

Home-start Thuis in gezinnen	ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ
Opvoedings- ondersteuning voor ouders met opgroeiende kinderen	ናእሽቱ ቆልዑ ንዘለዎም ስድራ ናይ ኣታዓባብያ ድጋፍ ትምህርቲ ምሃብ
Heb je belangstelling?	ድሌት ኣለኩም ዶ?
Neem contact op met de coördinator:	ነቲ መታሓባቦሪ ርኽቡዎ:
Moeder Gabriela:	ወላዲት ገብሪኤላ:
“Met drie kleine kinderen had ik het moeilijk. Alles wilde ik perfect doen, maar ik kreeg het niet op rolletjes. Het consultatiebureau verwees mij door naar Home-Start. Vrijwilliger Inge, zelf moeder, had duidelijk veel ervaring. Van haar leerde ik dat het helemaal niet erg is als de was niet af is. Je hoeft niet én de kinderen er goed bij hebben lopen én de was op orde hebben én een blinkend schoon huis hebben, zei ze. Dat waren eyeopeners voor mij. Ook kon ik goed mijn verhaal bij haar kwijt, dat was erg fijn.”	“ምስ ሰለስተ ናእሽቱ ህፃዓንቲ ደቀይ ከቢድ ዝበሃል ግዜ ኣእሊፈ እዮ። ንኹሉ ብልክዕ ክሰርሖ ፈቲነ ነይረ እንተኾነ ግን ኣይከአልኩን። እቲ ኣማኸሪ ትካል ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ቤተሰባዊ ሓገዝ ናብ ዝህቡ ሰዲዲኒ። ወለንታዊት ኢንጂ፣ ከምኡ’ውን ኣዶ፣ ብርግፅ ብተሕ ልምዲ ዝነበራ እያ። እቲ ዝሕፀብ ክዳውንቲ እንተደኣ ዘይተወዲኡ ምንም ፀገም ከም ዘይብሉ ኣምሂራትኒ። ነቶም ህፃናት ፅቡቕ ክኸደኑ ክትገብርዮም ከምኡ እውን እቲ ዝሕፀብ ክዳውንቲ ፅፋፍ ክኸውን ክትገብርዮ ከምኡ እውን ዘብረቕርቕ ፅፋይ ገዛ ክህልወኪ ግድን ኣይኮነን ኢላትኒ። እዞም ምኽርታት እዚኣቶም ንዓይ መበራብርቲ ነይሮም። ኣነ እውን ናተይ ታሪኽ ንዓኣ ክነግራ ኪኢላ እዮ፣ እዚ ብጣዕሚ ፅቡቕ ነይሩ።”
Moeder José:	ወላዲት ጆሴ:
“Mijn oudste kind heeft veel moeite met de overgang van de basisschool naar de middelbare school. Hij heeft structuur nodig, maar als ouders vinden wij het heel moeilijk om dat te geven, we hebben het druk en hebben nog twee kinderen die aandacht vragen. Ik heb het gevoel dat ik mijn zoon niet kan helpen en dat maakt mij onzeker en gespannen.	“በኹሉ ወላዲይ ካብ ቀዳማይ ደረጃ ቤት ትምህርቲ ናብ ካልኣይ ደረጃ ቤት ትምህርቲ ምስግጋር ከቢድ ፀገም ከይኑዎ ኣሎ። መሰረት ክሕዝ ኣለዎ፣ ይኹን’ምበር ከም ወለዲ እዚ ንምግባር ብጣዕሚ ኣፀጋሚ ከይኑና እዮ፣ ብስራሕ ምኽንያት ግዜ ዮብልናን ከምኡ እውን ኣቐልቦ ዘድልዮም ክልተ ተወሰኽቲ ቆልዑ ኣለዉና። ኣብ ዓርሰይ ንከይተኣማመንን ንክጭነቕን ዝገብረኒ ንወደይ ክሕግዝ ኣይክእልን ዝብል ስምዒት ኣለኒ።
Vrijwilliger Anne komt nu elke week een avond bij ons langs. Samen met mijn zoon kijken we dan wat hij die week aan huiswerk moet doen en wanneer hij dan tijd heeft om een poosje te gamen, of op stap te gaan met vrienden. Tegen Anne kan ik eerlijk zijn over wat ik moeilijk vind als moeder, ze luistert gewoon naar mij. Onze gesprekken en de tips die zij mij geeft, helpen echt. Ik leer loslaten, voel me steeds zekerder en word weer de moeder die ik voor mijn gezin wil zijn.”	ሕጂ ወለንታዊት ኣኔ ኣብ ሰሙን ሓይ ምሽት ትበፅሖና። ብሓይ ምስ ወደይ፣ ኣብቲ ሰሙን ንሱ ክሰርሖ ኣብ ዘለዎ ናይ ገዛ-ዕዮ ንሰርሕ ከምኡ እውን ግዘ ክህልዎ እንክሎ ንክፃወት ወይ ከዓ ምስ መሓተቱ ንደገ ይወፅእ። ከም ኣዶ ኣፀምቲ ከይኖም ኣብ ዝረኽበም ነገራት ን ኣኔ ብልክዕ ይነግራ እዮ። ንሳ’ውን ትርዳኣኒ እያ። ዝርርባትናን ንሳ እትህበም ምዕዶታትን ኣዝዮም ሓገዝቲ እዮም። ዓርሰይ ን ዘይምጭንናቕ ይመሃር፣ ብዝበለፀ ኣብ ዓርሰይ ይተኣማመን፣ ከምኡ እውን ዳግም እታ ንስድራይ ክኸኖ ዝደሊ ወላዲት ይኸውን።”
Een steuntje in de rug nodig?	ድሌት ዝኾነ ዓይነት ሓገዝ?
Als gezin heb je het wel eens lastig: het ouderschap is nieuw voor je en je hebt een heleboel vragen, moeilijkheden met de kinderen, je komt de deur niet uit, hebt weinig contact met vrienden en familie, er is ziekte of er zijn spanningen. Meestal kun je problemen zelf oplossen. Maar soms is het een opluchting als iemand tijd heeft om naar je te luisteren, met je meedenkt over de opvoeding en jou hierbij praktische hulp en tips biedt. Een vrijwilliger van Home-Start kan zo’n steuntje in de rug bieden.	ከም ስድራቤት ሓይሓይ ግዘ ኣፀጋሚ ግዘ ክልወኩም ይኽእል እዮ፣ ወላዲ ምኺን ሓዲሽ እዮ ከምኡ እውን ብተሓትት ሕቶታት ክልወኩም ይኽእል እዮ፣ ፀገማት ምስቶም ቆልዑ፣ ብተሕ ንደገ ኣይትወፁን፣ ምስ መሓተትን ቤተሰብን ብተሕ ኣይትራኽቡን፣ ሕማም ኣሎ ወይ ከዓ ውጥረታት ክህልዉ ይኽእሉ። መብዛሕቱኡ ግዘ፣ ፀገማት ዓርስኹም ክትፈትሉ ትኽእሉ ኢኹም። እንተኾነ ግን ሓይሓይ ግዘ ሓይ ሰብ ንዓኻትኩም ከሰምዕ ግዘ ክህልዎ እንክሎ፣ ብዘዕባ ናትኩም ሜላ ኣተዓባብያ ምሳኹም ብሓባር ክሓስብ እንክሎ ከምኡ

	<p>እውን ተግባራዊ ሓገዝን ምዕዶታትን ክህበኩም እንከሎ እፎይታ ይፈጥር እዩ። ሓደ ወለንታዊ ኣብ ከም ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ዝበለ ደገፍ ክህብ ይኽእል እዩ።</p>
<p>Wat is Home-Start</p>	<p>ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ እንታይ እዩ</p>
<p>Home-Start biedt opvoedondersteuning aan gezinnen met opgroeiende kinderen, in elk geval van 0 t/m 6 jaar. Verschillend per gemeente zijn er ook mogelijkheden vanaf 28 weken zwangerschap en voor ouders met kinderen vanaf 7 jaar. Doel van de ondersteuning is om de druk van de ketel te halen, rust en ruimte te creëren waardoor er oplossingen in zicht kunnen komen. Alsoudergeef je zelfaanwaarbehoeftesliggen.</p>	<p>ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ካብ 0 ክሳብ 6 ዝዕድሚኦም ማዕበልቲ ህፃናት ንዘለዉዎም ስድራቤታት ናይ ኣተዓባብያ ደገፍ ይህብ። ኣብቲ ቤት መዘጋጃ ብምድራሽ፣ ካብ 28 ሰሙናት ጥንሲ ከምኡ እውን ካብ 7 ዓመት ዝኹኑ ህፃናት ንዘለዉዎም ወለዲ እውን ተኸእሎታት ኣለዉ። ዕላማ እቲ ደገፍ ገለ ፀቕጢ ንምውጋድ፣ ሰላም ምፍጥር ከምኡ እውን ፍታሓት ክርከቡ ምእንታን ክኸእሉ ቦታ ምፍጥር እዩ። ከም ወለዲ፣ ድልዎታት ኣበይ ከም ዘለዉ ዓርስኹም ተመልከቱ።</p>
<p>Alle vrijwilligers van Home-Start hebben opvoedervaring en volgen een voorbereidingstraining. De vrijwilligers worden begeleid en ondersteund door een coördinator. Vrijwilligers zijn in het bezit van een verklaring omtrent gedrag (VOG). Steeds meer gezinnen krijgen steun van Home-Start. Bijvoorbeeld als je net een baby hebt, meer aandacht wilt geven aan de andere kinderen, je kind veel op de mobiel zit of games speelt, contact wilt leggen met andere ouders. Met de steun van vrijwilligers wordt vaak een negatieve spiraal doorbroken en komt er weer lucht en ruimte voor gezelligheid in het gezin. Ouders en kinderen voelen zich prettiger en gaan positiever met elkaar om.</p>	<p>ኩሎም ወለንታውያን ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ልምዲ ኣተዓባብያ ኣለዎም ከምኡ እውን ናይ ምድላው ስልጠና ይኸተሉ። እቶም ፍቓደኛታት ብቲ መታሓብበሪ ቁፅፅር ይግበረሎምን ደገፍ ይወሃቡምን። ፍቓደኛታት ናይ ፅቡቕ ፀበይ ሰርተፊኬት (VOG) ሓዘም ኣለዉ። ብዙሓት ስድራታት ካብ ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ድጋፍ ይረኽቡ። ንኣብነት፣ እንድሕር ኣብዚ እዋን እዚ ወለድኩም፣ ነቶም ካልኣት ቆልዑ ብዙሕ ኣቓልቦ ክትህቡ እንተደለኹም፣ ውለድኩም ናይ ሞባይሎም መፃወቲ ንም ኣብዚሓም ምጥቓም ምስ ጀመሩ፣ ወይ ከዓ ምስ ካልኣት ወለዲ ርክብ ክትገብሩ እንተደለኹም። ምስቲ ድጋፍ ፍቓደኛታት፣ መብዛሕትኡ ግዛ ኣሉታዊ ጥውይዎይ ክትበትኹ ትኸእሉ ከምኡ ድማ ኣብቲ ስድራ ዳግም ንፀወታ ቦታ ኣሎ። ወለድን ህፃናትን ዝበለፀ ምቕት ይስመዖም ከምኡ እውን ነንኣድሕዶም ዝያዳ ብኣወንታዊ ይተገባቡ።</p>
<p>Hoe werkt Home-Start</p>	<p>ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ከመይ ይሰርሕ?</p>
<p>Je kunt jezelf aanmelden bij de Home-Start coördinator in jouw woonplaats. Na aanmelding bespreek je met de coördinator hoe Home-Start jou en je gezin kan helpen.</p>	<p>ኣብ ትነብሩሉ ከተማ ምስ ዘሎ መታሓብበሪ ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ክትምዝገቡ ትኸእሉ። ድሕሪ ምዝገባ፣ ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ክመይ ኣቢሉ ንዓኻትኩምን ንስድራኹምን ክትግዘኩም ከም ዝኸእል ምስቲ ኣዋሃሃዲ ክትመደቡ ኢኹም።</p>
<p>Jullie vragen zijn daarbij het uitgangspunt; de ondersteuning wordt afgestemd op wat er voor jou of jullie gezin nodig is. Daarna wordt een vrijwilliger aan je voorgesteld. Als het klikt, komt de vrijwilliger wekelijks bij je thuis. In het begin leer je elkaar kennen en raak je vertrouwd met elkaar. Samen bespreek je op welke wijze jij steun wilt of een helpende hand bij praktische zaken. De duur van de ondersteuning is maximaal 1 tot 1,5 jaar.</p>	<p>ሕቶታትኩም መጀመሪ ነጥቢታት እዮም፣ እቲ ድጋፍ ንዓኻትኩምን ንስድራኹምን ብስርዓት ዝተዳለወ ክኾን እዩ። ብድሕሪኡ፣ ሓደ ወለንታዊ ምሳኻትኩም ክላለ ክግበር እዩ። መመጣጥንቲ እንተዳኣ ሃልዩ፣ እቲ ወለንታዊ በቢሰሙኑ ናብ ገዛኹም ክመፅእ እዩ። ኣብ መጀመርታ፣ ነንኣድሕድኩም ትፋለጡ ከምኡ እውን ነንኣድሕድኩም ትለማመዱ። ብኣባር ከመይ ኣብ ተግባራዊ ጉዳያት ድጋፍ ወይ ከዓ ሓገዝ ከም ትደልዩ ትመደቡ። እቲ ዝበዝሐ ዕምሪ እቲ ድጋፍ 1 ክሳብ 1.5 ዓመታት እዩ።</p>

Home-Start in het kort	ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ ብሓዲሩ ንምግላፅ
Ondersteuning voor gezinnen met opgroeiende kinderen. In elk geval van 0 t/m 6 jaar. Verschillend per gemeente zijn er ook mogelijkheden vanaf 28 weken zwangerschap en voor ouders met kinderen vanaf 7 jaar.	ድጋፍ ካብ 0 ክሳብ 6 ዓመታት ዝኾኑ ማዕበልቲ ህፃናት ንዘለዉዎም ስድራታት። ኣብቲ ቤት መዘጋጃ ብምድራኽ፣ ካብ 28 ሰሙናት ጥንሲ ከምኡ እውን ካብ 7 ዓመታት ዝኾኑ ህፃናት ንዘለዉዎም ወለዲ እውን ተኸእሎታት ኣለዉ።
Wekelijks bezoek van een ervaren vrijwilliger	ሰሙናዊ ምብጻሕ ናይ ብሉፅ ልምዲ ዘለዎ ወለንታውያን
Praktische hulp en nuttige tips	ተግባራዊ ሓገዝን ጠቕምቲ ማዕዳታትን
Ondersteuning bij opvoeding	ድጋፍ ኣተዓባብያ
Luisterend oor en vertrouwen	ምስማዕን እምነትን
Geen kosten voor het gezin	እቶም ሓገዝ ዝህቡ ስድራ ዋላ ሓደ ክፍሊት ኣይሓቱን
Flyer drukwerkcode	
HS-03-2019 Fo_breed © landelijk steunpunt Home-Start	HS-03-2019 Fo_breed © ሃገራዊ ደገፍ ነጥቢ ብ ዓርሰ-ተበግሶ ገዛ ገዛ ብምኻድ ዝግበር ቤተሰባዊ ሓገዝ