



GGD  
Amsterdam

# Magazine Gezonde en Kansrijke Start



6

Groepsgewijze zorg



10

Gezond zwanger  
in Noord

Nu Niet Zwanger



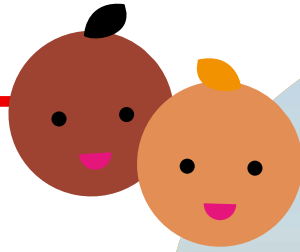
11



22

Week van de Gezonde  
en Kansrijke Start

## Voorwoord



# Beste lezer,



**Als verantwoordelijk wethouder en landelijk ambassadeur maak ik mij hard voor een gezonde en kansrijke start. Het belang van een goede start in de eerste 1000 dagen moet voorop staan. Kansengelijkheid begint namelijk al in de baarmoeder. Door nu te investeren in een goede start voor de allerjongste Amsterdammertjes, zorgen we later voor betere kansen in het onderwijs en de arbeidsmarkt.**

De eerste 1000 dagen, net voor de conceptie tot 2 jaar, is een belangrijke fase voor een goede start in het leven. In geen enkele andere levensfase worden zoveel mijlpalen bereikt. Deze periode legt de basis voor de verdere ontwikkeling en de kansen die een kind gedurende zijn leven krijgt. Hiervoor zijn gezonde en (emotioneel) stabiele omstandigheden essentieel. De gezondheid van een kind voor, tijdens en na de geboorte blijkt een belangrijke voorspeller te zijn van fysieke en mentale gezondheid later in het leven. Door eerder ondersteuning te bieden aan gezinnen in kwetsbare omstandigheden, voorkomen we problemen op latere leeftijd en leveren we een bijdrage aan het doorbreken van overdracht van problemen, die van generatie op generatie gaan. Daarom is (preventieve) inzet om schade door bestaansonzekerheid in de eerste 1000 dagen te voorkomen, een belangrijk onderdeel van het programma.

Vanuit het programma Gezonde en Kansrijke Start werken we eraan dat al vanaf de zwangerschap van

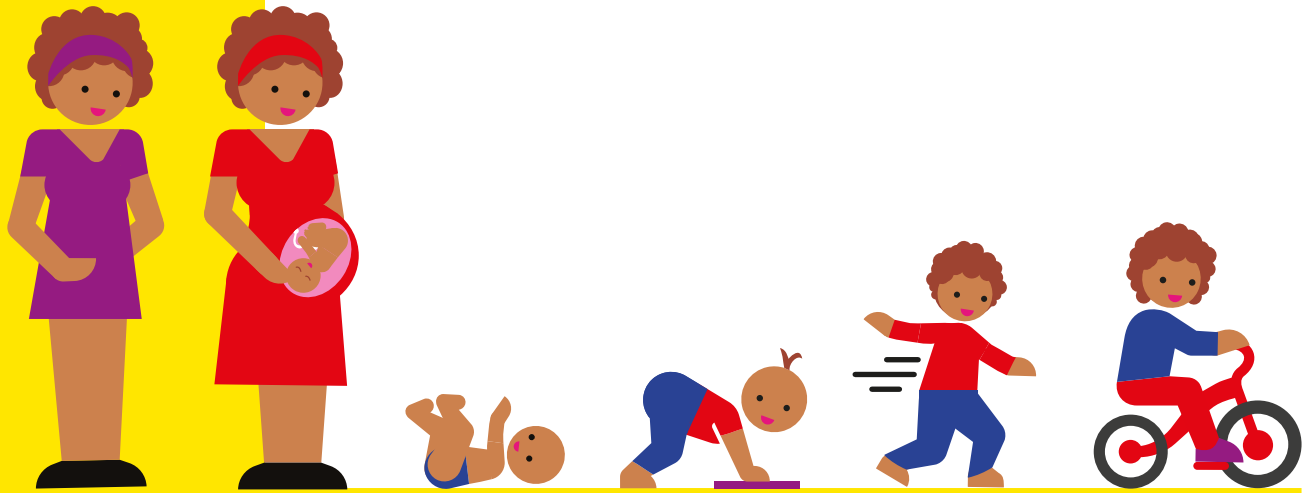
**Marjolein Moorman,**  
Wethouder Onderwijs, Jeugd(zorg),  
Armoedebestrijding & Schuldhulpverlening,  
Masterplan Zuidoost

ouders in kwetsbare omstandigheden nauw wordt samengewerkt tussen verloskundigen, geboortezorg in de ziekenhuizen, kraamzorg, de Ouder- en Kind Teams, inclusief de Jeugdgezondheidszorg, en Buurteams. In de beginperiode van het programma hebben we veel geïnvesteerd in het bouwen van coalities. We kunnen het als gemeente namelijk niet alleen; we hebben alle betrokken partijen in de stad nodig die zich inzetten voor een kansrijke start.

In het magazine dat voor u ligt ziet u de samenwerking in de resultaten van 2023 ook terug. Van coalitievorming maken we de omslag naar het direct(er) bereiken en betrekken van ouders, waarbij we steeds actiever samenwerken met ervaringsdeskundigen, informele partijen en professionals in het sociaal en medisch domein.

We willen dat de levens van kinderen (en hun ouders/opvoeders) in een kwetsbare situatie structureel verbetert. Om dit te bereiken moeten we het belang van het kind vooropstellen. Alleen met 'kinderen eerst' in denken en doen, bij beleid en uitvoering, kunnen we de gezondheidsverschillen voor het jonge kind in de stad verkleinen en kansengelijkheid bevorderen. Het mag straks niet meer uitmaken in welk stadsdeel je wieg staat.

**Met deze woorden wens ik u veel leesplezier. <**



# Programma Gezonde en Kansrijke Start

**Het is belangrijk om alle kinderen in Amsterdam een goede start te geven. Dan krijgen ze een basis waar ze de rest van hun leven op bouwen. De eerste 1000 dagen is hiervoor de belangrijkste levensfase. Hierin vinden cruciale lichamelijke, emotionele, sociale en cognitieve ontwikkelingen plaats.**

In deze fase is het van groot belang om te investeren in goede omstandigheden en het terugdringen van hevige en langdurige stress. Denk aan goed en gezond eten, slapen en goede

huisvesting voor de (aanstaande) ouders. Dit heeft al in de baarmoeder een positieve invloed en werkt door als het kind is geboren en opgroeit.

We zorgen dat iedereen die met (aanstaande) ouders en jonge kinderen werkt, als professional of vrijwilliger, het belang van de eerste 1000 dagen kent. En we geven hen handvatten om dat te integreren in hun activiteiten. Ook werken we aan verdere samenwerking en verbinding tussen medisch, sociaal en informeel werkgebied. We zetten ons in om structurele veranderingen in het systeem teweeg te brengen en zo kinderen een Gezonde en Kansrijke Start te geven. Hierbij richten we ons op de plekken waar dit het meest nodig is. <

**“Dit heeft al in de baarmoeder een positieve invloed en werkt door als het kind is geboren en opgroeit”**

## Inhoudsopgave

Ondersteuning ouders >

Samenwerken >

Kennis en tools >

Ontmoeten >

# Pilotgroep Cuddle & Care via Stichting Carabic

**Bij stichting Carabic is in september 2023 een pilotgroep gestart van het veelbelovende programma Cuddle & Care. Deze pilot is een samenwerking tussen Gezonde en Kansrijke Start, stadsdeel Zuidoost, Ouder- en Kindteams Amsterdam, Buurtteam en Tilburg University, die onderzoek doet naar Cuddle en Care.**

Het programma bestaat uit wekelijkse groepsbijeenkomsten voor ouders met kinderen tot 4 jaar in kwetsbare situaties. Sinds september is gebleken dat de groepen goed bezocht worden (met meer dan de aanbevolen maximaal 10 deelnemers)! Het gaat ook om moeders met een licht

verstandelijke beperking. Dat de groepen goed bezocht worden komt omdat de groepsleiding, naast een vertrouwd persoon van stichting Carabic bestaat uit een ervaringsdeskundige, een moeder met een licht verstandelijke beperking. Volgens onderzoekers van Tilburg University is dit landelijk

de enige groep die geen problemen heeft met het aantrekken van deelnemers.

Bij het Cuddle and Care programma sluiten professionals van het Ouder- en Kindteam, Buurtteam en een draagdoekconsulent regelmatig aan, met als doel het bevorderen van de ouder-kindrelatie en het bieden van voorlichting en ondersteuning op het gebied van financiën, met extra individuele begeleiding waar nodig. Uniek aan deze pilot in Amsterdam is dat we ook proberen om het Centering Ouderschap programma te integreren. <

## Prenataal huisbezoek Jeugdgezondheidszorg

### Versterken van vroegtijdige zorg: samenwerken voor een Gezonde en Kansrijke Start

**Het prenatale huisbezoek van de Jeugdgezondheidszorg is gericht op het bieden van hulp en ondersteuning van jeugdverpleegkundigen aan zwangere vrouwen die de zorg het beste kunnen gebruiken. Het liefst in een al zo vroeg mogelijk stadium in de zwangerschap. Door deze vroege interventie krijgt het kind in de buik al betere kansen.**

In Amsterdam is deze vorm van zorg al sinds 2016 beschikbaar en in 2022 is het ook wettelijk verankerd in de wet publieke gezondheid. Bij deze vorm van zorg is samenwerking tussen de diverse betrokken partijen rondom zwangerschap erg belangrijk. Zwangere vrouwen in kwetsbare situaties zijn namelijk afhankelijk van doorverwijzingen van derden om in aanmerking te komen voor een prenataal huisbezoek. In tegenstelling tot pasgeboren baby's, zijn zwangerschappen bij de

Jeugdgezondheidszorg niet geregistreerd. Daarom kan de Jeugdgezondheidszorg minder of geen actief contact zoeken met de gezinnen.

Afgelopen jaar hebben we met 3 interactieve theatersessies het belang van het prenatale huisbezoek van de Jeugdgezondheidszorg benadrukt onder verschillende geboortezorgprofessionals. Ook tijdens netwerkbijeenkomsten vanuit Gezonde en Kansrijke Start, stadsdeelcoalities en multidisciplinaire overleggen wordt aandacht besteed aan de mogelijkheid van prenatale huisbezoeken vanuit de Jeugdgezondheidszorg. De jeugdgezondheidszorg heeft veel geïnvesteerd om de samenwerking met ketenpartners in de geboortezorg en het sociale domein te versterken. Hoewel het aantal prenatale huisbezoeken toeneemt, blijft het nog achter bij de verwachte aantallen op basis van gegevens over bestaanszekerheid. Het komende jaar zullen we opnieuw extra aandacht besteden aan het prenatale huisbezoek van de Jeugdgezondheidszorg. <

# Nu Niet Zwanger

## “Het begint met een gesprek over kinderwens.”



**Nu Niet Zwanger staat voor open en eerlijke gesprekken over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Een zwangerschap moet een bewuste keuze zijn, niet iets wat je overkomt en waar je dan maar mee moet dealen, vooral niet als je al in een kwetsbare positie zit.**

Het programma biedt hulpverleners concrete middelen aan om cliënten actief te begeleiden in deze gesprekken, waarbij de focus ligt op het begrijpen van hun behoeften en de mogelijkheden. Zo helpt Nu Niet Zwanger deelnemers om op het juiste moment, de juiste beslissing te nemen en zo te werken aan een stabiele toekomst. Als de cliënt aangeeft nu liever geen kind te willen, dan kan er samen gekeken worden naar passende mogelijkheden voor anticonceptie. Voor cliënten met financiële problemen biedt Nu Niet Zwanger gratis anticonceptie aan, waardoor eventuele drempels

voor toegang tot anticonceptie worden verlaagd. Professionals bij organisaties binnen het medische en sociale domein worden getraind in de Nu Niet Zwanger-methodiek en worden vervolgens aandachtfunctionaris. Zij zijn de experts van Nu Niet Zwanger binnen hun eigen organisatie en verspreiden de boodschap van Nu Niet Zwanger onder hun collega's.

Op dit moment zijn er 3 inhoudelijke coördinatoren voor Nu Niet Zwanger actief bij het Centrum voor Seksuele Gezondheid Amsterdam. Het afgelopen jaar hebben de inhoudelijke coördinatoren 100 cliënten overgenomen van aandachtfunctionarissen. Dit gaat om meer complexe casuïstiek. De inhoudelijke coördinatoren ondersteunen niet alleen cliënten, maar zorgen ook voor deskundigheidsbevordering, intervisies en trainingdagen voor aandachtfunctionarissen in de hele stad. <



[Programma Nu Niet Zwanger](#)



### De behaalde resultaten Nu Niet Zwanger 2023

# 100

Aanmeldingen/ opschalingen door organisaties, inclusief gesprekken, huisbezoeken en begeleiding van cliënten naar het medisch of sociaal domein, en vergoedingen voor anticonceptie.

In totaal

# 100

Aandachtfunctionarissen getraind.

# 11

Intervisies voor aandachtfunctionarissen.

Samenwerking met

# 35

Organisaties in het medisch en sociaal domein.

# 6

Trainingsdagen voor nieuwe aandachtfunctionarissen geweest

# 2

Deskundigheidsbevorderingen voor alle aandachtfunctionarissen.



Centering zwangerschap en Centering ouderschap

# Groepsgewijze zorg



**Centering is groepsgewijze verloskundige zorg, of zorg vanuit Jeugdgezondheidszorg aan kinderen 0-18 maanden en hun ouders. De groepsbijeenkomsten vervangen de een-op-een contactmomenten. Binnen de Centeringgroepen vindt medische basiszorg plaats onder begeleiding van professionals, waarbij de zwangere of ouders zelf een actieve rol hebben.**

Daarnaast wisselen zij onderling kennis en ervaring uit. Herkenning en sociale support biedt de zwangere of ouder meer inzicht over hun gezondheid en dat van hun kind en sterkt hen om positieve keuzes te maken ten aanzien van gezondheid. Deelnemers blijven elkaar vaak volgen en steunen, er ontstaat een echt netwerk.

Bij Centering staan de wensen en behoeften van de zwangere/ ouder- en kind centraal. Dit leidt tot betere gezondheidssuitkomsten en meer tevredenheid over de kwaliteit van zorg. Vanuit Gezonde en Kansrijke Start stimuleren we verloskundigen en de Jeugdgezondheidszorg om Centeringgroepen te starten.

## Resultaten

Inmiddels zijn er in de afgelopen 2 jaar zo'n 65 verloskundigen, dan wel jeugdverpleegkundigen en assistenten getraind in Centering en kopen we in 2024 nog eens 35 plekken voor training in. In de afgelopen 2 jaar zijn er meerdere Centering zwangerschaps- en Centering ouderschapsgroepen gestart.

In de afgelopen 2 jaar zijn meerdere Centering zwangerschap en Centering ouderschap groepen gestart waarbij dezelfde groepen zo veel mogelijk bij elkaar blijven. <



[Lees meer op de website van CenteringZorg](#)

# De weggeefkast van het Ouder- en Kindteam

**Bij een aantal Ouder- en Kindteams in de stadsdelen hebben jeugdverpleegkundigen met het aandachtsgebied Gezonde Kansrijke Start in het kader van armoede-bestrijding, het initiatief genomen om samen met het team een weggeefkast te maken.**

In deze kast zijn verschillende maten kinderleertjes en leesboeken te vinden. Ouders zijn vrij om iets uit de kast mee te nemen of gebruikte leertjes te brengen. De weggeefkast wordt goed gebruikt door ouders die een afspraak hebben bij de Jeugdgezondheidszorg of ouders die voor een spel- of babyinloop komen. ◀



# Centering support voor Eritrese vrouwen



**We leveren een financiële bijdrage aan online Centering-ondersteuning voor Eritrese vrouwen uit Amsterdam.**

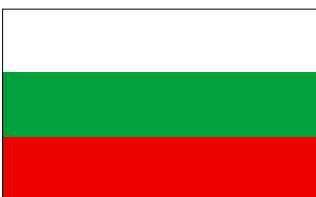
Hierbij nemen 70 Eritrese zwangeren deel aan 12 online Centering Zwangerschap bijeenkomsten, en 60 Eritrese moeders aan 8 online Centering Ouderschap bijeenkomsten. De opbrengst van deze

ondersteuning is aanzienlijk: deelnemers krijgen meer kennis over de Nederlandse geboortezorg, de rol van de verloskundige en over praktische zaken zoals erkenning, babyregistratie en kraamzorg.

Positieve effecten zijn onder andere een beter begrip van medische adviezen en steun van andere deelnemers. Daarnaast verbetert de relatie tussen zorgverleners en Eritrese zwangeren, met meer vertrouwen en begrip. Het aanbod ontlast zorgverleners doordat de zwangeren beter geïnformeerd zijn en meer zelfstandig kunnen handelen. ◀

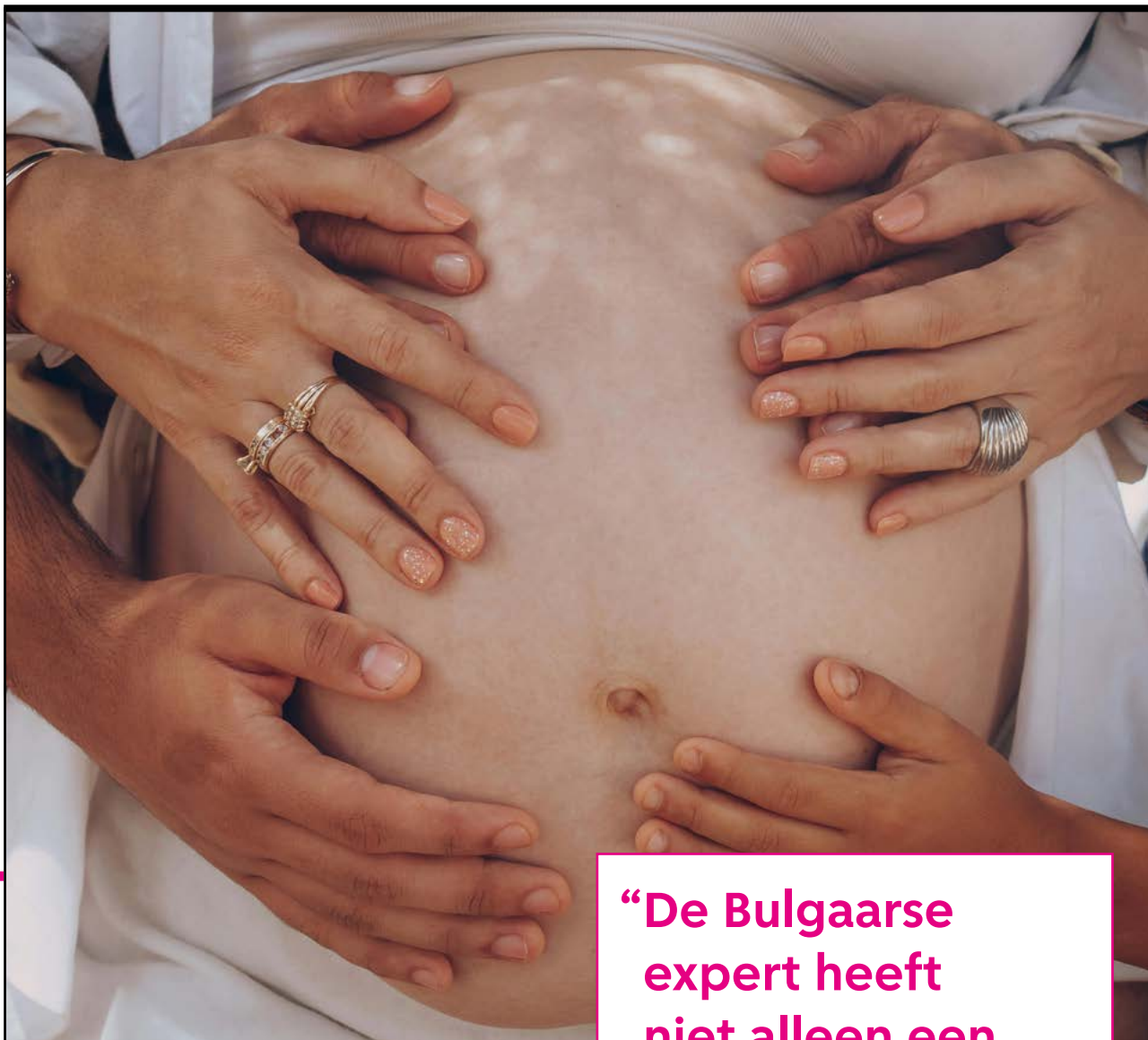
**Pilot Centering Support**

## Initiatief voor ondersteuning van Bulgaarse zwangere vrouwen in Amsterdam



In Amsterdam wonen veel geregistreerde Bulgaren. Van alle Nederlandse gemeenten heeft alleen Den Haag een hoger aantal geregistreerde Bulgaarse inwoners. Uit een informele verkenning door o.a. Gezonde en Kansrijke Start in 2022 en een landelijk onderzoek door Pharos in 2023 blijkt dat laaggeletterdheid, taalbarrières en wantrouwen in instanties veelvoorkomende uitdagingen zijn binnen deze gemeenschap.





**“De Bulgaarse expert heeft niet alleen een adviserende rol, maar is ook actief betrokken bij de pilot”**

Met name gedurende de eerste 1000 dagen van het leven zien we bij deze groep een hoog aantal tienerzwangerschappen, ondergebruik van (zwangerschap)zorg, en een gebrek aan kennis over gezondheid, anticonceptie en zwangerschap. Ook signaleren we vaak brede ontwikkelingsachterstanden bij kinderen.

Verschillende Amsterdamse (voor)scholen, Jeugdgezondheidszorg en geboortezorg-professionals hebben aangegeven zich grote zorgen te maken over Bulgaarse gezinnen, zelfs meer dan over andere (Oost-Europese) migrantengroepen. Ze besteden veel tijd aan deze groep, maar behalen weinig ‘succes’.

Deze zorgen vormden de aanleiding voor de oprichting van een actiegroep in 2023, bestaande uit verloskundigenpraktijken VIA en Groei, OLVG-West, Rondom de Geboorte, SEZO, Jeugdgezondheidszorg en Gezonde en Kansrijke Start. Dit initiatief heeft geleid tot een pilot genaamd ‘Centering Pregnancy Support’ voor zwangere vrouwen van Bulgaarse herkomst. Bij de ontwikkeling

van dit programma is samengewerkt met een expert op het gebied van de Bulgaarse taal en cultuur, Centering Zorg NL en de leiders van Centering Support voor zwangere vrouwen van Eritrese afkomst.

De Bulgaarse expert heeft niet alleen een adviserende rol, maar is ook actief betrokken bij de pilot. Ze is via Gezonde en Kansrijke Start getraind als co-begeleider voor het Centering-programma en is verantwoordelijk voor het werven van deelnemers, wat een grote uitdaging is gebleken. De pilotgroep is inmiddels van start gegaan met een minimum aantal deelnemers. ◀



# Gezond zwanger in Noord

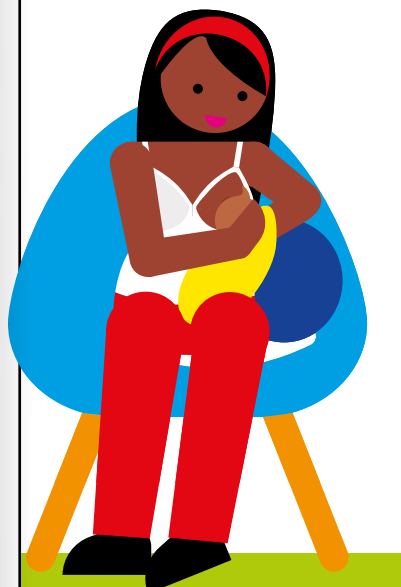
**Gezonde en Kansrijke Start heeft een actieve rol gespeeld in het project 'Gezond Zwanger in de Waterlandpleinbuurt' van het GGD-programma Gezond Leven Makkelijker Maken. Het hoofddoel was om het gezondheidsaanbod beter af te stemmen op de wensen en behoeften van zwangere vrouwen.**

Door het organiseren van co-creatie sessies met zwangere vrouwen, jonge moeders en zorgprofessionals zijn we erin geslaagd om de barrières en behoeften in kaart te brengen. Vervolgens hebben we gezamenlijk gezocht naar

manieren om het aanbod hierop aan te passen. In de Waterlandpleinbuurt bleek een veelbelovend initiatief te zijn, namelijk de Zwangereninloop van het Ouder- en Kindteam. Echter, dit aanbod bereikte niet de beoogde doelgroep. Daarom hebben we, samen met vrouwen uit de buurt, onderzocht hoe dit inloopmoment beter kon aansluiten op hun behoeften. Dit heeft geresulteerd in het aanbieden van diensten op meer wijkgerichte locaties waar veel vrouwen samenkomen, zoals buurtkamers, het Huis van de Wijk en de familieschool.

Bovendien worden de gesprekken nu meer afgestemd op de individuele cliënt, door gebruik te maken van praatplaten met diverse onderwerpen. Hierbij heeft de cliënt de regie om te bepalen waar zij het over willen hebben. Op deze manier hopen we meer vrouwen te bereiken, te horen en te ondersteunen. <

## Toegankelijke Lactatiekundige Zorg:



# Een Stap naar een Gezonde en Kansrijke Start

Vanaf september 2023 biedt de Jeugd-gezondheidszorg in het kader van een gelijke, gezonde en kansrijke start, lactatiekundige zorg tijdens de babyinlopen aan.

Een lactatiekundig consult in de wijk kost ongeveer €130. Indien ouders niet aanvullend verzekerd zijn voor deze zorg is dit vaak niet betaalbaar.

Borstvoeding is belangrijk omdat het de baby beschermt tegen ziekten.

In de stadsdelen Noord, Nieuw-West en Zuidoost is er wekelijks op alle locaties een jeugdverpleegkundige die is opgeleid tot lactatiekundige aanwezig die laagdrempelig vragen over (borst)voeding kan beantwoorden en kan meedenken met ouders bij de voeding. De babyinlopen worden druk bezocht, en ouders zijn erg tevreden over dit aanbod! <



“De babyinlopen worden druk bezocht en ouders zijn erg tevreden over dit aanbod!”





Interview Azucena Moreno | De Kraamvogel

# ‘Iedere zwangere kan kwetsbaar zijn.’



**Azucena Moreno**  
is teamcoach bij de  
Kraamvogel in de regio  
Zaanstreek-Waterland.

**De Kraamvogel levert kraamzorg in heel Midden en Noord Nederland. Azucena zet zich in voor een Gezonde Kansrijke Start voor alle gezinnen. ‘Aan de soort gevel of het tuintje van een huis kun je niet zien met wat voor een situatie je te maken krijgt. Door het programma Kansrijke Start ben ik mij extra bewust van de onbewuste aannames die je als mens én als professional doet.’**

Azucena is in Spanje geboren en heeft altijd een liefde voor de kraamzorg gehad. De in de Zaanstreek wonende Spaanse heeft een uitstapje gemaakt naar de ouderenzorg maar kwam er na een tijd achter dat haar passie toch echt bij de kraamzorg ligt. ‘Omdat ik zelf Spaans ben voel ik een sterke verbinding met gezinnen uit andere culturen. Ik kan mij verplaatsen in het gevoel tussen 2 culturen in te zitten.’ Azucena is doorgegroeid en zit nu 6 jaar als teamcoach bij de Kraamvogel. ‘Ons doel is om het gezin gesetteld achter te laten als de periode van kraamzorg erop zit.’ Naast haar werk als teamcoach, is Azucena ook onderdeel van de coalitie Gezonde en Kansrijke Start.

### **Samenwerken in tijden van verandering**

De maatschappij is veranderd. Mensen zijn mondiger geworden en spreken zich meer uit.

We komen veel bij gezinnen waar meervoudige problematiek is. Denk aan huiselijk geweld, verslavingen en tienermoeders die leven in armoede. De vraag is of deze problemen zijn toegenomen of dat het nu meer aan het licht komt omdat mensen zich uitspreken. ‘We wisten voorheen minder. We maken nu meer gebruik van hulp. Vroeger keken we eerder weg bij dit soort problematiek. We wisten simpelweg niet wat we ermee moesten doen. Het belang van de eerste 1.000 dagen wordt steeds duidelijker. We kunnen en willen niet wegstappen en door het programma Kansrijke Start leren we elkaar beter te vinden als zorgprofessionals. Hierdoor kunnen we verbinden en van elkaar leren. Hierbij is het informele netwerk van belang. De netwerkbijeenkomsten helpen om elkaar beter te leren kennen en een beter beeld te krijgen van wat er allemaal ingezet kan worden qua ondersteuning.’



‘Voor mij is het belang van de eerste 1.000 dagen voor **ieder** kind. Gezinnen uit wijken met armoede, of hoogopgeleid en waar alles koek en ei is. Een Gezonde Kansrijke Start is voor **alle** toekomstige gezinnen belangrijk!’



### Kwetsbare zwangere

De lijntjes tussen de professionals worden korter. Als kraamverzorger krijg je een warme overdracht. Omdat de eerste 1.000 dagen zo belangrijk zijn, moeten de kraamverzorgenden weten wat een aandachts-gezin is. Toch moet je waken voor aannames en vooroordelen. Bij het programma Kansrijke Start wordt geleerd over deze onbewuste aannames. Het is niet altijd zo dat het huis met de slechte gevel de meeste problemen heeft. Problemen komen voor in iedere laag van de samenleving. ‘Ik vind dat iedere zwangere kwetsbaar is’ Azucena legt uit: ‘Soms is het juist de goed voorbereide zwangere, waarbij de kinderkamer piekfijn op orde is en de koelkast goedgevuld, waar de problemen ontstaan. Ik vertel altijd eerlijk dat de roze wolk niet altijd roze is, maar periodes ook heel zwart kan zijn. We moeten weten dat iedere zwangere gevoelig is en daarmee het hele gezin en systeem. Je moet feitelijk blijven kijken en eerlijk communiceren. Na 8 dagen zijn wij er als kraamzorg uit en dit moet ook. We moeten loslaten om het werk te kunnen doen. Dan is het extra belangrijk dat we warm overdragen en elkaar weten te vinden als zorgprofessionals. Openlijk en transparant zorgen delen die er zijn, is erg belangrijk. Zo kan de juiste hulp ingezet worden.’

### Droom voor de toekomst

Voorheen werd er veel los gewerkt. We wisten elkaar niet goed te vinden. Door een Gezonde en Kansrijke Start is er contact met ervaringsdeskundigen. Door de verhalen van de ervaringsdeskundigen werd duidelijk dat er soms

juist te veel hulp betrokken is. Hierdoor is het voor gezinnen niet meer te overzien en neemt het vertrouwen in de zorg af. ‘Mijn droom is dat er iemand komt die de regie krijgt over alle betrokken zorgverlening. Door de Kansrijke Start weet ik nu wie er betrokken zijn en is er onderling contact. Het lijkt mij geweldig als er een persoon komt die de boel aanstuurt en het aanspreekpunt is voor het gezin. Denk bijvoorbeeld aan een gezinscoach!’

### De mensen aan het bed

Het is belangrijk dat de kraamverzorgenden die aan het bed staan, weten wat de meldcode is. Dat ze op tijd aan de bel trekken als er iets niet pluis is binnen een gezin en dit ook bespreken. Binnen de Kraamvogel worden er bijeenkomsten gegeven aan de verzorgenden over de Meldcode. In het Kansrijke Start programma worden ook handvatten gegeven hoe je hiermee omgaat. Door een netwerk te hebben, durf je sneller om hulp te vragen. ‘Ik moedig mijn jonge verzorgenden aan om naar de netwerkbijeenkomsten te gaan, leer elkaar kennen en weet elkaar te vinden. Zo dragen we bij aan een Gezonde en Kansrijke Start voor iedereen!’ ◀

Wil je meer weten over de meldcode? Kijk dan op:



[Meldcode Huiselijk geweld en kindermishandeling | Huiselijk geweld | Rijksoverheid.nl](#)



## Strijd tegen bestaansonzekerheid

# Concrete acties voor een sterke en kansrijke start

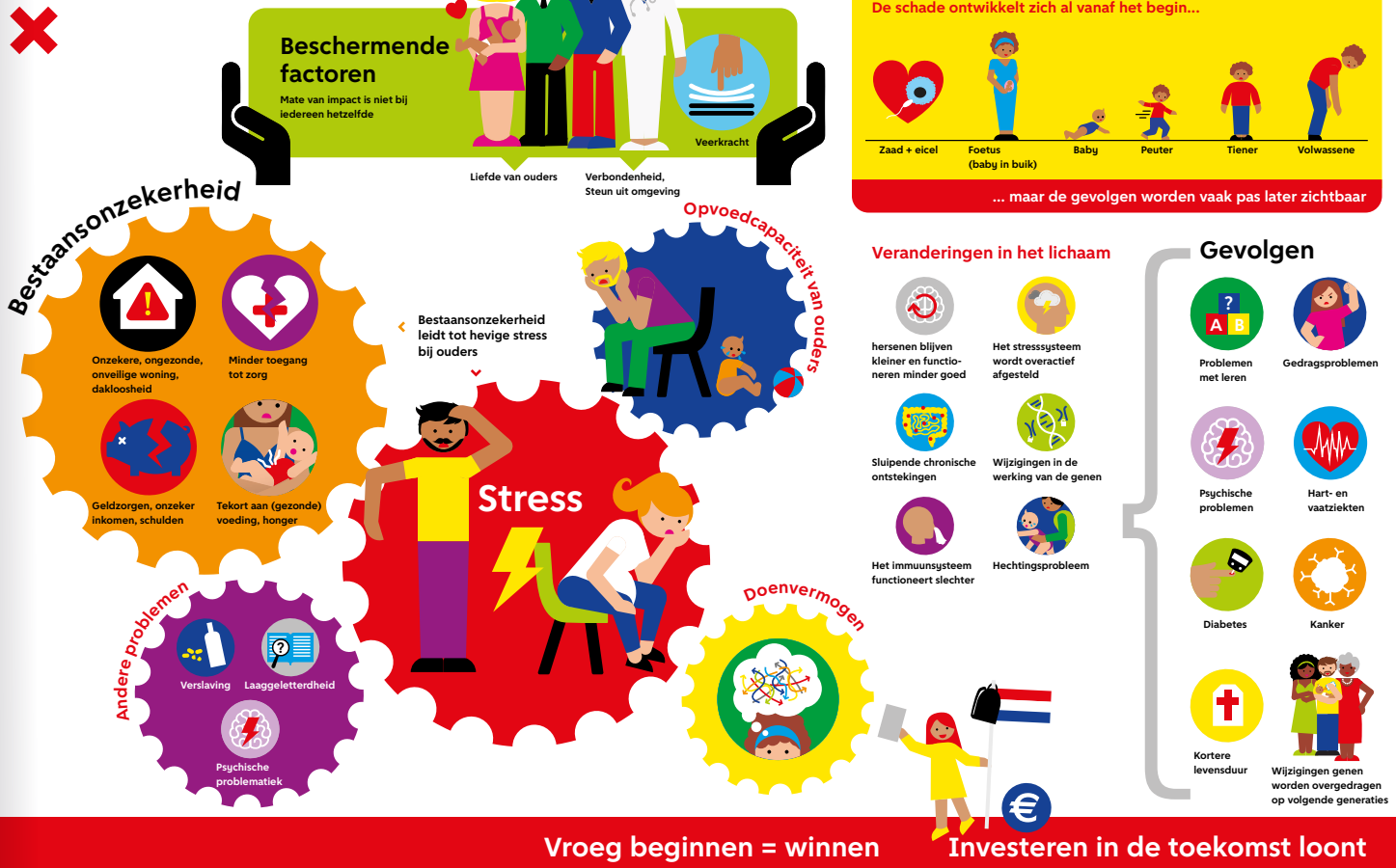
Gebrek aan bestaanszekerheid mag geen belemmering vormen voor een goede start in het leven. Helaas is dit wel de realiteit voor veel kinderen in Amsterdam. Deze onzekerheid gaat gepaard met intense stress en ongezonde omstandigheden, met mogelijk levenslange gevolgen voor de (ongeboren) baby's. Daarom is dit een belangrijk thema binnen het programma, waarbij we nauw samenwerken met onder andere de afdeling Armoedebestrijding. Dit heeft geresulteerd in een aantal concrete acties:

- Verhoging van het kindbudget voor 0-4 jarigen van € 25 naar € 100.
- Extra publiciteit voor het babystartpakket van [stichting Babyspullen](#), met als doel meer gezinnen te bereiken voor een gratis babystartpakket.
- Extra aandacht voor de Collectieve Zorgverzekering van de gemeente Amsterdam van Zilveren Kruis. Geboortezorgprofessionals kunnen zo Amsterdammers met een laag inkomen en weinig vermogen wijzen op de voordelen van deze verzekering. Zo is de goedkoopste aanvullende verzekering gratis. De aanvullende verzekering vergoedt bijvoorbeeld ook de eigen bijdrage voor kraamzorg.
- De eerste 1000 dagen is als onderwerp meegenomen in de pilot voor versnelde schuldhulpverlening in stadsdeel Noord. Hierdoor kunnen 15 gezinnen, met (ongeboren) kinderen tot 2 jaar, deelnemen aan de pilot.
- Daarnaast hebben we samengewerkt met het landelijk programma Kansrijke Start van het ministerie van VWS. Dit heeft als resultaat gehad dat de Amsterdamse Infographic bestaanszekerheid door het ministerie van VWS landelijk is verspreid. De Infographic laat beeldend zien wat de potentiële gevolgen zijn van een gebrek aan bestaanszekerheid in de 1<sup>e</sup> 1000 dagen.
- Omdat investeren in bestaanszekerheid in de eerste 1000 dagen zich ruimschoots terugverdient, blijven we hier de komende tijd op inzetten. ◀

“Dit heeft als resultaat gehad dat de Amsterdamse Infographic door het ministerie van VWS landelijk is verspreid.”



## Bestaansonzekerheid in de eerste 1000 dagen



# Ervaringsdeskundigen

In 2022 zijn we gestart met een samenwerking met ervaringsdeskundigen van TeamED.

In 2023 is deze samenwerking een vast onderdeel geworden van onze werkwijze. Tijdens alle bijeenkomsten, zoals die in de Week van de Gezonde en Kansrijke Start, spelen ervaringsdeskundigen een belangrijke rol. Dit houdt in dat zij actief deelnemen aan discussies en meedenken om het perspectief van de mensen waar het om draait naar voren te brengen. Bovendien worden ervaringsdeskundigen nauw betrokken bij verschillende projecten. Zo is ervaringsdeskundige Astrid Philips lid geworden van de stadscoalitie Gezonde en Kansrijke Start waarin zowel interne als externe organisaties richting geven aan het programma. <



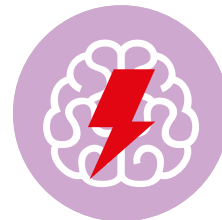
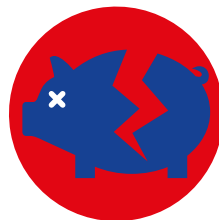
Interview > Harro Hoogewerf

# ‘Armoedebestrijding en het belang van de eerste 1000 dagen gaan hand in hand.’



**Harro Hoogewerf** is hoofd van de afdeling armoedebestrijding bij gemeente Amsterdam

De afdeling richt zich op het verbeteren van de financiële situatie van inwoners met weinig geld. Ook zet Harro zich in om het belang van de eerste 1000 dagen in het leven van een kind onder de aandacht te brengen. Deze eerste 1000 dagen leggen namelijk de basis voor de rest van het leven.



Armoedebestrijding en het belang van de eerste 1000 dagen zijn twee essentiële aspecten van het werk van Harro bij de gemeente Amsterdam. Door ons te richten op financiële ondersteuning, samenwerking en het signaleren van problemen, streven we naar een goede start voor zoveel mogelijk kinderen. Armoedebestrijding en de eerste 1000 dagen zijn ook sterk met elkaar verbonden. Ze hebben invloed op de kansen en toekomst van kinderen, waardoor zij een stevige basis kunnen krijgen voor een succesvolle ontwikkeling. We gingen hierover in gesprek.

## De eerste 1000 dagen

‘De eerste 1000 dagen zijn ontzettend belangrijk’ vertelt Harro. ‘Een deel van je leven heb je zelf onder controle, je bent als het ware een beetje de architect van je eigen levenspad. Maar een ander deel bestaat uit dingen waarvoor je niet hebt gekozen. Als je niet bent geboren in een kansrijke omgeving, dan heb je het natúúrlijk zwaarder!’ Harro vervolgt: ‘In de eerste 1000

dagen van een kind en het gezin zijn rust, zekerheid en veiligheid ontzettend belangrijk.’ Harro is erg te spreken over hoe overzichtelijk dit mede door het programma Gezonde en Kansrijke Start geworden is.

## Samenwerking

Harro vertelt hoe belangrijk de samenwerking tussen instanties en hulpverlening is. ‘Wij kijken naar mogelijkheden om verbindingen te leggen. Als de GGD of partners van de GGD bij een jonge moeder zien dat de eerste 1000 dagen gedomineerd worden door geldstress, kan er zo snel mogelijk hulp worden geboden. Dat is zoeken naar de juiste samenwerking.’ Zo is Harro ook trots op de groei van het kindbudget, hierdoor kan er meer ondersteuning worden geboden. ‘Vroeger was dit het scholierenbudget, puur om schoolspullen aan te schaffen. Dit hebben we nu ook kunnen uitbreiden naar het kindbudget, waarmee ouders allerlei kind gerelateerde spullen kunnen kopen, ook in die zo belangrijke eerste 1000 dagen.’





### De juiste zorg

Het bespreekbaar maken van armoede en het actief doorvragen naar stress over geld is essentieel. Zo vertelt Harro: 'Stap 1 is erover praten. Er is vaak meer hulp dan mensen weten, waar dus geen gebruik van wordt gemaakt. Stap 2 is mensen naar de juiste zorg en ondersteuning leiden. Er is een heel breed scala aan maatschappelijke hulp in Amsterdam. Denk bijvoorbeeld aan de Buurtteams en het Fonds Bijzondere Noden!'

**'Hoe mooi zou het zijn als hulpverleners meer weten van elkaars werk en bijvoorbeeld gewaarschuwd zijn dat er geldzorgen zijn bij een persoon zodat daar beter op in gespeeld kan worden!'**

### Droom voor de toekomst

Samenwerking is soms lastig vanwege schaamte bij ouders, waardoor ze hun problemen niet delen. Het hebben van een vertrouwenspositie is daarom een cruciaal deel van het werk bij armoedebestrijding. Eén van Harro's dromen is het verbeteren van de communicatie tussen hulpverleners: Hoe mooi zou het zijn als hulpverleners meer weten van elkaars werk en bijvoorbeeld gewaarschuwd zijn dat er geldzorgen zijn bij een persoon zodat daar beter op in gespeeld kan worden! <

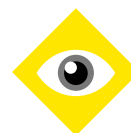
## Resultaten en ontwikkelingen van Proeftuinen sociale geboortezorg in Amsterdam

**In september 2023 zijn de 3 proeftuinen sociale geboortezorg gestart, die zullen lopen tot begin 2025. Tijdens alle proeftuinen wordt onderzoek en evaluatie uitgevoerd door TNO en het Amsterdam UMC.**

De proeftuin in Noord heeft als doel meer vrouwen in kwetsbare omstandigheden (door laaggeletterdheid, lage opleiding, alleenstaand, financiële problemen, etc.) actief te betrekken bij Centering Zwangerschap en hen als groep bijeen te houden, zodat ze kunnen doorstromen naar een Centering Ouderschap-groep

In de proeftuin in Nieuw-West is een breed medisch en sociaal multidisciplinair dossieroverleg (MDO) ingesteld, waarbij zwangeren met kwetsbaarheden besproken kunnen worden door een uitgebreid team. Dit MDO biedt formele en informele professionals vanuit zowel het medische als het sociale domein de mogelijkheid om beter samen te werken, waardoor de ondersteuning voor cliënten eerder en effectiever geregeld kan worden.

In de proeftuin in Zuidoost krijgt een zwangere in een kwetsbare situatie meer één op één begeleiding van 1 of 2 vaste verloskundigen die zowel prenataal, nataal als postnataal het vaste gezicht en het toegankelijke aanspreekpunt zijn. Caseload verloskunde biedt betere uitkomsten aan moeder en kind, zoals minder keizersneden en minder vroeggeboorten. De vertrouwensrelatie werkt beschermend tegen stress en het wordt ook beter mogelijk vrouwen toe te leiden naar passende zorg. Zilveren Kruis financiert de inzet van extra uren van de verloskundigen. <



[Van proeftuinen sociale geboortezorg naar een sterke ketenaanpak Kansrijke Start](#)



# Professionele toerusting voor de eerste 1.000 dagen

**Onze ambitie is dat iedere professional die te maken heeft met zwangerschap, geboorte en de eerste levensjaren in Amsterdam, toegerust is om te handelen in het belang van de eerste 1000 dagen. Dit betekent dat ze risicofactoren vroegtijdig kunnen opmerken, effectieve gesprekken kunnen voeren met (aanstaande) ouders en passende ondersteuning kunnen regelen of inschakelen.**

Pharos heeft samen met het programma Gezonde en Kansrijke Start trainingen gegeven die gericht zijn op gevoelig werken tijdens de eerste 1000 dagen en over onbewuste vooroordelen.



**Gevoelig werken maakt echt een verschil! - Pharos**

Verder heeft het programma een leertraject ontwikkeld voor alle professionals die betrokken zijn bij de eerste 1000 dagen van een kind. Dit traject bestaat uit verschillende online modules en 3 fysieke bijeenkomsten.

Wat dit leertraject uniek maakt, is dat de fysieke bijeenkomsten plaatsvinden in gemengde groepen. Hierdoor krijgen deelnemers niet alleen nieuwe kennis aangereikt, maar versterken ze ook hun professionele netwerk. In de eerste groep die het leertraject heeft getest, zaten bijvoorbeeld professionals uit diverse sectoren zoals kraamzorg, verloskunde, jeugdgezondheidszorg, thuiszorg, gezinsbegeleiding en schuldhulpverlening.

**“Ik vond het leerzaam om te zien dat de verschillende professionals tegen dezelfde soort dingen aanlopen en echt vanuit hun hart werken. We kennen allemaal de uitdagingen van werken met deze doelgroep. Ik heb nu meer vertrouwen om aanstaande moeders door te verwijzen naar een ander in de keten.”**

Door de combinatie van kennisoverdracht en praktische oefeningen in gespreksvoering, sluit het leertraject goed aan bij de doelen van Gezonde en Kansrijke Start. Later dit jaar zal dit leertraject beschikbaar worden gesteld aan alle professionals die een rol spelen in het bevorderen van de gezondheid en kansen van jonge kinderen en hun gezinnen. <

## De Zorgpadentool

# Ondersteuning voor geboortezorgprofessionals in Amsterdam

Bekend is dat de psychosociale situatie waarin een aanstaande moeder zich bevindt voorspellend is voor haar gezondheid, voor haar welzijn en voor de gezondheid en het welzijn van haar nog ongeboren kind. Vandaar dat het van belang is om tijdens de zwangerschap goed zicht te krijgen op o.a. de psychosociale situatie en omstandigheden om die zo mogelijk te verbeteren.

Na een screening van de risico's in de psychosociale situatie van zwangere vrouwen, bieden digitale zorgpaden ondersteuning om snel

en gericht de benodigde hulp te vinden in de gemeente en direct actie te ondernemen. In 2023 kunnen de zorgpaden voor de gemeente Amsterdam worden gebruikt door (geboorte) zorgprofessionals. In 2024 zal het formele en informele aanbod in de tool worden aangevuld en gaan we het gebruik nog meer promoten. <



[zorgpadenkansrijkestart.pharos.nl/](https://zorgpadenkansrijkestart.pharos.nl/)

## Het belang van een Gezonde en Kansrijke Start

# Een pleidooi voor samenwerking en investeren

**Het blijft belangrijk om bewustwording te creëren over de ontwikkeling in de eerste 1000 dagen, de factoren die daarop van invloed zijn en de potentiële langetermijneffecten.**

Met het verhaal van de eerste 1000 dagen maken we het onzichtbare zichtbaar, zoals de ontwikkeling vóór de bevruchting, in de baarmoeder, in de hersenen van het kindje en in het gezin achter de voordeur. Ook is het belangrijk om één verhaal te creëren, namelijk dat van het kind: zijn hele levensloop en alle omgevingsfactoren. De

uitdaging is om het hele kind, zijn omgeving en zijn toekomst te zien en te begrijpen. Want de aandachtsgebieden zijn vaak versnipperd: de gynaecoloog en verloskundige leveren bijvoorbeeld 'hun eindproduct' af bij de geboorte van het kind. De schuldhulpverlener of psychiater richt zich op de ouder, de kraamzorg vooral op moeder.

Het programma Gezonde en Kansrijke Start vertelt dit verhaal door het geven van informatiesessies, workshops en met onze ambassadeursrol voor het kind dat geboren wordt in kwetsbare omstandigheden. Dit motiveert mensen om te zoeken naar mogelijkheden om meer te investeren in een kansrijke start. <



Interview > Stichting SINA

# Samenwerking en zorg voor gezinnen met beperkte financiële middelen



**Stichting SINA richt zich op het helpen van gezinnen met beperkte inkomens.**

**Maike Neys** is teamleider projecten kinderen: “We zorgen voor ondersteuning voor gezinnen, aanstaande moeders en gezinnen met pasgeboren kinderen die zelf niet voldoende middelen hebben. We doen huisbezoeken en zorgen ervoor dat ze de basisbehoeftes hebben. Denk aan bedden, luiers en kraampakketten. We bieden aan oudere kinderen ook de mogelijkheid voor het volgen van sportlessen, zwemlessen en culturele activiteiten. Als de behoefte groot is, halen we maatschappelijk werkers erbij voor langdurige hulp.”

Stichting SINA heeft intussen 50 medewerkers die jaarlijks meer dan 300 mensen helpen. Ze bieden niet alleen materiële steun, maar ook hulp bij digitale vaardigheden, gezondheidsvragen en eenzaamheid.

**Jurre van Kamp** is de oprichter van Stichting SINA. Hij begon bij de voedselbank en ontwikkelde vanuit daar projecten voor kinderen. Uiteindelijk leidde dit de oprichting van Stichting SINA. De focus ligt op het bieden van de best mogelijke start voor kinderen en het verminderen van stress bij zwangere vrouwen en jonge gezinnen.



## Eerste 1000 dagen: Een belangrijke periode

Maaïke benadrukt het belang van de eerste 1000 dagen in het leven van een kind. “Vorig jaar kwamen we in contact met Gezonde Kansrijke Start en werden wij betrokken bij de eerste 1000 dagen. We streven ernaar dat alle basisvoorzieningen voor elk kind in Amsterdam beschikbaar zijn. Het besef van de waarde van de eerste 1000 dagen heeft ons aangemoedigd om sneller te handelen. Als we ook maar het kleinste vermoeden hebben van een behoefte, bestellen we gelijk de benodigde spullen om de stress weg te nemen. We zijn ons steeds meer bewust van de impact van stress op zowel de zwangere als het ongeboren kind. Daarom communiceren we duidelijker dat mensen al bij ons terecht kunnen vanaf het begin van de zwangerschap.”

## Samenwerking met professionals

Stichting SINA probeert nauwe samenwerking met andere professionals te bevorderen. Ze werken veel samen met Ouder Kind Teams en buurtteams. Ze wonen overlegbijeenkomsten bij om aan te geven wat ze kunnen doen voor de inwoners van Amsterdam. Omgekeerd komen andere professionals ook naar hen toe als ze tekorten zien, bijvoorbeeld aan bedden of andere benodigdheden.

In een ideale toekomst zou Maaïke graag zien dat ze betrokken worden vanaf het prille begin. Ze merkt op dat pasgeboren baby's momenteel bezoek krijgen van de GGD voor de hiepruk. Ze zou graag zien dat ze kunnen samenwerken om te kijken of alle benodigde voorzieningen aanwezig zijn.

Stichting SINA probeert ook deel te nemen aan netwerkbijeenkomsten. Hoe meer professionals van hun bestaan en werk weten, hoe beter ze kunnen samenwerken. Maaïke ziet dat professionals vaker contact opnemen als ze eenmaal op de hoogte zijn van hun diensten. ◀



[Meer interviews lezen?](#)  
[Klik hier.](#)



# Samenwerken in coalities

**Samenwerking in coalities is essentieel, omdat het signaleren en het bieden van ondersteuning en zorg niet door één partij gedaan kan worden, maar samenwerking over de hele keten vraagt.**

De coalities in Amsterdam zijn daarom breed samengesteld en vormen een belangrijke basis voor deze brede aanpak. Deze coalities bestaan uit relevante partijen zoals verloskundigen, gynaecologen, kraamzorg, jeugdgezondheidszorg, huisartsen, buurtteam, volwassen-ggz, ervaringsdeskundigen en andere relevante lokale partners, inclusief vrijwillige inzet/informele steunorganisaties. Er is een stadscoalitie Amsterdam en 3 stadsdeelcoalities in Zuidoost, Nieuw-West en Noord. ◀

Week van de Gezonde en Kansrijke Start

# Verbinding, contact en kennisdeling voor een kansrijke start

**Om een kansrijke start voor alle kinderen te waarborgen, is het heel belangrijk dat professionals uit verschillende domeinen samenwerken. Een belangrijke stap hierbij is het opbouwen van onderlinge relaties.**

In juni organiseerden we netwerkbijeenkomsten in de stadsdelen Noord, Nieuw-West en Zuidoost, waar meer dan 180 professionals, waaronder vertegenwoordigers van informele organisaties, elkaar ontmoetten. Het hoofddoel was om

verbinding te creëren, contact te leggen, elkaar te leren kennen en inspiratie op te doen. Tijdens deze bijeenkomsten werden er babypoppen uitgedeeld, die vervolgens verschillende organisaties bezochten. Deze 'baby's' waren ook aanwezig tijdens de Week van de Gezonde en Kansrijke Start, een jaarlijks evenement dat plaatsvond in november. Het gebruik van deze poppen had zowel een symbolische als een speelse betekenis. Het heeft echter wel geleid tot concrete afspraken tussen professionals, die een half jaar later nog steeds standhouden. <



[Lees de verslagen van de bijeenkomsten hier](#)



# Netwerkdag in cijfers

De Netwerkdag op 9 november 2023 was de slotbijeenkomst van de Week van de Gezonde en Kansrijke Start.

De dag telde:

3

netwerk-  
bije-  
komsten

8

deelsessies

1

theatergroep

4

panelliden

1

kinder-  
ombuds-  
man

16

workshop-  
leiders

12

organisaties  
op de  
netwerkmart

En zo hebben ruim 200 professionals meer geleerd én vooral veel verbindingen gelegd over de eerste 1000 dagen...

Gezonde en Kansrijke Start

## Serious Game

In 2022 ontwikkelden we vanuit ons programma een Serious Game voor de netwerkbijeenkomsten. Door dit spel te spelen, ervaren deelnemers zelf hoe stressvol de eerste 1000 dagen kunnen zijn.

Het bleek een groot succes; de deelnemers gaven aan dat ze door dit te ervaren hun werk anders gaan doen. In 2023 hebben meer professionals die betrokken zijn bij de eerste 1000 dagen het spel gespeeld. Bovendien toonde het landelijke programma Kansrijke Start, onderdeel van het Ministerie van VWS, interesse. Tijdens de landelijke conferentie in 2023 speelden meer dan 500 aanwezigen de game. In overleg met het ministerie wordt de Serious Game nu ook landelijk aangeboden, zodat steeds meer professionals kunnen ervaren wat bestaansonzekerheid met je doet in de eerste 1000 dagen. Lees hier meer over The Serious Game.

### Dreamsupport

In november heeft Dreamsupport de Impulsprijs Verschilmaker van het landelijk programma Kansrijke Start gewonnen. Ze ontvingen de prijs voor 'Samen op weg naar ouderschap', een online serie voor geboortezorgprofessionals om moeders in een kwetsbare situatie, die zwanger zijn of net zijn bevallen, beter te kunnen bereiken. De serie is financieel mogelijk gemaakt door ons programma Gezonde en Kansrijke Start en het stadsdeel Nieuw-West. <



[Klik hier voor het landelijke programma](#)

[Klik hier voor meer informatie over Dreamsupport](#)

# Magazine Gezonde en Kansrijke Start



## Colofon

Programmateam Gezonde en  
Kansrijke Start  
April 2024

[Schrijf je in voor de  
nieuwsbrief](#) >

[Bekijk de website](#) >

[Word lid van de  
Linkedin-groep](#) >

