Woerkum i.o.v. Regioplan
Fotografie: Patricia Rehe

Maart 2025

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Van tienermoeder tot voorvechter voor kwetsbare jonge ouders Annika Wodzik	4
“Vertel eens, wat heb jij van ons nodig?” Miekkel van der Zande	10
Medisch professional met een groot sociaal hart Mireille Schrijer	16
“Niet praten over ouders, maar met ouders” Judith de Bruin	22
“Een onbedoelde zwangerschap kan een leven uit balans brengen” Gooitske Bierma en Lotte Steenstra	28
“Uit liefde voor mijn kinderen doe ik alles” Silvana en Romy Severien	34
“Huilgezinnen: neem ze met z’n allen serieus” Ineke de Kruijff	40
Het delen van gevoelens en vragen over het vaderschap Jaap Spoelstra	46
Elke ouder heeft een netwerk nodig Angèle Welting	53
“Ik heb schijt aan de rest, ik ben er voor jón!” Sandy Donders	58
Nawoord	64

Beste lezer,

Een gezonde zwangerschap, een veilige geboorte, en dan opgroeien in een liefdevolle omgeving. Dat gun je toch elk kind. Want juist die start is zo bepalend voor later.

Helaas zijn er veel kinderen die het minder goed treffen in die cruciale periode. Zij hebben daardoor een grotere kans om allerlei problemen te ontwikkelen. Lichamelijk, mentaal, en in hun relaties met anderen. Met de aanpak Kansrijke Start willen we ervoor zorgen dat een goed begin voor elk kind vanzelfsprekend wordt. We willen bereiken dat (aanstaande) ouders weloverwogen en vanuit de best mogelijke omstandigheden proberen zwanger te worden. Dat ze voor en tijdens de zwangerschap gezond leven, zodat de baby goed kan groeien en zo gezond mogelijk wordt geboren. En dat ouders de steun en de mogelijkheden hebben om hun kind te laten opgroeien met optimale kansen. Thuis, op school, en later op het werk en in de maatschappij.

Inmiddels werkt iedere gemeente in Nederland met Kansrijke Start. Professionals uit het medisch en sociaal domein spreken af hoe zij samen zorgen dat (aanstaande) ouders in de eerste 1000 dagen op tijd de juiste zorg en ondersteuning krijgen. En dat is ongelooflijk belangrijk. Want als ouders zich gesteund en geholpen voelen, worden zij gesterkt in hun rol als opvoeder en verzorger. Zijn ze beter in staat om hun kind die goede start in het leven te geven. Ik vind dat de ultieme vorm van preventie: door nu te investeren in een kansrijke start voor elk kind, bouwen we aan een gezonde toekomst voor nieuwe generaties.

In deze verhalenbundel kunt u lezen hoe de betrokken professionals én ouders Kansrijke Start ervaren. Wat mij raakt in de verhalen is de enorme passie en bevologenheid waarmee zij zich inzetten voor ieder kind. Laten we leren van de ervaringen en deze lessen meenemen bij het verder versterken van de aanpak van Kansrijke Start en andere vormen van preventie. Iedereen – ouders, professionals, gemeenten en het Rijk – kan hier een bijdrage aan leveren.

De toekomst van onze kinderen is het meer dan waard.

Vincent Karremans

Staatssecretaris van Jeugd, Preventie en Sport



Van tienermoeder tot voorvechter voor kwetsbare jonge ouders

Een lief ledikantje met roze dekentje, een nieuwe kinderwagen of maxi-cosi, maar ook tepelklovenzalf of talkpoeder. Alles voor ouders en hun (ongeboren) kindje is bij de Sjpruut Sjop te krijgen. "Jonge ouders hebben soms helemaal niets. Bij ons hoeven ze niks te vertellen of overleggen. Als je iets nodig hebt, kom maar halen. Je bent altijd welkom. En je krijgt mooie spullen", zegt Annika Wodzik, initiatiefnemer van de Sjpruut Sjop. "Armoede is niet iemands eigen schuld. Het laatste wat mensen nodig hebben, is een straf in de vorm van afdankertjes. Ik kan daar zo boos over worden. Ze verdienen dezelfde waardigheid als ieder ander."

Annika Wodzik

Toen Annika Wodzik op haar achttiende zwanger raakte, stond haar wereld op zijn kop. Er was weinig steun en begrip voor haar wens om zichzelf en haar kind een betere toekomst te geven. Wat begon als een persoonlijke worsteling heeft ze omgezet naar veerkracht, doorzettingsvermogen en visie. Als projectleider bij jeugdhulporganisatie Jens in Heerlen heeft ze volledige aandacht voor en geeft ze praktische ondersteuning aan jonge ouders in kwetsbare omstandigheden.

Vooruitkomen

Annika zet zich al jaren in voor jonge ouders in kwetsbare omstandigheden in Heerlen. Haar bevoegenheid komt voort uit haar eigen verleden. “Ik was 18 toen ik ontdekte dat ik zwanger was”, vertelt Annika. Zonder stabiele thuissituatie of financiële middelen en nauwelijks support vanuit haar omgeving, zag het leven voor haar en haar ongeboren kindje er niet rooskleurig uit. Ze besloot (tijdelijk) terug te gaan naar haar ouders en trok aan de bel bij de gemeente. “Ik ging ervan uit dat ik hulp zou krijgen, bijvoorbeeld om mijn studie af te maken. Maar in plaats daarvan kreeg ik te horen: ‘pak de komende jaren maar een uitkering.’” Een woning, kinderopvang, werk: alles ging moeizaam of leek onmogelijk.

“Ik voelde me totaal niet gezien. Ik wilde geen uitkering; ik wilde werken en vooruitkomen.” Annika besloot het roer drastisch om te gooien en vertrok naar Bali met haar dochtertje. “Ik kreeg er vrij snel werk als fotomodel en visagist - ik had gebluft dat ik dat kon,” lacht ze. Na drie jaar besloot ze terug te keren naar Nederland en te bouwen aan een nieuw leven in Limburg. “Ik besloot projecten te gaan ontwikkelen voor jonge moeders; meiden met een grote afstand tot de arbeidsmarkt. Ik wilde dat zij niet hetzelfde moesten doormaken als ik. Ik snap hoe het is om geen perspectief te voelen. Maar er is wél een uitweg.”

Baanbrekend werk

Ze kwam niet als formele hulpverlener met een draaiboek, maar als ervaringsdeskundige. “Die moeders kwamen vaak

binnen met gebalde vuisten. Ze voelden zich niet gehoord. Ik vertelde mijn eigen verhaal, hoe ik als tienermoeder ook tegen muren was opgelopen. En ik zei dan: ‘Als ik het kan, kunnen jullie het ook.’”

Annika’s inzet groeide uit tot structurele samenwerking binnen de gemeente Heerlen. “We hadden bijvoorbeeld het project ‘Baanbrekend Werk’ waarin ik jonge moeders trainde in sollicitatievaardigheden, zelfpresentatie en eenvoudige vaardigheden zoals nagelverzorging. We namen ze mee naar verzorgingshuizen om hen kennis te laten maken met de zorgsector. Ze zagen dat hun inzet gewaardeerd werd. Na verloop van tijd stroomde een deel van de moeders door in de zorg. Dat gaf zoveel voldoening.”

**“Als ik het kan,
kunnen jullie het ook”**



Sjpruut-cafés

Annika's werk werd onderdeel van het gemeentelijke beleid via welzijnsorganisatie Alcander en later jeugdorganisatie Jens. Haar werk valt onder 'Kansrijke Start' en ze kreeg alle ruimte om door te ontwikkelen. Zo zijn ook de Sjpruut-cafés ontstaan: ontmoetingsplekken waar ouders samenkomen om vragen te stellen, workshops te volgen over bijvoorbeeld EHBO of gezonde voeding, of gewoon te kletsen met andere ouders. Annika: "Een vraag moet geen probleem worden, zeg ik altijd. Daar zit de kracht: preventie door vroegtijdig te signaleren en te ondersteunen. Je kunt daar met een opgeheven vingertje staan, maar dat helpt niemand. Het besef dat het leven soms anders loopt dan gepland, is een belangrijke sleutel tot verbinding."

Gemeente, welzijnswerk, specialistische jeugdhulp: iedereen werkt hand in hand. "Dat maakt het verschil. Als er signalen zijn dat er meer nodig is, dan kunnen we snel opschalen. De lijntjes zijn kort."

Annika voltooide een paar jaar geleden haar opleiding Social Work. Dat had ze als jonge moeder al graag gewild. Haar rol is niet alleen die van hulpverlener of projectleider. Zij is ook een verbinder. Ze zorgt ervoor dat de signalen van de straat - een gebrek aan luiers, behoefte aan ontmoetingsplekken - terecht komen waar dat nodig is. "Dan plaats ik op LinkedIn een oproep voor luiers, en het wordt geregeld. De inwoners van Heerlen doneren, ook al is het een stad vol armoede. Zo wordt de gemeenschap deel van de oplossing. De overheid kan stimuleren, maar de drijvende kracht zit eigenlijk in de mensen zelf."



“De drijvende kracht zit eigenlijk in mensen zelf”

“Vertel eens, wat heb jij van ons nodig?”

Net als in veel andere gemeenten is er in Groningen een lokale coalitie Kansrijke Start, voor professionals uit het medisch en sociaal domein. In het voorjaar van 2023 werd een bewuste bestuurlijke keuze gemaakt om dichter te gaan werken bij de mensen om wie het allemaal draait. “Voortaan vindt de uitvoering van Kansrijke start ook plaats op wijkniveau, in plaats van alleen op lokaal niveau”, vertelt coördinator Miekkel van der Zande enthousiast. Volgens haar een verstandige, strategische keuze, die ontzettend veel oplevert.



Miekkel van der Zande

Je kunt (aanstaande) ouders met een hulpvraag een-op-een helpen. Maar Miekkel van der Zande haalt haar energie juist uit het organiseren van ondersteuning voor een grote groep ouders en professionals. Dat doet zij als betrokken coördinator van de wijkprojectleiders Kansrijke Start in de gemeente Groningen.

Juiste schaalgrootte

“We werken met wijkprojectleiders, die weten wie er in de wijk wonen en rondlopen. Zij weten wat er speelt.” In 2025 heeft de gemeente 10 gebieden waar een wijkprojectleider Kansrijke Start werkt. De meesten zijn gekoppeld aan het wijkteam zoals Groningen die al langer kent. Miel: “De wijk heeft de juiste schaalgrootte om zo effectief mogelijk te kunnen zijn. Op deze manier krijg je de beste resultaten, de beste zorg en ondersteuning voor ouders en jonge kinderen.” Miel is zeer betrokken bij het programma Kansrijke Start. “Elk kind verdient de beste start in zijn of haar leven. Wij dragen daaraan bij, met een speciale focus op kinderen voor wie dat niet vanzelfsprekend is. Ik ondersteun waar mogelijk de wijkprojectleiders. Wat hebben zij nodig om hun opdracht waar te maken?”

Zo vroeg mogelijk

De rode draad van Kansrijke Start is preventie: wees er zo vroeg mogelijk bij. “Dan is het dus belangrijk dat professionals op tijd signaleren dat er iets speelt en weten bij wie ze terecht kunnen. Daar kan de wijkprojectleider op haar manier aan bijdragen.” Zij zorgen onder meer voor een sterk netwerk van sociaal en medisch professionals. Dat zijn de mensen die in een wijk te maken hebben met (aanstaande) ouders van kinderen in de leeftijd van -1 tot 4 jaar.” De wijkprojectleiders organiseren regelmatig netwerkluanches met speciale thema’s. “Zo bouw je aan een coalitie Kansrijke Start op wijkniveau. Deelnemers zijn bijvoorbeeld verloskundigen, pedagogisch medewerkers, jeugd- en

kraamzorg, maar ook directeuren van basisscholen en brugfunctionarissen. Ze bespreken thema’s als laaggeletterdheid, voeding, hechting, mediawijsheid en vaders. De lunch heeft ook een belangrijke netwerkfunctie. De professionals leren elkaar kennen en kunnen makkelijk contact opnemen als er iets speelt.” Miel overlegt maandelijks gezamenlijk met alle wijkprojectleiders. “We leren van elkaar en nodigen een ‘10-minuten-gast’ uit over een speciaal thema. In elke wijk kiest de projectleider met haar netwerk de drie belangrijkste onderwerpen uit de opsomming van problemen. Dat geeft focus, is concreet en geeft houvast.”

“Je ziet het eerder als het in een gezin niet zo lekker loopt”

De wijkprojectleiders organiseren ook activiteiten voor ouders en kinderen. Denk aan Kleintje koffie, waar ouders met elkaar praten terwijl de kinderen samen spelen. Of een vadergroep waar de mannen met elkaar kunnen sparren. “Dat is niet alleen gezellig, je ziet het ook eerder wanneer het in een gezin minder goed loopt of dat ergens ondersteuning nodig is. Natuurlijk waren er al activiteiten, maar daar is een extra slinger aan gegeven. Elk seizoen hangt er een volle poster waarop staat wat er allemaal te doen is. Er is meer overzicht en meer bekendheid.”

Hand in hand

Armoede en opvoedproblemen gaan regelmatig hand in hand. Culturele normen en waarden of taalbeheersing maken het soms lastiger om gezinnen te bereiken. “Vooral bij kinderen die in een andere taal worden opgevoed, zien we een taalachterstand in het Nederlands. Het kan juist heel goed zijn voor de taalontwikkeling om naar de peuterspeelzaal of een activiteit te gaan. De ouders proberen we natuurlijk zo goed mogelijk te bereiken, bijvoorbeeld via MiM: moeders informeren moeders. Omdat het soms makkelijker is iets aan te nemen van iemand die jouw ervaringen herkent.”

Miekelt stelt zichzelf twee keer per jaar de vraag of ze nog op haar plek zit. “Waar kan ik het meest effectief zijn in zingend werk met wat ik heb aan ervaring, talent en vakmanschap? De opdracht van coördinator van de wijkprojectleiders past me goed. Via hen kan ik veel ouders bereiken en dat is wat ik wil.” Miekelt houdt zich vooral bezig met de wijken. Ze zou willen dat er op gemeentelijk, provinciaal of rijksniveau nog meer wordt gedaan binnen Kansrijke Start. Zoals het delen van kennis, maar ook meer praktische afspraken. “Denk aan het gratis beschikbaar stellen van foliumzuur. Luister naar de professionals: wat hebben jullie nodig? En regel het gewoon.”



“Regel het gewoon!”

Medisch professional met een groot sociaal hart

Mireille Schrijer

In de arbeiderswijk Tilburg-Zuid gaat het werk van een verloskundige veel verder dan het medisch begeleiden van een zwangerschap. Mireille Schrijer zet zich als verloskundige bij Fam al 27 jaar in voor de (aanstaande) ouders in deze wijk die extra ondersteuning kunnen gebruiken. Haar rol is breder en socialer geworden door Kansrijke Start, dat in Tilburg staat als een huis.

Een huis zonder vloerbedekking waar een alleenstaande moeder in armoede woont met haar drie kinderen, waarvan de oudste (een meisje van vijftien) nu zelf zwanger is. Mireille Schrijer ziet vaker dit soort schrijnende situaties. Ze is gewend om tijdens de intake niet alleen naar de medische voorgeschiedenis, maar ook naar leefomstandigheden, steunnetwerken, psychische problematiek en financiële zorgen te vragen. Ze doet dit al jaren, maar sinds de start van Kansrijke Start in 2018 is daar duidelijk een tandje bijgezet: "Dit soort factoren maakt echt uit voor hoe vrouwen hun zwangerschap beleven en wat voor start hun kindje krijgt. Het is niet alleen het medische stuk dat telt."

Tilburg liep aardig voor de troepen uit. Voor Mireille is een belangrijk verschil met vroeger het Multi Disciplinair Overleg (MDO). Daarin zitten vertegenwoordigers uit allerlei domeinen: een verloskundige, wijkteammedewerker, jongerenwerker, iemand van de kraamzorg, een medisch maatschappelijk werker en een jeugdverpleegkundige van de GGD. “We komen om de vier weken samen”, legt Mireille uit. “Het is een overleg tussen het medische en het sociale domein. We bespreken zwangere vrouwen die in een kwetsbare situatie zitten.”

**“Het gaat niet om veroordelen,
maar ondersteunen”**

In het begin gebeurde dit anoniem. Inmiddels vragen de verloskundigen toestemming aan de cliënt. Mireille: “Ik leg uit: zwangerschap is niet alleen een lichamelijk iets. Alles eromheen heeft invloed op hoe jij deze tijd beleeft en hoe je kindje straks ter wereld komt. Door jouw situatie met andere deskundigen te bespreken, kunnen we beter helpen.” Volgens Mireille reageren de meeste mensen daar positief op. “Als je het goed brengt en hun eigen verantwoordelijkheid benadrukt, zijn ze blij met hulp. Ze snappen dat het niet om veroordelen gaat, maar om ondersteunen.” In het MDO wordt gekeken naar risicofactoren, maar ook naar beschermende factoren. Misschien is maatschappelijk werk nodig of de inzet van schuldhulpverlening. Mireille: “Vroeger dacht ik: ‘Ik ben verloskundige, geen sociaal

werker.’ Maar als ik wil dat deze moeder en haar kindje een goede start hebben, moet ik out-of-the-box durven denken. Ik hoef het zelf niet op te lossen, maar ik weet nu hoe ik kan doorverwijzen.”

Mama's@Home

Mireille bekommert zich enorm om de jonge moeders en doet veel meer dan haar reguliere werk. Zo startte ze samen met de GGD tijdens de coronaperiode ‘Mama's@Home’, een onlineprogramma voor onlangs bevallen moeders. “In die tijd mocht er geen kraambezoek komen, wat natuurlijk hartstikke lastig was. Zeker als je toch al in kwetsbare omstandigheden zit. Via ‘Mama's@Home’ kwamen moeders drie keer online bij elkaar. De eerste keer was ik er als verloskundige bij, een volgende keer een jeugdverpleegkundige, daarna een medisch maatschappelijk werker. De moeders konden praten over hun gevoelens, ervaringen delen en merkten dat ze niet alleen waren. Ze appten elkaar 's nachts tijdens het voeden, gaven tips, steunden elkaar. Helaas stopte Mama's@Home na een paar jaar vanwege onvoldoende budget. Daar was ik echt verdrietig om.”

**“Ik moet out of the box
durven denken”**

Opvoedstijl

Inmiddels is Mireille met anderen het project 'Centering Zwangerschap' gestart, een vorm van groepsbegeleiding tijdens de zwangerschap. "We hebben negen bijeenkomsten van twee uur met een groep zwangeren", vertelt Mireille. "We bespreken alles: van gezonde voeding, zwangerschapsklachten tot hoe je de opvoedstijl van je eigen ouders hebt ervaren en wat je zelf anders wil doen. De vrouwen leren van elkaar en ontwikkelen een netwerk. Vaak houden ze contact, ook na de bevalling. Dat is pure winst. Alleen al uit menselijk oogpunt is het onbetaalbaar, maar ook maatschappelijk levert het wat op."

Kers op de taart

Er gaan heel wat extra uren in deze groepen zitten. "Het is mijn wens om in de toekomst 'Centering Ouderschap' op te zetten, zodat moeders na de bevalling ook een vaste ontmoetingsgroep hebben. We weten vanuit 'Mama's@Home' dat daar behoefte aan is. Maar ja, opnieuw: financiering is het grote issue."

Na al die jaren ziet Mireille hoeveel invloed kwetsbare omstandigheden hebben op een zwangerschap, kraamtijd en toekomst van een kind. "Mijn vak is prachtig, een bevalling begeleiden is geweldig, maar dit is de kers op de taart." Ze hoopt dat de aanpak van Kansrijke Start zich als een olievlek verder verspreidt. "We zijn in Tilburg-Zuid begonnen, intussen gebeurt het ook in West, Noord en omliggende dorpen. Je ziet dat het werkt. Daar zet ik me met hart en ziel voor in."



Niet praten over ouders, maar met ouders



"Soms neem ik de telefoon op en hoor ik aan de andere kant complete chaos en paniek. Een jonge meid vertelt me dat ze onverwacht zwanger is geraakt. Haar relatie is niet stabiel, ze hebben beiden geen werk en geen eigen plek om te wonen. Ze heeft geen idee hoe nu verder en is naar mij doorverwezen."

Judith de Bruin

Judith de Bruin maakt deel uit van de landelijke spiegelgroep Kansrijke Start. Hier brengt ze als adviseur Ervaringsdeskundigheid voortdurend het perspectief van (aanstaande) ouders onder de aandacht. Haar belangrijkste missie: gelijkwaardig samenwerken tussen ouders (ervaring), zorgprofessionals (praktijk) en de wetenschap.

Aan het woord is Judith de Bruin. In haar dagelijks werk als ambulant hulpverlener in de specialistische jeugd- en opvoedhulp komt zij veel over de vloer bij (aanstaande) ouders die extra ondersteuning nodig hebben.

Soms neemt ze hen letterlijk aan de hand mee naar een verloskundige, soms observeert ze hoe het thuis gaat met de opvoeding. "Ik ga bij de (aanstaande) ouders langs en help hen hun weg te vinden. Dat doe ik zolang dat nodig is en op allerlei leefgebieden. Zo nodig verwijs ik hen door naar de juiste plekken. Zoals voor het regelen van de financiën, afspraken bij de verloskundige, schuldhulpverlening of opvoedondersteuning. Het is niet makkelijk om je weg te vinden, maar er is heel veel mogelijk."

"Het is niet altijd even makkelijk om als ouder je weg te vinden"

Geen toekomst

Judith weet waar ze het over heeft. Ze raakte zelf zwanger toen ze pas 17 jaar was. "Ik ging al een tijdje niet meer naar school en er waren behoorlijk veel problemen bij mij thuis." Toen ze ook nog zwanger bleek, was de ellende compleet. "Ik had geen werk, stond er alleen voor in de opvoeding en had in mijn ogen totaal geen toekomstperspectief. Samen met mijn zoontje heb ik anderhalf jaar bij het Leger des Heils gewoond. Die begintijd was zowel voor mij als voor mijn zoon

onwenselijk en ronduit traumatisch. Ik had graag iemand naast me gehad die me hoop en mogelijkheden kon bieden, iemand die een voorbeeld was en geloofde dat het echt anders kon. Iemand die stond voor gelijkwaardige verbinding en die mij kon zien als mens in plaats van een jonge moeder met risicofactoren."

Beter perspectief

Judith is sinds 2019 betrokken bij Kansrijke Start. Als lid van de spiegelgroep schuift zij aan bij overleggen tussen de overheid, professionals en wetenschappers over Kansrijke Start. "Er wordt heel veel over de ouders gepraat, maar zeker niet altijd mét de ouders. Zij worden niet gelijkwaardig betrokken, hun perspectief wordt niet altijd gezien. Ik werk vanuit de driehoeksverhouding tussen ervaring, praktijk en wetenschap. Daarnaast probeer ik naast de ouders te staan die we willen helpen. Wat hebben zij van ons nodig, waar hebben zij behoefte aan? Hoe kunnen we hen een beter perspectief bieden?"

Goed luisteren

"Ik probeer goed te luisteren naar wat ouders nodig hebben. We kunnen als professional allerlei plannen maken over wat goed voor hen is. Maar je moet eerst de behoeften van ouders inventariseren en dan pas met een plan komen. Uiteindelijk moet deze manier van gelijkwaardig samenwerken, optrekken met de mensen om wie het gaat nog veel meer ingebed worden in de structuur van Kansrijke

Start. Ook als het gaat over het implementeren en evalueren van het plan.”

Want eigenlijk gebeurt dat nu vaker niet dan wel, vindt Judith. “Er wordt bijvoorbeeld een avond georganiseerd voor jonge ouders met een gezellig samen zijn en inhoudelijke bijeenkomsten over bepaalde thema’s zoals laaggeletterdheid, vaderbetrokkenheid of schulden. Maar zijn dit ook echt de thema’s die leven in een bepaalde wijk? Het zit hem soms ook in het taalgebruik. Zoals bijvoorbeeld de term kwetsbare ouders. Wil jij kwetsbaar genoemd worden? Soms zijn de omstandigheden lastig en heeft iemand daarom wat extra hulp nodig. Maar dat maakt iemand nog niet kwetsbaar.”

Aan tafel

Wetenschap en praktijk werken steeds beter samen, ervaringsdeskundigheid hoort daar ook bij. Toch kun je niet zomaar elke ouder met een ervaringsverhaal plompverloren aan een tafel vol beleidsmakers zetten. Daar zitten zij misschien niet op hun plek en valt hun bijdrage in het niet. “Wel kunnen gemeenten bij hun aanpak Kansrijke Start hun eigen klankbordgroepen, sleutelfiguren of ervaringsdeskundigen toevoegen, die structureel een bijdrage kunnen leveren aan het gesprek. Dat benadrukken blijft echt nog nodig.”



“Een lastige situatie maakt iemand nog niet kwetsbaar”

Kleine stappen

Er worden stappen gezet, kleine stapjes. Over het algemeen wordt er vaker en beter gekeken naar de ervaringen en behoeften van mensen zelf. Ervaringsdeskundigheid, praktijk en de wetenschap hebben elkaar nodig om het beste voor de doelgroep te bereiken. Judith: “Het is fijn om te weten hoeveel cliënten een gesprek voerden over schulden of hoe professionals vinden dat een project loopt. Maar het belangrijkste is natuurlijk wat ouders eraan hebben gehad.”

“Een onbedoelde zwangerschap kan een leven uit balans brengen”

Is nóg een baby een goed idee als je al drie kleine kinderen hebt en pas sinds een jaar in Nederland woont? Als je de taal amper spreekt en je veel stress hebt, waardoor je weinig overzicht en grip hebt op je leven? Of iemand zwanger wil worden is voor iedereen een autonome, vrije keuze. “Het is makkelijk om te (ver)oordelen als buitenstaander (‘dit is toch zeker geen goed moment?’) Maar dat is niet aan ons. Waar wij wel aan kunnen bijdragen is dat een zwangerschap een bewuste keuze is – niet iets dat iemand overvalt. Want een onbedoelde zwangerschap kan mensen in kwetsbare omstandigheden (nog meer) uit evenwicht brengen”, zeggen Gooitske Bierma en Lotte Steenstra van Nu Niet Zwanger.



Gooitske Bierma en Lotte Steenstra

Gooitske Bierma en Lotte Steenstra bedienen als inhoudelijk coördinatoren van het programma ‘Nu Niet Zwanger’ van de GGD Groningen, alle gemeenten uit de provincie. Via dit programma trainen zij hulpverleners hoe ze open en eerlijke gesprekken met hun cliënten kunnen voeren over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Ook gaan ze zelf op pad voor deze kinderwensverkenning.

Kinderwensverkenning

Met hun auto of op de fiets gaan Lotte en Gooitske op pad in Groningen om zelf met cliënten te praten of om anderen te leren hoe je zo'n gesprek voert. Ze trainen professionals in het sociaal en medisch domein om het juiste gesprek te voeren over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Dan gaat het bijvoorbeeld over professionals binnen het schoolmaatschappelijk werk, de jeugdgezondheidszorg van de GGD, jeugdzorg, verloskundigen, medewerkers in de verslavingszorg, begeleiders van mensen met een licht verstandelijke beperking of psychiatrische problematiek. "Zo'n open gesprek met een cliënt noemen we kinderwensverkenning. Hartstikke belangrijk, want als je een kindje krijgt, verandert je leven totaal", zegt Lotte. "Het is ons doel dat iemand daar zelf een bewuste keuze over maakt. Heb je genoeg financiële middelen, heb je een dak boven je hoofd, een slaapkamertje voor een kindje?"

"Heb je wel een dak boven je hoofd?"

Door hoge werkdruk of veel cliënten, is het niet altijd makkelijk om een voet tussen de deur te krijgen bij de organisaties. Maar Lotte en Gooitske laten niet los. "Er zijn altijd veel belangrijke thema's die besproken moeten worden. De kinderwensverkenning is er zeker eentje van."

Wat kan?

De anticonceptiekoffer gaat vaak mee naar de gesprekken. In de koffer zitten voorbeelden van anticonceptiemiddelen en aan de hand daarvan wordt besproken wat de voor- en nadelen zijn. Dat kan voor iedereen anders zijn. Het is belangrijk om goed aan te sluiten bij de belevingswereld van de cliënt. En om goede uitleg te geven. Gooitske: "Niet iedereen weet wat er kan. Dat geldt niet alleen voor de cliënten, maar net zo goed voor professionals. Op social media vind je lang niet altijd de juiste en betrouwbare informatie. Zo leer je daar bijvoorbeeld dat je niet zwanger kunt worden als je borstvoeding geeft. Wij laten zien waar je wél terechtkunt voor betrouwbare informatie."

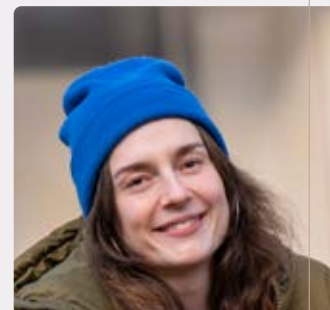
Binnen het programma wordt altijd gekeken naar hulp op maat. Geld hoeft geen belemmering te zijn, er is namelijk een budget voor anticonceptiemiddelen. Daarin hebben de cliënten dus keuzevrijheid. Na het gesprek blijven Lotte en Gooitske op de achtergrond aanwezig. Lotte: "We bellen of appen regelmatig met cliënten. Zo herinneren we mensen aan afspraken of gaan we op verzoek met iemand mee. Als je je leven niet goed op orde hebt, zijn dit nu net de dingen die je misschien vergeet, terwijl het veel ellende kan voorkomen."

Nu Niet Zwanger

“Het gaat bij ‘Nu Niet Zwanger’ écht om preventie”, zegt Gooitske. Bij de trainingen ontmoeten verschillende disciplines elkaar. Ook schuiven Lotte en Gooitske aan bij de lokale coalities Kansrijke Start, al is het bij elke gemeente weer anders georganiseerd. “Je hoort wat er speelt en ziet de gezichten bij de organisaties. En wij kunnen mensen doorverwijzen als we zien dat er meer aan de hand is.”

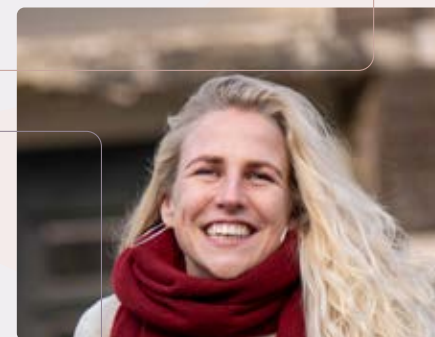
In het hele land werken coördinatoren van Nu Niet Zwanger samen en dit wordt ondersteund door GGD GHOR Nederland. Gooitske: “Er zijn terugkomdagen en intervisies en een digitaal platform met informatie en materialen. Goed georganiseerd dus. Al zou het in de ideale wereld vanzelfsprekend moeten zijn voor professionals om het gesprek over een kinderwens te voeren met hun cliënt.”

**“We bellen of appen
regelmatig met cliënten”**



Lotte

“Ik kom uit de ambulante zorg en heb een master gevolgd over religie en seksualiteit. Ik wil het taboe doorbreken en dit programma levert daar op een heel simpele manier een bijdrage aan. Ik ben groot voorstander van preventie.”



Gooitske

Vanuit mijn ervaring in de jeugdzorg zie ik dat er veel speelt bij cliënten. Soms is iemand in een crisissituatie ‘zomaar opeens’ zwanger. Door de inzet van dit programma kun je professionals deze methodiek aanleren en veel mensen bereiken.”



“Uit liefde voor mijn kinderen doe ik alles”

Ciro (1) zit in de box gezellig te brabbelen. Vanochtend moest zijn moeder Silvana (25) naar school, nu heeft ze een afspraak met Romy Severien van het Jonge Moederwerk, waarbij ze bespreken hoe het met haar gaat.

Silvana en Romy Severien

Toen Silvana ontdekte dat ze zwanger was, woonde ze nog bij haar ouders. Ze wilde dolgraag een eigen plek voor zichzelf en haar baby, maar dat lukte niet zomaar. Ze kwam in contact met Romy Severien van het Jonge Moederwerk in Almelo. Samen kregen ze haar leven op de rit, inclusief woonruimte, een opleiding en de aanpak van haar schulden.

Zwanger en nu?

Romy en Silvana kennen elkaar nu zo'n twee jaar. Silvana had via via gehoord over het Jonge Moederwerk (JMW), dat valt onder organisatie Avedan Welzijn. "Toen ik had ontdekt dat ik zwanger was, vertrok mijn ex met de noorderzon. Ik ben gezegend met lieve ouders die alles voor mij over hebben. Mijn moeder was blij met mijn zwangerschap en wilde meteen het huis verbouwen. Maar ik wilde liever op mezelf wonen", vertelt Silvana. "Toen ik 20 jaar was heb ik een tijdje op mezelf gewoond in een flat voor ouderen. Maar dat matchte niet goed." Daarna ging ze terug naar haar ouders en was het lastig om een nieuwe woning te vinden.

Jonge Moederwerk

Silvana nam contact op het JMW om te kijken of zij iets voor haar konden betekenen. Het JMW is er voor zwangere vrouwen en hun partners uit Almelo. "We ondersteunen ouders met alle mogelijke uitdagingen die op hun pad komen zoals geldzaken, kinderopvang, zwangerschapsbegeleiding, opvoeding of het zoeken van een woning", vertelt Romy. Om het een en ander te kunnen regelen, zijn er korte lijntjes met verschillende partners in Almelo.

Pittige bevalling

Voor Silvana was de hulp van Romy zeer welkom. Via het JMW kwam ze in contact met andere moeders. Silvana: "Er was een inloop met allemaal jonge meiden in eenzelfde soort situatie.

We appten en spraken elkaar regelmatig of we gingen wat leuks doen." Daarnaast probeerde Romy wat ze kon om Silvana te ondersteunen in het vinden een woning. Dat lukte vlak voor de bevalling.

De bevalling was pittig en uiteindelijk werd Ciro via een keizersnede geboren. Hij hilde veel als baby, Silvana had het zwaar en kampte met depressieve gevoelens. Romy mag de eerste duizend dagen betrokken blijven, ter ondersteuning. Ze besloten samen een plan te maken voor de toekomst. Silvana kreeg hulp via de POP-poli, dat staat voor Psychiatrie, Obstetrie (verloskunde) en Pediatrie (kindergeneeskunde). Op de POP-poli bundelen zorgverleners hun krachten om jonge moeders te ondersteunen.

Ondanks de tegenslagen ging Silvana niet bij de pakken neerzitten. Romy: "Doordat ze zich al tijdens haar zwangerschap openstelde voor hulp en enorm gemotiveerd is, werkt de ondersteuning heel goed. Het krijgen van een kindje is voor veel ouders een keerpunt. Ze willen dan echt het goede doen en oude patronen doorbreken."

"Ik ben heel blij dat ik deze kans nu krijg"

Romy is aandachtsfunctionaris voor het programma 'Nu Niet Zwanger' en had hierover gesprekken met Silvana. Voor Silvana was dit een thema waar zij haar eigen keuzes in wilde maken.

Silvana weet hoe het is om op te groeien in een gezin met schulden. Ze gunt haar kinderen een andere ervaring. Daarom

startte een traject binnen het Jongeren Perspectief Fonds (JPF) om haar schulden af te lossen. “Het begon te knagen, ik wil een stabiele plek voor mijn zoontje en daar horen schulden niet bij.”

Romy werd haar trajectbegeleider. Met hulp van een coach financiën en budgetbeheer worden Silvana's schulden onder voorwaarden gesaneerd. Ze moet hiervoor een opleiding afronden, zodat ze daarna meer perspectief heeft op werk. “Ik ben heel blij dat ik deze kans krijg. Zo werk ik aan mijn toekomst en die van mijn kinderen.”

Opnieuw zwanger

Silvana heeft het heel fijn met Ciro, hij is een makkelijke dreumes. Ze is op dit moment opnieuw zwanger van het zusje van Ciro. Haar huis is opgeknapt en haar opleiding duurt nog ruim twee jaar. “Met binnenkort twee kindjes is het niet makkelijk om vijf dagen in de week een opleiding te volgen. Ik ben keihard aan het werk voor mezelf en voor mijn kinderen. Uit liefde voor hen doe ik alles.”

Kansrijke Start in Almelo

De Gemeente Almelo heeft sinds 2019 een Kansrijke Start aanpak. De wijkcoaches van de gemeente Almelo, de verloskundigenpraktijken, het medisch maatschappelijk werk ZGT, de JGZ/GGD Twente, kraamzorg en het Jonge Moederwerk van Avedan Welzijn (JMW) werken intensief met elkaar samen. Het team JMW werkt laagdrempelig aan het vertrouwen van de ouders. De gemeente Almelo heeft 'gelijke kansen voor ieder kind' als speerpunt in het beleid. Het netwerk van professionals is breder, steviger en deskundiger geworden.



Romy Severien

“Huilgezinnen: neem ze met z’n allen serieus”



Ineke de Kruijff

Als kinderarts in het St. Antonius Ziekenhuis in Utrecht heeft Ineke de Kruijff speciale aandacht voor overmatig huilende baby's, in de volksmond 'huilbaby's' of zoals ze zelf zegt: huilgezinnen. In 2022 promoveerde ze op dit onderwerp. Ondertussen timmert ze hard aan de weg om deze gezinnen eerder in beeld te krijgen en te helpen. Dit doet ze samen met andere zorgverleners in de geboortezorg, zoals de jeugdarts en huisarts.

Een baby die maar blijft huilen. Moeder wordt er gek van. Vader trouwens ook. De spanning in het gezin is om te snijden en de goedbedoelde maar tegenstrijdige adviezen maken moeder erg onzeker. Tot de bom barst. “Er komen gezonde baby's in het ziekenhuis terecht, omdat de emmer thuis compleet is overgelopen. Begrijpelijk, maar onnodig”, vindt Ineke.

Een huilbaby heeft enorme impact. Moeders en vaders lopen onder meer een flink risico op het ontwikkelen van een depressie, tot wel vijf keer meer dan ouders zonder een baby die excessief huilt. Hoe zorgen we beter voor deze huilgezinnen, vroeg Ineke zich af. “De informatievoorziening kan in elk geval beter. Ouders gaan op zoek op internet en sociale media en komen regelmatig uit bij onbetrouwbare, ongefundeerde en verkeerde adviezen. Dit is de reden dat we naast het meelesen en aanpassen van informatie op internet, recent gestart zijn met een Instagram en TikTok account: debabydoctors.

Hier geven we wetenschappelijk betrouwbare informatie aan ouders van 0 tot 2-jarigen, onder meer op het gebied van voeding, slapen en huilen.”

Binnen vijf dagen

Daarnaast gingen zorgverleners van verschillende organisaties samenwerken. Samen met sociale verloskunde is er een leertraject opgezet, onder de vlag van Kansrijke Start. “Daarmee hebben we de zorg voor deze ouders en hun baby’s in de regio steviger kunnen neerzetten. Als ouders bij de huisarts of het consultatiebureau komen met een baby die veel huilt, weet iedereen precies wat hij moet doen.”

Vóór het leertraject was het zo dat zorgverleners probeerden om de baby uit het ziekenhuis te houden. “Ouders voelden zich dan niet altijd serieus genomen. Dan zagen wij hen opeens ‘s nachts op de spoeddienst, helemaal over hun toeren en uitgeput, en moest hun kindje opgenomen worden”, schetst Ineke. Nu wordt er eerst een regiehouder benoemd, vaak is dat de jeugdarts. Ineke: “Bij medische

zorgen kunnen ouders met hun baby binnen vijf werkdagen terecht bij de zogenoemde ABC-(advanced baby care) poli in een van de ziekenhuizen in de regio. Hier worden ze gezien door een ervaren kinderarts en een medisch pedagogisch zorgverlener.”

**“Er komen gezonde baby’s
in het ziekenhuis terecht”**

Medische angel

Zijn er alarmsymptomen? Is er een goede groei en ontwikkeling, zijn er geen afwijkingen bij het lichamelijk onderzoek? De medische angel kan er vaak uitgehaald worden: in minder dan 5 procent van de gevallen is er een ernstig onderliggende medische oorzaak.

Ouders willen erkenning en kunnen vaak uiteindelijk gerustgesteld worden, maar daarmee is het huilen niet over. Na het consult worden ouders en hun baby daarom niet zomaar losgelaten. Er is begeleiding en nazorg vanuit de medisch pedagogisch zorgverlener. “We bieden ouders hulp bij het troosten. Ook kunnen zij, of familie en vrienden, bijvoorbeeld naar de podcast ‘Ontroostbaar’ luisteren voor meer (h)erkenning. Het is enorm heftig waar een huilgezin doorheen gaat en sociale steun is superbelangrijk.”

Als een roosje

Na twee weken is er een videoconsult waarbij verschillende zorgverleners én ouders aanschuiven. “Het is niet zo dat alle baby’s opeens als een roosje slapen, maar ouders voelen zich serieus genomen en we spreken af wat er verder nog nodig is. Soms blijft een gezin onder controle in het ziekenhuis, maar meestal kan de zorg weer dichtbij huis plaatsvinden.”

“Als je de zorg rondom huilen goed organiseert ‘vang’ je ook andere problemen”

Het aantal spoedconsulten en opnames van huilbaby’s is met deze nieuwe werkwijze flink gedaald. En dat is niet de enige winst. “De ouders zijn blij, de professionals zijn blij. Het is inspirerend om samen hiermee bezig te zijn”, zegt Ineke. “Als je de zorg rondom huilen goed organiseert ‘vang’ je ook andere problemen die in de babytijd regelmatig voorkomen, zoals voeding of slapen.”

Het leertraject is inmiddels overgegaan in de reguliere werkwijze. Het was leerzaam en succesvol. Ineke: “Er waren ook hobbels en bobbelen. Zo zijn er wisselingen van personeel of hebben beleidsmakers ineens een andere focus. Het mooie is dat je met allerlei disciplines in de geboortezorg samen zit en elkaar leert kennen. We hebben raakvlakken, frustraties, maar ook oplossingen. Zolang je elkaar op inhoud weet te vinden, kun je mooie stappen zetten.”

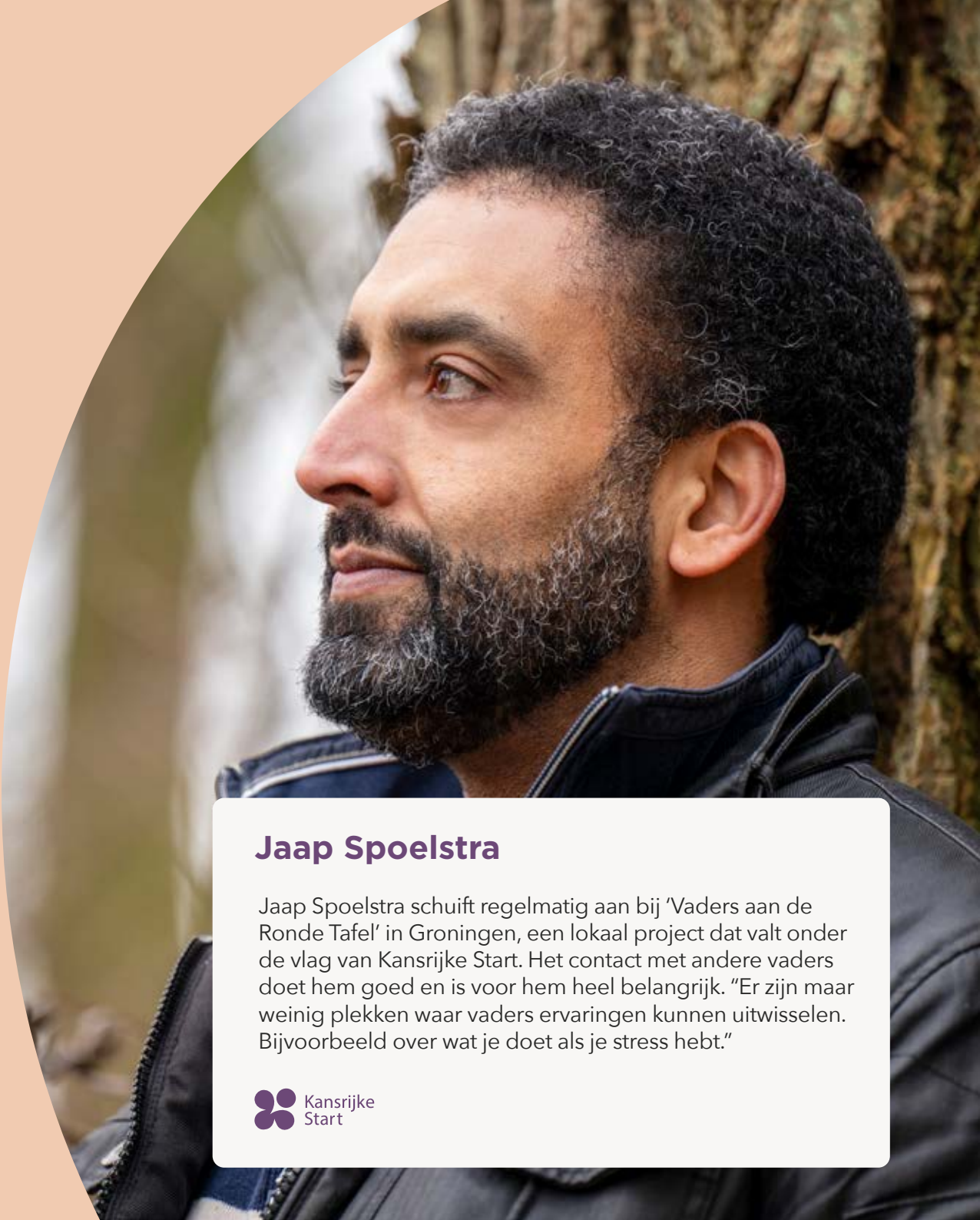
Ineke zou willen dat de werkwijze een blauwdruk blijkt voor het hele land. “Want het werkt. Zowel voor de baby’s als voor de rest van het gezin.”



Het delen van gevoelens en vragen over het vaderschap

Lekker een avondje bomen met andere mannen over het jonge vaderschap. "Hoe doe jij dat als je baby de halve nacht ligt te huilen en je moet de volgende dag weer werken?"

Niet alleen moeders, maar ook vaders worstelen met vragen, gevoelens en onzekerheden.

A portrait of Jaap Spoelstra, a man with a beard and curly hair, looking thoughtfully to the side. The image is partially obscured by a large white circle on the right side of the page.

Jaap Spoelstra

Jaap Spoelstra schuift regelmatig aan bij 'Vaders aan de Ronde Tafel' in Groningen, een lokaal project dat valt onder de vlag van Kansrijke Start. Het contact met andere vaders doet hem goed en is voor hem heel belangrijk. "Er zijn maar weinig plekken waar vaders ervaringen kunnen uitwisselen. Bijvoorbeeld over wat je doet als je stress hebt."

In de bovenzaal van zijn Sportcenter *Totally in Shape* komt een groep jonge vaders regelmatig bij elkaar. Stefan Alfons, eigenaar van het Sportcenter, is behalve personal trainer en mental coach ook vader. Met zijn volwassen zoon heeft hij een bijzonder goede band en dat gunt hij elke vader. “Die basis wordt al heel jong gelegd.” Daarom startte hij een groep voor jonge vaders. Dat deed hij in overleg met de wijkprojectleider Kansrijke Start in De Wijert.

“De basis wordt al heel jong gelegd”

Jaap Spoelstra is een van de deelnemers aan het vaderproject. Na de geboorte van zijn zoontje bijna vier jaar geleden, ging het niet goed met zijn vriendin. “We waren acht jaar samen, maar na de bevalling kreeg ze last van achterdocht, angst en paniekaanvallen. Ik kan daar verder niet zoveel over zeggen, maar ze had hulp nodig in mijn ogen. Ik heb op allerlei plekken aan de bel getrokken, maar voelde me niet gehoord. Uiteindelijk ben ik via het consultatiebureau in contact gekomen met WIJ-Groningen (WIJ-Groningen voert onder meer de jeugdwet uit in Groningen). In die periode begon de ellende pas echt. Uiteindelijk zijn mijn partner en ik uit elkaar gegaan, is mijn zoontje bij mij uit huis geplaatst en kan ik hem alleen nog onder begeleiding zien. Er is heel veel misgegaan, dat is een verhaal op zich. Ik voer nu strijd om mijn zoontje terug te krijgen en ik hoop dat het goedkomt.”

Helden zonder cape

Door zijn negatieve ervaringen had Jaap geen hoge verwachtingen, maar wel behoefte aan ondersteuning in zijn omgeving. Hij wilde graag in contact komen met andere vaders. “Dat was niet makkelijk. Er wordt niet zoveel rondom vaderschap georganiseerd. Ik was dan ook heel blij toen ik hoorde over het vaderproject in De Wijert. Veel mannen zijn gewend om wat te praten met bier en bitterballen, zonder dat het echt ergens over gaat. Bij de Ronde Tafel is dat anders. Daar kunnen we delen wat ons bezighoudt. In mijn geval gaat het om een kind dat uit huis is geplaatst, maar er komt bijvoorbeeld ook een vader met een kindje met reflux. Onze achtergronden verschillen, onze verhalen verschillen. De gemene deler is in mijn ogen dat we allemaal een vorm van stress ervaren.”

Ze leren van elkaars verhalen. Soms zitten ze gewoon wat te praten, soms komt er een deskundige of interessante spreker langs. Zo kwam auteur Stephen van der Leij vertellen over zijn boek ‘Daddycation’. Zijn boek gaat over vaders, of zoals hij zegt: helden zonder cape. Hij neemt vaders mee op zoektocht naar hoe ze de beste vader kunnen worden voor hun kind. “Dat was echt super interessant”, zegt Jaap.

Betrokken vaderschap

Stefan wil betrokken vaderschap meer op de kaart zetten. "Ervaringen delen, met elkaar praten hoe jij iets zou doen. Wat de invloed is van je eigen opvoeding op hoe je in het vaderschap staat. Het is toch eigenlijk heel gek dat dat zo weinig gebeurt?"

Wat heb jij nodig om een betrokken vader te kunnen zijn? Waar kun je heen als je je zorgen maakt? Jaap vindt deze insteek ontzettend waardevol. "De focus ligt te vaak bij de vrouw. Ik heb als vader weinig gehad aan de professionals bij bijvoorbeeld het consultatiebureau. We hebben meer aan elkaar. Je leert elkaar steeds beter kennen en dat schept een band. Je durft steeds openhartiger te zijn, ook als het even moeilijk gaat."

Jaap wil graag dat meer vaders bereikt worden en dat zij altijd ergens terecht kunnen. Ondertussen draait de Ronde Tafel verder. Voor dit jaar staan weer verschillende avonden gepland. De gemeente Groningen houdt daarbij wel een vinger aan de pols.

Er wordt onder meer gekeken naar hoeveel vaders worden bereikt. Er staan zo'n veertig mannen op de lijst, gemiddeld zijn er tien mannen aanwezig. Is dat veel of juist weinig? Jaap: "Natuurlijk wil je meer mannen bereiken. Maar het heeft ook tijd nodig."

**"Je leert elkaar kennen
en dat schept een band"**



Elke ouder heeft een netwerk nodig

Nog voordat Kansrijke Start officieel als actieprogramma ging lopen, was er in Zeist al budget en capaciteit vrijgemaakt voor een kansrijk begin voor jonge gezinnen in de gemeente Zeist. Wethouder Angèle Welting is heel positief over wat er de afgelopen jaren is neergezet. "Professionals weten elkaar veel beter te vinden. De verloskundigen zijn een drijvende kracht en pleitbezorgers voor de Kansrijke Start coalitie. Zij zien de moeders in kwetsbare situaties als eerste en denken: hier moeten we iets mee."

Angèle Welting

Angèle Welting is sinds 2022 wethouder in Zeist. Ze studeerde Sociologie en werkte in de jeugdzorg. Mede hierdoor weet ze hoe belangrijk het is dat ouders ergens terechtkunnen met hun vragen en onzekerheden. De komst van een baby heeft veel impact en er is lang niet altijd sprake van een roze wolk. Angèle wil er als wethouder voor zorgen dat ouders een goed (in)formeel netwerk hebben om op terug te vallen als dat nodig is.

Verbinding

Er is inmiddels een brede samenwerking binnen de kansrijke start coalitie in Zeist. Behalve de gemeente en de verloskundigen zijn nu ook de jeugdgezondheidszorg GGD regio Utrecht, welzijnspartner Meander Omnium en Samen Oplopen, een organisatie vanuit de informele zorg/sociale basis, betrokken. Er is een netwerkcoördinator die de verbinding maakt tussen de verschillende partners. Zij organiseert bijvoorbeeld regelmatig netwerkcafés. Professionals zijn elke dag druk en daarom is het volgens de wethouder van groot belang om dit als gemeente te faciliteren. "Het is prettig als iemand even uit de dagelijkse dynamiek kan stappen en analyseert wat er gebeurt en wat er nodig is."

"It takes a village to raise a child"

In een convenant zijn ambities geformuleerd, waarin centraal staat hoe je een gezin zo goed mogelijk kunt ondersteunen. Voorbereid zijn, zorgeloos van start, groeiend ouderschap, steun dichtbij en slim samenwerken. Angèle: "Ik geloof in het principe *'It takes a village to raise a child'* en wil dat graag uitdragen. Het is zo belangrijk om te investeren in die eerste duizend dagen van een kind. Opvoeden doe je niet alleen: dat doe je ook met grootouders, met de kinderopvang, met school. Een netwerk is onmisbaar en toch zitten veel jonge ouders zonder. Denk bijvoorbeeld aan statushouders. Mensen

met een taalachterstand en weinig sociale contacten. Maar ook hoogopgeleiden met een drukke baan kunnen zich eenzaam voelen in de opvoeding, vastlopen en hulp nodig hebben."

Roze wolk

Angèle heeft twee kinderen, pubers inmiddels. "De geboorte van een kind heeft enorm veel impact op het leven van mensen, het is het allergrootste dat je mee kunt maken. Het is mooi, maar het kan ook moeilijk zijn. Het is belangrijk dat ouders, ongeacht hun achtergrond, mogen zeggen dat het soms (te) veel is. De wolk is soms niet roze, maar grijs. Dat is oké en heel normaal. Hier is een netwerk waarmee je je mindere momenten kunt delen heel belangrijk."

Open gesprek over kinderwens

Angèle werkte voor haar politieke carrière in de jeugdzorg en zag daar heftige situaties, waaronder ondertoezichtstellingen (OTS) en uithuisplaatsingen. "Soms was met veel moeite een situatie gestut en gesteund en werd moeder opnieuw zwanger. Daarom vind ik het zo goed dat een programma als 'Nu niet Zwanger' onderdeel is van Kansrijke Start. We moeten het gesprek durven voeren over een kinderwens. Hoe ziet iemands wens eruit, hoe staat het met kennis, planning, verantwoordelijkheid of geld?"

Buddy loopt mee

Er lopen tal van initiatieven in Zeist. Stichting 'Samen Oplopen' is één van de kernpartners. Zij combineren formele en informele zorg: een gezinsvrijwilliger of buddy is de steunpilaar van het gezin. De gezinsvrijwilliger wordt gecoacht door een coördinator die - waar nodig - ook laagdrempelig hulp kan bieden. De gemeente Zeist is een van de *founding mothers*, het draait inmiddels ook in andere gemeenten. Zelf was Angèle ook anderhalf jaar als buddy betrokken bij een gezin uit Syrië.

Geboortebox

Onlangs is in Zeist de geboortebox gelanceerd, die de gemeente samen met de partners maakt. Hierin zitten kaartjes met adviezen en gesprekstips voor ouders. Ook zijn er zwangerschapsgroepen en moeder- en vadergroepen, opgezet door Samen Oplopen en Meander Omnium. Er zijn bijeenkomsten rondom de zwangerschap, maar ook over ouderschap en opvoeding. Verder begeleiden verloskundigen Centering Zwangerschap groepen. "Deze groepen zijn zo mooi omdat ze én kennis en handvatten geven om goed voorbereid te zijn én helpen om je netwerk te vergroten doordat je ouders in de groep leert kennen." Als het aan Angèle ligt, houdt het niet op na die eerste duizend dagen. Daarnaast zou zij nog meer regio-overstijgend willen werken, gebruik maken van kennis en expertise elders. En de verbinding met andere onderdelen van het sociaal domein kunnen beter, zoals het toeleiden naar werk. Of denk aan de toegang tot kinderopvang. "Nu wordt

dat vooral ingezet als een arbeidsmarktinstrument. Kijk hier anders naar. Ieder kind verdient een goede start, ongeacht waar hun wieg staat of dat ouders wel of niet werken."



“Ik heb schijt aan de rest, ik ben er voor jón!”



Sandy Donders

Als jongerenwerkster bij R-Newt in Tilburg kent Sandy Donders de straten, de scholen en de jongeren van binnenuit. En dat al 26 jaar. Ze geeft seksuele voorlichting op scholen en helpt pubers met vragen over seks en relaties. Ook begeleidt ze jonge (aanstaande) moeders die vaak onbedoeld zwanger zijn geraakt. Ze staat daarbij altijd aan de kant van de jongere, maar heeft een netwerk aan professionals naast zich als dat nodig is.

Meerdere keren per jaar stapt Sandy de Tilburgse scholen binnen. Dan komt ze als jongerenwerkster seksuele voorlichting geven. “Ik leg alles uit: van de menstruatiecyclus tot hoe vrijen eigenlijk fijn kan zijn, van het delen van naaktfoto’s tot onbedoelde zwangerschappen.” In drie minuten wint Sandy hun vertrouwen “Ik praat plat Tilburgs, dat breekt vaak het ijs.” Na de voorlichting op school krijgen de jongeren haar telefoonnummer en Snapchat. “Als ik na zo’n les in de auto stap, staat mijn telefoon al roodgloeiend met vragen: ‘Welk condoom heb ik nodig?’ Of: ‘Ik ben bang dat ik zwanger ben, kun je helpen met een test?’ Op zo’n moment begint mijn werk pas echt.”

Condoms in de tas

Sandy biedt concrete hulp. "Ik heb condoms, zwangerschapstesten en zelfs soa-testen in mijn werktas. Voor de meeste jongeren is praten over seks of anticonceptie thuis verre van vanzelfsprekend. "Dan is het fijn als ze bij mij anoniem terecht kunnen. Ik ben er niet om te oordelen, ik ben er om te helpen."

Haar expertise rondom seksualiteit heeft ertoe geleid dat ze vaak als eerste hoort wanneer een meisje vermoedt dat ze zwanger is.

"Ik doe soms wel zes zwangerschapstesten per week"

"Ik doe soms wel zes zwangerschapstesten per week," vertelt Sandy. "Ik ben dan net zo zenuwachtig als die meiden zelf. Als er twee streepjes verschijnen, dan moeten we aan de bak. Want dan komt er ineens heel veel bij kijken: wat zegt het meisje zelf, wat vindt de vader, wat denkt de familie, welke stappen moeten we nu gaan zetten?"

Sandy staat pal naast de jongere. "Ik zeg altijd: 'Ik ben er voor jou, en ik heb schijt aan de rest. Heeft iemand mij zes uur per week nodig? Dan ben ik er zes uur per week. Eigenlijk ben ik er 24 uur per dag voor ze. Wat er ook maar nodig is. Ik luister, ik vraag en probeer stap voor stap te kijken wat mogelijk is."

Brug slaan

Sandy werkt samen met verschillende organisaties en projecten. Ze is onder meer aandachtfunctionaris voor 'Nu Niet Zwanger'. In Tilburg is Kansrijke Start inmiddels stevig geworteld via preventie, ondersteuning en samenwerking. "Als een meisje zwanger is, heb ik heel andere informatie dan een medisch professional of een jeugdhulpverlener. Ik ken de situatie soms al jaren."

"Rust en duidelijkheid zijn nodig"

In het multidisciplinair overleg (MDO) overleggen professionals met elkaar. Sandy's kracht zit in de brug die ze slaat tussen de jongere en het professionele netwerk. "Ik kan een collega van de GGD bellen, of het maatschappelijk werk of de verloskundige. We kijken samen wat iemand nodig heeft als er een baby komt. Of als er gekozen wordt voor abortus: hoe doen we dat veilig en zorgvuldig? Iedereen wil helpen, maar dat kan voor zo'n gezin overweldigend zijn. In een MDO bekijken we wie wat doet, zodat niet zes of zeven verschillende mensen tegelijk binnenvallen. Rust en duidelijkheid zijn nodig. We zorgen ervoor dat de juiste hulp op het juiste moment komt."

Ze benadrukt ook het belang van het informele netwerk. "Ik ben geboren en getogen in deze wijk, iedereen kent me. Zoek ik een kinderbedje voor een tienermoeder, dan zet ik dat op Facebook en binnen een halfuur is het geregeld. Dat is saamhorigheid: de buurt helpt, de stad helpt. Ik vraag niets, mensen komen vanzelf met spullen."

Droom

Een samenwerking die leunt op betrokken, gedreven professionals is ontzettend waardevol. Er is knowhow en passie. "We kunnen elkaar dag en nacht bellen als er iets speelt. Zoals een meisje dat zwanger is en die door haar ex in elkaar is geslagen. Dat kan dus niet wachten tot maandagochtend. Of als een aanstaande moeder schulden heeft, moeten we snel schakelen, zodat er niet alleen medisch maar ook financieel perspectief komt." Sandy hoopt dat die samenwerking in de toekomst nog structureler en breder wordt. "Ik wil dat niemand hoeft te zoeken naar de juiste hulp."

Zelf heeft ze ook een droom. "Als ik later groot ben," lacht ze, "dan wil ik een huis voor jonge moeders. Niet per se een opvang, zoals nu de daklozenopvang. Maar gewoon een fijne plek waar ze kunnen samenkomen, waar een verloskundige of kinderarts af en toe langskomt, waar babyspulletjes voor het grijpen liggen, en waar ze rustig kunnen landen. Een tijdelijk thuis, zonder drempels, zonder schaamte."



Nawoord

Kansrijke Start is een maatschappelijk thema, dat laten de verhalen in deze bundel mooi zien. Er spreekt een enorme persoonlijke betrokkenheid en ambitie uit. Dat voel ik zelf ook zo.

Rotterdam is de stad waar we ontdekten dat er grote verschillen bestaan in de gezondheid van pasgeboren kinderen en dat armoede daarin een grote rol speelt. Het gevoel van onrechtvaardigheid en het besef dat ik daar in mijn positie als gynaecoloog misschien wat aan kan doen, heeft mij sindsdien niet meer losgelaten.

De gezondheid van een pasgeboren kind is bepalend voor de kans op ziekte, welzijn en succes in het verdere leven. Een zo goed mogelijke start is daarmee een maatschappelijke opgave, waar niet alleen partijen uit de gezondheidszorg verantwoordelijk voor zijn. Het begint al bij de keuze om goed voorbereid en gezond zwanger te worden, maar ook de periode daarna is van het allergrootste belang.

De preconceptieperiode in de eerste duizend levensdagen vormen zo een uniek vliegwiel om de grote gezondheidsverschillen en kansenongelijkheid aan te pakken. Interventies in deze periode blijken ook het meest (kosten) effectief. Gezondheid in die periode staat niet alleen onder druk door medische problemen, maar met name ook door bestaanszekerheid, armoede en leefstijl. Daarnaast spelen de fysieke woonomgeving, gerelateerde toxische stress en bijvoorbeeld hitte of luchtkwaliteit een grote rol.

Een kansrijke start vraagt daarmee om aandacht en samenwerking vanuit verschillende beleidsdomeinen. Perinatale gezondheid in alle beleidsdomeinen wordt een belangrijke paradigma verandering in ons denken en doen. We moeten vandaag al stilstaan bij de gevolgen voor de toekomstige generatie: de lege stoel aan tafel.

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport heeft met het actieprogramma Kansrijke Start verantwoordelijkheid genomen voor onze toekomstige generaties. Dat is geweldig en daar mogen we trots op zijn. Het buitenland is er in elk geval oprecht jaloers op.

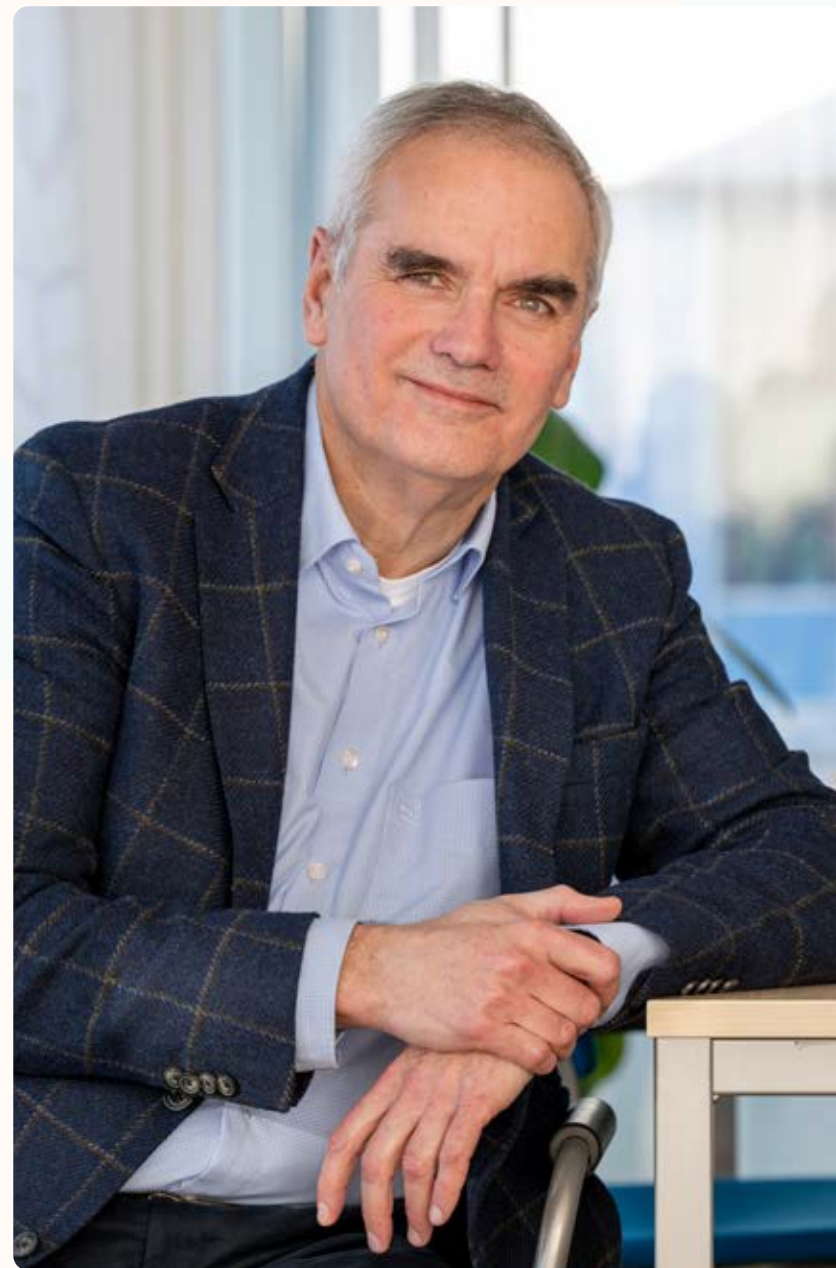
Nieuwe kennis creëert een gevoel van urgentie, enthousiasme en ambitie en heeft het praktijkveld in beweging gebracht. Elke gemeente heeft een lokale coalitie waar diverse zorgverleners en partijen in het sociaal domein elkaar hebben leren kennen en van elkaar leren. Van een vindplaats van problemen is het geworden tot een vindplaats van oplossingen. Nu moeten we met elkaar dat succes borgen voor de toekomst. Het is belangrijk dat we daarbij ook alle kennis en expertise uit het private veld goed benutten. Welke digitale en communicatieve oplossingen worden daar al benut, die we met de juiste vertaalslag ook voor een Kansrijke Start kunnen inzetten? We doen dat met het strategische publiek privaat partnerschap Kansrijke Start binnen het missiegedreven topsectoren beleid.

We weten wat we moeten doen. Dat begint al met de vraag aan mensen in de vruchtbare leeftijd: 'Wilt u misschien het komend jaar zwanger worden? Is het antwoord 'ja', verwijs dan door naar het digitale instrument 'ZwangerWijzer' en naar preconceptiezorg. Vanaf dat allereerste moment zorgen we voor passende zorg en ondersteuning, samen met zorgverleners en de professionals in het sociale domein.

Dat op een goede manier met elkaar realiseren is voor mij de belangrijkste ambitie in de komende jaren. Weten wat er van je wordt verwacht, met duidelijke zorgpaden. Wie wat doet, hangt af van de lokale afspraken en situatie.

Eric A.P. Steegers

Gynaecoloog Erasmus MC



Ieder kind verdient een kansrijke start



Een gezonde zwangerschap, een veilige geboorte, en dan opgroeien in een liefdevolle omgeving. Dat gun je ieder kind. Want juist die start is zo bepalend voor later. Helaas treffen niet alle kinderen een stabiele basis in die cruciale periode. Zij hebben daardoor een grotere kans om problemen te ontwikkelen, lichamelijk, mentaal en in hun relaties met anderen.

Met de Kansrijke Start aanpak willen we ervoor zorgen dat een goed begin voor elk kind vanzelfsprekend wordt. En dat ouders de steun en mogelijkheden krijgen om hun kind te laten opgroeien met optimale kansen.



Want als ouders zich gesteund en geholpen voelen, zijn ze beter in staat om hun kind een goede start in het leven te geven. In dit boek leest u ervaringen van ouders, professionals en bestuurders met het actieprogramma Kansrijke Start. Hun verhalen laten zien dat samenwerking tussen gemeenten, professionals in het medisch en sociaal domein, ouders en het Rijk de sleutel is tot een kansrijke start voor ieder kind.

