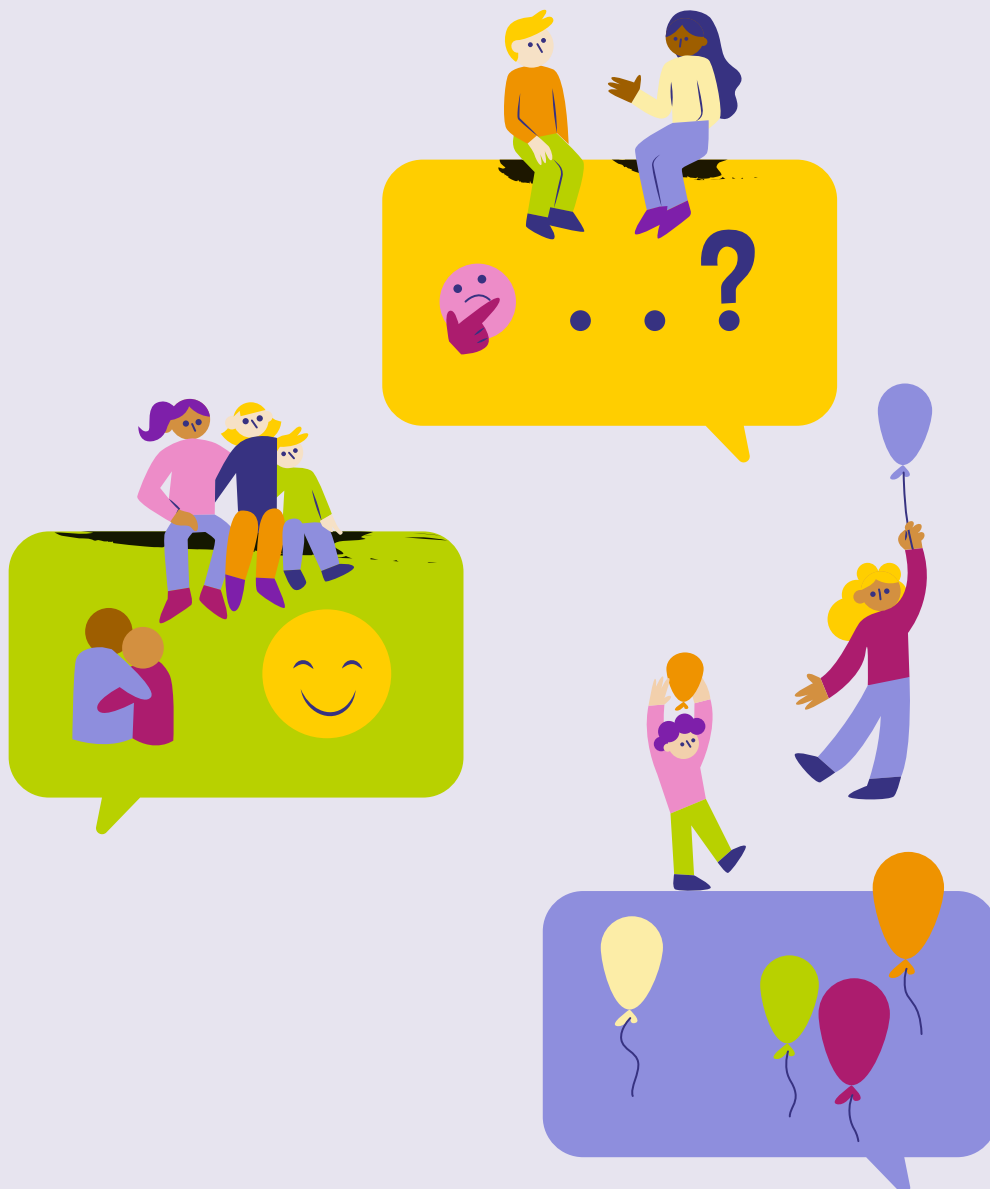




BRUSSEL PLAATSELIJKE BESTUREN

GEWESTELIJKE OVERHEIDSDIENST BRUSSEL

# GESPREKS- WORKSHOPS VOOR MOEDERS





## DOELSTELLINGEN

- Een welwillende omgeving creëren waar alleenstaande moeders ideeën kunnen uitwisselen en hun dagelijkse bekommernissen kunnen delen.
- Alleenstaande moeders in staat stellen hun sociale relaties te herstellen, solidariteit op te bouwen, ervaringen te delen en tips en steun te krijgen.
- Hun welzijn verbeteren door activiteiten aan te bieden zoals coaching, actief luisteren, uitwisselingen in groep om hun persoonlijke competenties te verbeteren, zelfvertrouwen verbeteren, isolement doorbreken.
- Informeren over bestaande hulpbronnen, advies geven aangepast aan hun specifieke noden zoals beroepsopleidingen, zoeken naar werk, het beheren van financiële problemen, bestrijding van isolement, ondersteuning bij parentale burn-out, bemiddeling, huisvesting, enz.
- Tegelijkertijd een ruimte creëren voor kinderen vanaf 7 jaar uit deze gezinnen zodat die hun gevoelens over hun specifieke situatie kunnen uiten. Het is de bedoeling hen te begeleiden in hun persoonlijke, emotionele en sociale ontwikkeling. Vanaf 7 jaar, want dat is de leeftijd waarop kinderen hun emoties onder woorden beginnen te brengen, beginnen te luisteren naar en gedachten uit te wisselen met leeftijdsgenoten, en een sessie kunnen volgen van het begin tot het einde.



## LOCATIE

De workshops worden bij voorkeur gehouden in een gemeentelijk lokaal, in een andere centrale locatie in de gemeente, of op een plaats die relevant is voor de activiteit (bijvoorbeeld Eenoudergezinnen 'thuis).

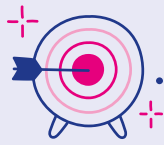
Deze locaties moeten een zekere mate van vertrouwelijkheid en een gemakkelijke bereikbaarheid met het openbaar vervoer garanderen, zodat ze ook geschikt zijn voor personen met beperkte mobiliteit, kinderwagens, enz.

De plaats moet geschikt zijn voor de opvang, de oppas en aparte activiteiten voor kinderen jonger dan zeven jaar tijdens de workshops. Tot slot moet er een specifieke ruimte zijn voor luister- en gespreksessies voor kinderen vanaf zeven jaar.



## DUUR

Eén workshop per maand, met een programma dat rekening dient te houden met de beschikbaarheid van de deelnemers, of die nu te maken heeft met professionele, familiale of persoonlijke verplichtingen. Zo zal een verscheidenheid aan dagen en tijdstippen de regelmatige deelname van de groepsleden bevorderen.



## DOELGROEP EENOUDERGEZINNEN

Moeders en hun kinderen

### PROJECTBESCHRIJVING

Een ruimte creëren om ideeën uit te wisselen en ervaringen te delen tussen alleenstaande moeders, opgevolgd en geleid door mensen met een achtergrond in geestelijke gezondheidszorg, sociale wetenschappen of psychologie.

Er is tegelijkertijd ook voorzien in gespreksworkshops voor kinderen uit deze gezinnen, die eveneens worden geleid door een team dat vertrouwd is met geestelijke gezondheidszorg of onderwijsbegeleiding.

De uurregelingen worden aangepast aan de behoeften van de deelnemers en hun kinderen, met een mogelijkheid de jongsten op te vangen tijdens de bijeenkomsten.

Er worden een of twee gemeenschappelijke sessies gepland met de moeders en hun kinderen, zodat ze hun ervaringen kunnen delen met andere gezinnen en zodat ze kunnen worden gesteund en begeleid afhankelijk van hun noden.

Aan het einde van de workshops wordt informatie verstrekt over plaatselijke ondersteunende diensten, zoals de sociale diensten, het OCMW, de dienst gezinsplanning, hulp bij huisvesting, gezondheidscentra, rechtsbijstand, enz. en worden tools ter beschikking gesteld (brochures, folders, adressen, contactgegevens en links naar relevante websites).

Aan deze plaatsen zou een bezoek kunnen worden gebracht, of men kan er een van de workshops laten plaatsvinden ...

Elke groep volgt idealiter een programma van een jaar, dat bestaat uit twaalf workshops (één per maand) van vier uur. Op die manier wil men alleenstaande moeders en hun kinderen het hele jaar door voortdurende en volledige ondersteuning bieden.

Aan het einde van de reeks workshops wordt een klein slotevenement georganiseerd (drink of lunch), waar de verzamelde getuigenissen, uitwisselingen over nieuwe te ondernemen acties en de volgende geplande activiteiten worden voorgesteld.



## MAXIMUMAANTAL DEELNEMERS

Acht tot tien personen per workshop.



## DIENT DIE DE ACTIE LEIDT

### **Meerdere gemeentelijke diensten**

**kunnen de actie leiden:** de sociale dienst, de kinderopvangdienst, de jeugddienst, de dienst voor gelijke kansen, de dienst werkgelegenheid en opleiding, de cultuurdienst, ...

## COMMUNICATIE

Concreet wordt, om het beoogde doelpubliek te bereiken, een oproep tot deelname gepubliceerd op de website van de gemeente, in de lokale pers, op de sociale media van de gemeente, in folders en op affiches op plaatsen waar gezinnen komen: gemeenteloketten, scholen, gezondheidscentra, PMS-centra, enz.

Daarin wordt alle relevante informatie over het project vermeld, met inbegrip van de details over de workshops, doelstellingen en contactpersonen. Als er al workshops hebben plaatsgevonden, kan men er ook getuigenissen en informatie over de voordelen van workshops in opnemen.

Als het nodig is om de groep uit te breiden, worden er regelmatig publicaties over het project online geplaatst, met aantrekkelijk beeldmateriaal, inspirerende verhalen en informatie.

De activiteit kan ook worden voorgesteld bij evenementen in scholen, in gemeentelijke lokalen of op andere gemeentelijke openbare plaatsen.

## CRITERIA WAARMEE REKENING MOET WORDEN GEHOUDEN

- **Toegankelijkheid:** zoals hierboven vermeld, moet de locatie gemakkelijk bereikbaar zijn met het openbaar vervoer en aangepast zijn voor personen met beperkte mobiliteit en voor kinderwagens.
- **Vertrouwelijkheid:** de locatie moet een vertrouwelijke en veilige omgeving bieden, zodat de deelnemers zich vrij kunnen uitdrukken.
- **Flexibele uren:** alleenstaande moeders zijn overbelast, het project moet zich dus aanpassen aan de verschillende professionele,

familiale of persoonlijke verplichtingen van de deelnemers.

- **Professionele omkadering:** het team dat de workshops begeleidt, moet een opleiding hebben gevolgd in psychologie, sociale wetenschappen of geestelijke gezondheidszorg om de sessies op een goede manier te kunnen begeleiden.
- **Aantal deelnemers:** de grootte van de groepen moet beperkt zijn om een intieme sfeer te bevorderen en iedereen de kans te geven zich uit te drukken.
- **Activiteiten voor kinderen:** tijdens de workshops moeten geschikte activiteiten voor heel jonge kinderen worden georganiseerd. De begeleiders moeten zijn gespecialiseerd in omgaan met heel jonge kinderen.
- **Luisteren en ervaringen delen:** een omgeving bevorderen die geschikt is om actief te luisteren en ervaringen te delen, waarbij empathie en solidariteit worden aangemoedigd.
- **Gevarieerde thema's:** tal van verschillende relevante thema's, waaronder emotioneel welzijn, stressmanagement, ouderschapsvaardigheden, ... kunnen aan bod komen.



## PARTNERS

OCMW, medisch huis,  
gezondheidscentrum, deinst  
gezinsplanning, Eenoudergezinnen 'thuis,  
PMS-centra, Gezinsbond, scholen en  
oudercomités, tewerkstellingsdiensten, ...



- **Netwerken en solidariteit:** netwerken tussen de deelnemers om wederzijdse ondersteuning buiten de workshops te bevorderen, moet worden aangemoedigd.
- **Hulpmiddelen en informatie:** nuttige hulpmiddelen en informatie, zoals contactgegevens van lokale ondersteunende diensten, opleidingsprogramma's en praktische tips worden voorafgaand aan de sessies voorbereid. Bepaalde thema's worden immers erg waarschijnlijk aangehaald door de deelnemers (huisvesting, justitie enz.).
- **Flexibiliteit met betrekking tot de thema's:** de thema's van de workshops aanpassen aan de behoeften en bekommernissen van de deelnemers.
- **Duur van de workshops:** de duur van de workshops zodanig plannen dat er diepgaande discussies kunnen worden gevoerd terwijl tegelijkertijd de beschikbare tijd van de deelnemers wordt gerespecteerd.



## UIT TE TREKKEN BUDGET

- **Vergoedingen voor het leiden** van de workshops en het toezicht op jonge kinderen.
- **Pedagogisch materiaal:** benodigdheden voor de activiteiten tijdens de workshops, schrijfmateriaal, visuele hulpmiddelen, enz.
- **Activiteiten en verzorging voor kinderen:** benodigdheden voor de workshops voor kinderen vanaf zeven jaar, en spel- en verzorgingsmateriaal voor de kleinsten (luiers, reservekledij, ...).
- **Communicatie en promotie:** de kosten voor het ontwerpen, de opmaak, het drukken en het verspreiden (of verzenden) van folders en affiches, en uitgaven voor onlinepubliciteit of publiciteit in de plaatselijke media.
- **Catering:** hapjes en drankjes tijdens de workshops en voor de kinderen.
- **Vervoer:** de vervoerskosten van de teamleden die de workshops leiden.
- **Hulpmiddelen, informatieve documenten:** informatieve documenten zoals brochures, folders en praktische gidsen ontwerpen/ bestellen en verspreiden.
- **Tolk- en vertaaldiensten** om de begrijpelijkheid en participatie van alle vrouwen te garanderen, minstens voor bepaalde media en documenten.
- **Technische uitrusting:** audiovisuele apparatuur, projector, schermen, enz.
- **Verzekering:** alle verzekeringen die nodig zijn voor de locatie en de activiteiten.
- **Voortdurende opleiding en ontwikkeling:** opleidingen of sessies voor professionele ontwikkeling in verband met de behoeften van de workshops.

## EVALUATIE

- **Concrete doelstellingen bepalen:** welzijn verbeteren, stress verminderen, ouderschapscompetenties versterken, ondersteuningsnetwerken creëren, toegang tot werk en/of huisvesting.
- **Gebruikmaken van de vragenlijsten vóór en na de workshops,** van individuele gesprekken, online enquêtes, enz. Deze instrumenten moeten worden ontworpen voor en aangepast zijn aan het doelpubliek: moeders, kinderen, begeleidend personeel.
- **Deelname:** het deelnamepercentage aan de workshops meten alsook de standvastigheid van deze deelname, de redenen van afwezigheid bepalen en de tevredenheidsgraad beoordelen.
- **Getuigenissen:** getuigenissen van deelnemers verzamelen, feedback over hun ervaringen, de veranderingen die ze hebben ondervonden en de voordelen die ze zien.
- **Meteen een feedbacksessie organiseren met de deelnemers** om de resultaten te bespreken, opmerkingen te verzamelen en eventuele verbeteringen te bespreken. Het plannen van tussentijdse sessies (bijvoorbeeld in het midden van het jaar) kan ook informatie opleveren voor tussentijdse aanpassingen.
- **Impact op lange termijn:** bepalen of de verwachte resultaten bereikt zijn, met name met betrekking tot het creëren van een vriendennetwerk of een netwerk van wederzijdse steun, het verbeteren van het welzijn, de komst van nieuwe deelnemers, toegang tot werk, enz.
- **Standpunten verzamelen van vakmensen,** van het begeleidende personeel en van de partners om hun mening te horen over de doeltreffendheid van de workshops en hun suggesties om die te verbeteren.
- **Derelevantie beoordelen van de thema's** die tijdens de workshops aan bod zijn gekomen, door na te gaan of ze overeenstemden met de reële behoeften van de deelnemers.
- **(Her)aangepassen op basis van de resultaten:** de nodige aanpassingen doen aan de volgende workshops om precies te beantwoorden aan de geïdentificeerde behoeften en de doeltreffendheid van de acties te verbeteren.



## LINKS

Een dergelijk initiatief werd opgezet in de **gemeente Ukkel:**

[Ondersteuning en begeleiding van alleenstaande ouders](#)

Een ander, kort na de lockdown, in de **gemeente Sint-Agatha-Berchem:**

[1,2,3 Soleil - Berchem-Sainte-Agathe](#)

Tot slot, met enkele varianten, in de **gemeente Evere:**

[Alleenstaande ouders: helden!](#)