



BRUSSEL PLAATSELIJKE BESTUREN

GEWESTELIJKE OVERHEIDSDIENST BRUSSEL

ONDERSTEUNING VAN HET MOEDERSCHAP





DOELSTELLINGEN

- **Toegang geven tot informatie** over alles wat zwangere vrouwen kan interesseren: zwangerschap, bevalling, hospitalisatie, moederschap, gezondheid van en zorg voor de baby, opvoeding, justitie, enz.
- **Emotionele ondersteuning bieden:** een veilige ruimte bieden en actief luisteren naar toekomstige mama's over hun emoties in verband met hun situatie, de zwangerschap en het ouderschap.
- **Moeders alleen ondersteunen en begeleiden vanaf het begin van hun zwangerschap:** ondersteuning bij de medische opvolging en de echo's, sessies als voorbereiding op de bevalling en de eerste dagen na de geboorte van een kind.
- **Het welzijn van de moeder bevorderen:** informatie en advies geven over voeding, lichaamsbeweging en stressbeheer.
- **De band tussen moeder en kind versterken:** advies geven over de ontwikkeling van de emotionele band tussen moeder en kind, met inbegrip van activiteiten die het huid-op-huidcontact stimuleren.
- **De zelfstandigheid van de moeder bevorderen:** vrouwen helpen bij het ontwikkelen van hun ouderlijke competenties en ervoor zorgen dat ze zelfverzekerd worden in hun rol als moeder.
- **Een ondersteunend netwerk creëren:** groepen van alleenstaande zwangere vrouwen oprichten om ervaringen uit te wisselen, tips te delen en het isolement na de geboorte te verkleinen.
- **Materiële middelen aanbieden:** kits verzamelen en aanbieden voor het verblijf op de materniteit (kleine koffer) en andere nuttige spullen voor bij het verlaten van de kraaminrichting (draagdoek voor de baby, kinderwagen, deken, ...).
- **Informereren over rechten en procedures:** informeren over ouderlijke rechten en plichten, over sociale voordelen als alleenstaande moeder. Informeren over de procedures afhankelijk van de situatie van de moeder en over verzoeken zoals DNA-test, erkenning van vaderschap, alimentatie enz.
- **Hulp bij administratieve procedures** door informatie te verstrekken over procedures, formulieren en nuttige contacten.



DUUR

Van bij het begin van de zwangerschap tot de eerste levensweken van het kind.



DOELPUBLIEK

Alleenstaande zwangere vrouwen en/of nieuwe mama's



DIENST DIE DE ACTIE LEIDT

Verschillende diensten, of een samenwerking tussen diensten, kunnen relevant en competent zijn voor dit type project: Gelijkekansendienst, dienst gezin, dienst gezondheid, sociale dienst, OCMW, Huis van de Vrouw van de gemeente, jeugddienst, ...

BESCHRIJVING VAN HET PROJECT

Het project beoogt alleenstaande zwangere vrouwen zo volledig mogelijk te begeleiden, vanaf de zwangerschap tot de eerste dagen van het moederschap, zowel individueel als in groep.

Daartoe moet worden voorzien in een warme, gastvrije en vertrouwelijke ruimte om emoties in verband met zwangerschap te delen met de groep en om toegang te geven tot beschikbare informatie en middelen. Deze groepen waar ervaringen worden gedeeld zullen ook helpen om het isolement van deze toekomstige of debuterende moeders - in het bijzonder heel jonge moeders - te doorbreken en hun situatie minder dramatisch te maken.

De individuele opvolging zal gericht zijn op emotionele en psychologische ondersteuning, begeleiding bij consultaties met betrekking tot



LOCATIE

Elke locatie die voldoet aan de criteria van toegankelijkheid, comfort en vertrouwelijkheid om een omgeving te creëren die geschikt is voor het delen van ervaringen en voor emotionele ondersteuning.

- **Speciale ruimtes in het gemeentehuis** om vergaderingen, informatieve workshops en steungroepen te organiseren.
- **Gezondheidscentrum** met ruimtes voor medische consultaties.
- **PMS-centra** die ruimte kunnen bieden voor activiteiten zoals gespreksworkshops of gezinsondersteunende diensten.
- **Gemeenschapscentra, foyers:** in deze polyvalente ruimtes moeten infosessies en activiteiten rond kinderverzorging kunnen worden georganiseerd.
- **Verenigingsruimtes:** partnerverenigingen van het project kunnen hun lokalen ter beschikking stellen voor bijeenkomsten en workshops of voor individuele opvolging.

de zwangerschap (echo's) en bij de sessies die voorbereiden op de bevalling, en ondersteuning tijdens de eerste dagen met de pasgeborene.

Op die manier zal het mogelijk zijn de ontwikkeling van gezonde en stevige familiebanden tussen moeder en kind aan te moedigen en de zelfstandigheid van de moeder te versterken.



Concreet moet de frequentie van de bezoeken aanpasbaar zijn afhankelijk van de specifieke noden van elke zwangere vrouw. Sommige vrouwen kunnen een intensievere ondersteuning nodig hebben, terwijl anderen zich zelfstandiger kunnen voelen.

Het belangrijkste doel is een coherente en aandachtige opvolging te garanderen, door de nodige steun te bieden bij elke fase van

de zwangerschap. Het is belangrijk dat de referentiepersoon flexibel is en alert blijft voor de veranderende noden van de zwangere vrouw, en er tegelijk op toeziet dat deze begeleiding gericht blijft op het welzijn van de toekomstige moeder en haar kind.

BASISSCHEMA VOOR DE OPVOLGING:



PARTNERS

- Eenoudergezinnen 'thuis, het Instituut voor de Gelijkheid van Vrouwen en Mannen, Unia.
- Organisaties die verantwoordelijk zijn voor het bevorderen van de gezondheid van moeders en kinderen, voor het delen van middelen, sensibilisering en professionele opvolging: de Gezinsbond, ONE (Office de la Naissance et de l'Enfance), Kind en Gezin.
- Centra voor gezinsplanning voor seksuele en reproductieve gezondheidszorg, adviezen met betrekking tot zwangerschap, pedagogische workshops, informatie over rechten en beschikbare diensten.
- Verenigingen die zich inzetten voor vrouwen en alleenstaande moeders, om ervaringen te delen in steungroepen.
- Gezondheidscentra, PMS-centra voor medische en professionele opvolging en om middelen en informatie te delen.

- Begin van de zwangerschap: frequentere bezoeken om een vertrouwensrelatie op te bouwen, specifieke verzoeken en noden te identificeren en een persoonlijk begeleidingsplan op te stellen.
- Tussentijds trimester: regelmatige bezoeken, bijvoorbeeld om de twee weken, om een constante opvolging van de evolutie van de zwangerschap te garanderen, emotionele steun te bieden en het begeleidingsplan aan te passen aan de wensen van de toekomstige moeder (bijvoorbeeld al dan niet begeleiding bij medische consultaties of bij de voorbereiding van de bevalling).
- Derde trimester: frequentere bezoeken naarmate de geplande datum van de bevalling nadert om te kunnen voorzien in de materiële behoeften (koffer van moeder en kind, vervoer, ...) en in de emotionele behoeften in verband met de bevalling en de geboorte van het kind.
- Postnatale periode: regelmatige opvolging tijdens de postnatale periode om een zachte overgang naar het ouderschap te verzekeren. Dat zou in het begin om wekelijkse of tweewekelijkse bezoeken kunnen gaan, die daarna geleidelijk afnemen naarmate de nieuwe moeder en haar kind zich kunnen aanpassen.



COMMUNICATIE

De informatie wordt verspreid op de website van de gemeente, op de sociale media en in de plaatselijke pers.

De webpagina moet een gedetailleerd overzicht geven van het project, de doelstellingen ervan en de aangeboden diensten. Ze kan ook informatie, getuigenissen en nieuwtjes in verband met het project bevatten.

De informatie kan worden verspreid bij sensibiliseringsprojecten rond ouderschap in de gemeente.

Brochures, folders, affiches en visitekaartjes kunnen ter beschikking worden gesteld in de gemeenten, scholen, gezondheidscentra, vzw's, PMS-centra en in om het even welke wachtzaal.



UIT TE TREKKEN BUDGET

- **Verloning** van de leden van het team dat instaat voor de opvolging.
- **Opleiding, informatie, sensibilisering** van de leden van het team over onderwerpen zoals de gezondheid van de moeder, emotionele ondersteuning, ouderschap en culturele gevoeligheden.
- **Communicatie:** ontwerpen en drukken van communicatie (brochures, folders, affiches, visitekaartjes, enz.). Kosten voor sensibiliseringscampagnes, online publiciteit, advertenties in de plaatselijke pers, enz.
- **Workshops:** huur van ruimtes voor evenementen, workshops, infosessies, enz.
- Kosten voor de organisatie van **specifieke activiteiten** zoals ontspanningssessies, steungroepen, enz.
- **Materiaal en middelen:** pedagogisch materiaal en middelen voor de workshops, benodigdheden voor geplande activiteiten.
- Aankoop van **verblijfskits voor de materniteit** en andere artikelen die van nut zijn voor zwangere vrouwen en hun pasgeborenen.
- **Vervoer:** vervoerskosten van de deelnemers om naar de medische consultaties te gaan, naar de workshops, naar het ziekenhuis of naar andere activiteiten.
- **Logistiek:** kosten in verband met de organisatie van activiteiten, de huur van materiaal, de inrichting van ruimtes.
- **Veiligheid en verzekering:** verzekering burgerlijke aansprakelijkheid om de activiteiten van het project te dekken.
- **Veiligheids- en noodmaatregelen:** EHBO-kits, EHBO-opleiding.
- **Tolk- en vertaaldiensten:** tolk- en vertaalkosten, minstens voor bepaald informatiemateriaal en bepaalde informatieve documenten, zodat alle vrouwen het kunnen begrijpen en kunnen deelnemen.



Er kunnen persberichten voor de plaatselijke pers worden verspreid.

Informatie kan ook worden verspreid op informatiewerkshops en op activiteiten van scholen, vzw's, sociale diensten en op andere gemeentelijke plaatsen.

Netwerken met partners, vzw's en andere professionals die betrokken zijn bij het project.

CRITERIA WAARMEE REKENING MOET WORDEN GEHOUDEN

Specifieke noden van zwangere vrouwen per gemeente (verschillende doelpublieken hebben verschillende noden, afhankelijk van wijk tot wijk, van gemeenschap tot gemeenschap, enz.)

Bijzondere situatie van zwangere vrouwen: er is meer aandacht nodig voor sommige criteria zoals leeftijd (die soms heel jong kan zijn), gezinssituatie, aanwezigheid van intrafamiliaal of partnergeweld (met inbegrip van gedwongen huwelijken en genitale verminking), migratiestatus en de gesproken taal.

Toegankelijkheid tot en gemakkelijke bereikbaarheid van ondersteunende diensten (de gekozen locatie moet zowel fysiek toegankelijk zijn als bereikbaar met het openbaar vervoer).

Beschikbaarheid van de diensten en **uren die aangepast** zijn aan de noden van de doelgroep.

Partnerschappen: de beste partners identificeren voor samenwerking en ze van bij het ontwerp van het project betrekken. Ze hebben immers vaak veel ervaring met het doelpubliek en kunnen bepalen wat de beste aanpak is om het project tot een goed einde te brengen.

Culturele gevoeligheid: rekening houden met culturele verschillen en diversiteit binnen de gemeente, want zwangerschap, alleenstaand ouderschap en bevalling zijn soms erg delicate onderwerpen om aan te kaarten en behoren tot de intieme levenssfeer. Het is dan ook cruciaal de ondersteunende aanpak aan te passen aan de culturele waarden van de vrouwen die deelnemen.

Vertrouwelijkheid en respect voor de privacy: zoals hierboven reeds aangehaald, behoort zwangerschap tot de intieme levenssfeer, die in sommige gevallen wordt beleefd in een context van partnergeweld. De vertrouwelijkheid van de persoonlijke informatie van de deelnemende zwangere vrouwen moet gedurende de hele opvolging worden gewaarborgd.

Financiële toegankelijkheid: het project moet gratis zijn voor de deelnemers.

Informatie, aangepaste professionele opleiding: zich ervan vergewissen dat het bij het project betrokken team een gepaste opleiding heeft gevolgd of krijgt, die gevoelig is voor de specifieke uitdagingen van alleenstaande zwangere vrouwen.

Risicobeoordeling en veiligheid: mogelijke risico's met betrekking tot de gezondheid en het welzijn van de deelnemende zwangere vrouwen identificeren en erop anticiperen, een preventief interventieplan opstellen voor het geval er zich een medische noodsituatie voordoet.

Educatie en informatie: zorgen voor voldoende duidelijke en toegankelijke informatie over rechten, middelen en beschikbare diensten.

Flexibiliteit en aanpassingsvermogen: het project zodanig ontwerpen dat het flexibel is en kan worden aangepast aan de wisselende noden van de deelnemers. Het is essentieel een kwalitatieve geïndividualiseerde ondersteuning te behouden.



Kwaliteit van de ondersteuning, kwantiteit beperken: de kwaliteit van de ondersteuning is belangrijker dan de kwantiteit, het is beter om het aantal deelnemers te beperken om een diepgaandere inzet en opvolging te garanderen.

Bescheiden starten: als het project zich in de beginfase bevindt, is het beter om met een beperkt aantal deelnemers te beginnen zodat de doeltreffendheid van het programma kan worden beoordeeld naarmate het vordert; daarna kan het worden aangepast aan de vraag.

De indicatoren aan het begin en het einde van de opvolging bepalen, zoals het aantal aanvragen, de participatiegraad bij specifieke workshops en groepsessies, de daadwerkelijke verbetering van het emotionele welzijn van de deelnemers, ...

Feedback verzamelen over de tevredenheid: enquêtes, peilingen, gesprekken, feedback over ervaringen, enz.

Successen en obstakels onderzoeken om tijdens het project de nodige wijzigingen aan te brengen.

Relevantie: beoordelen hoe de begunstigden het nut en de relevantie van het project ervaren.

Individuele feedback: impressies van de deelnemers over hoe ze de verstrekte diensten en ondersteuning hebben beleefd.

Opvolging op lange termijn: door af en toe contact op te nemen met oud-deelnemers, al is het dan minder intensief, kunnen de effecten op lange termijn op de deelnemers en hun kinderen beoordeeld worden. Dat zorgt ervoor dat ze onmiddellijk (opnieuw) kunnen worden doorverwezen in geval van moeilijkheden en dat ze zich blijvend gesteund voelen, zelfs na de opvolging van hun moederschap.

Respons van partners: verzamelen van impressies en ondervonden moeilijkheden van het begeleidende team, verenigingen en andere partners bij de uitvoering van het project.

Beoordelingsverslag: op te stellen, zodat het vervolg kan verlopen in de beste omstandigheden, met de klemtoon op de belangrijkste conclusies, de getrokken lessen en aanbevelingen voor de toekomst.

Het project wordt continu **beoordeeld terwijl het lopende is**, zodat aanpassingen mogelijk zijn om de impact en relevantie ervan te maximaliseren.

EVALUATIE



LINKS

« **Born in Brussels** », info en middelen met betrekking tot zwangerschap, geboorte en de vroegste kindertijd

<https://www.bornin.brussels/nl/goede-tips/praat-en-steungroepen-voor-ouders/>

De vzw Levensadem, hulp voor vrouwen en koppels die problemen hebben tijdens de zwangerschap

[Le Souffle de Vie](#)

Aquarelle vzw, opvolging van de zwangerschap bij moeders in kwetsbare situaties

<https://www.aquarelle-bru.be/>

Beroepsvereniging **Sage-Femmes Belges**

<https://sage-femme.be/>