

Jaarverslag Home-Start 2021

Samen staan we sterk!



Vaak wordt me gevraagd 'wat doet een Home-Start vrijwilliger eigenlijk'. Ik antwoord dan 'nou, niet zoveel eigenlijk, maar genoeg om een ouder te versterken in het ouderschap. Dit betekent heel veel luisteren. En dat kunnen onze vrijwilligers goed.' Er zijn voor de ouder en luisteren naar de verhalen en naar de moeiten die ze ervaren in het ouderschap. Vrijwilligers geven erkenning dat ouderschap kwetsbaar maakt en dat opvoeden niet altijd gemakkelijk is. Het gesprek hierover helpt ouders om na verloop van tijd sterker te staan en meer zelfvertrouwen te hebben.

Dit is in het kort wat Home-Start doet. Ook in 2021 hebben bijna 3000 vrijwilligers zich ingezet voor ouders en kinderen. Een aantal verhalen en quotes hebben we opgenomen in dit jaarverslag.

We zijn gestart met Home-Start voor zwangeren omdat we geloven dat vroegtijdige ondersteuning aan ouders helpt om problemen te voorkomen. Ouder worden heeft enorm veel impact. Er moeten niet alleen praktische zaken worden geregeld, maar ook emotioneel heeft het gevolgen voor ouders. Dan is het fijn wanneer er een ervaren ouder is die met je meedenkt en praat over je zwangerschap en over je eerste tijd met je kindje.

Door ons aan te sluiten bij het Collectief Informele steun aan gezinnen kunnen we onze boodschap nog beter naar buiten brengen. We zetten ons gezamenlijk in om verschillende vormen van informele steun in alle gemeenten te introduceren zodat alle ouders hiervan gebruik kunnen maken. Opvoeden kun je niet alleen, 'it takes a village to raise a child'.

Gerda Groen

Programmaleider Home-Start Nederland





Algemeen

Home-Start biedt informele preventieve opvoedsteun om te voorkomen dat gewone opvoedvragen, hulpvragen worden. We verbinden ouders en opvoeders omdat ze elkaar op een gelijkwaardige manier steun kunnen bieden. Immers, 'it takes a village to raise a child'. Vroegtijdige opvoedsteun vergroot het welzijn van ouders en daarmee dat van hun kinderen. Ouders worden ondersteund door een vrijwilliger die vanuit eigen ervaring de uitdagingen kent van het ouderschap en weet dat opvoeden niet altijd gemakkelijk is. Ze bieden ouders vriendschappelijke en praktische ondersteuning bij het opvoeden. Onderzoek wijst uit dat ouders zich na de ondersteuning sterker voelen in hun ouderschap en dat ze meer zelfvertrouwen ervaren. Ze kunnen beter omgaan met nieuwe uitdagingen. Home-Start wordt wereldwijd aangeboden in meer dan twintig landen. In Nederland werkt Home-Start nu bijna dertig jaar.



Gezinnen

Maar liefst **3790** gezinnen hebben het afgelopen jaar ondersteuning ontvangen van een vrijwilliger.

In deze gezinnen woonden **7190** kinderen.

Het basisprogramma Home-Start is voor gezinnen met kinderen tussen 0 en 7 jaar, vanaf de zwangerschap. De meeste aanmeldingen komen dan ook vanuit deze gezinnen, totaal 2930.

Veel ouders komen met de vraag naar een luisterend oor omdat ze (bijna) niemand hebben in hun directe omgeving. Ze hebben onder andere vragen hoe ze een goede ouder kunnen zijn, over hun kind, hoe ze gebruik kunnen maken van voorzieningen in de buurt en ze willen graag hun netwerk uitbreiden.

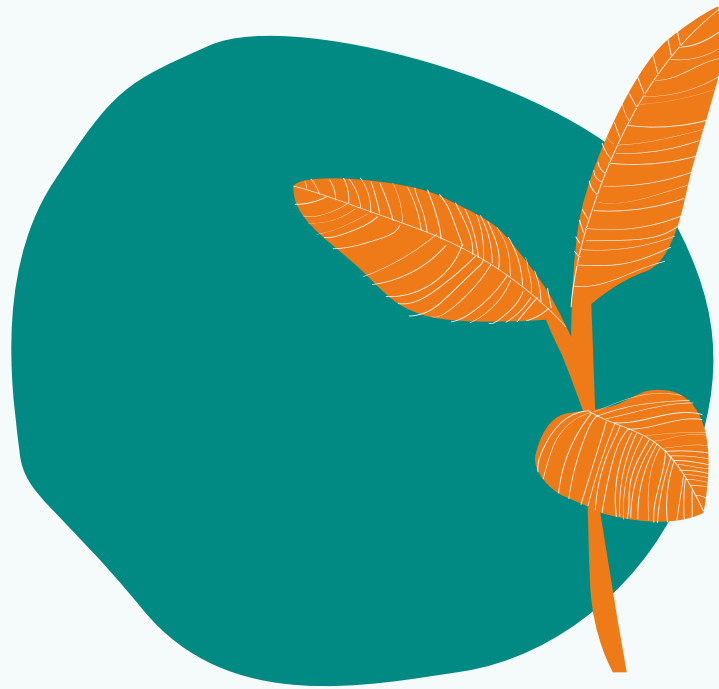
Ouders vinden het ook heel fijn wanneer de vrijwilliger even aandacht heeft voor het kind, even een spelletje doet of voorleest. Dit geeft hen vaak even de ruimte om iets voor henzelf te doen.





Toen Saïda vrijwilliger Marlies ontmoette, kon ze eindelijk haar hart luchten. "Ik praatte en praatte. Daardoor daalde er gelijk een soort rust over me heen. Mijn zoontje wilde dolgraag een broertje of zusje. Hij zei: 'Kom mam, we gaan er een kopen.' We hadden al heel veel meegemaakt; we hebben een kind verloren en ik kreeg meerdere miskramen. Een paar jaar later kwam er een meisje bij. Het werd een pittige tijd. Ik voelde me lichamelijk uitgeput en ons dochtertje sliep heel weinig. Doodop zocht ik hulp. Via het consultatiebureau hoorde ik over Home-Start. Het klikte meteen met degene aan wie ik werd gekoppeld: Marlies. Ze kwam op me over als een vrouw met ervaring, een soort tweede moeder. Ik ben zelfstandig en kan goed voor mezelf opkomen. Maar ik had ook behoefte om sommige dingen te delen, iemand die een luisterend oor kan bieden. In mijn eigen omgeving had ik die niet. Ik ben zelf de oudste van een groot gezin en kreeg als kind al snel een moederrol. Ik moest altijd door, ik ben daardoor hard geworden voor mezelf. De eerste gesprekken met Marlies bestonden uit praten, praten en nog eens praten. Er daalde gelijk een soort rust over me heen. Praten lijkt iets kleins, maar is eigenlijk iets heel groots. Ik vond rust en kon beter slapen. Marlies kwam in het begin van elke week thuis op de thee. In de onrustige coronatijd zijn we gaan wandelen. Na twee uurtjes buiten voelde ik: ik kan weer verder. Het was natuurlijk niet allemaal opgelost, maar ik had weer energie om door te gaan."

‘Praten lijkt iets kleins, maar is iets heel groots’

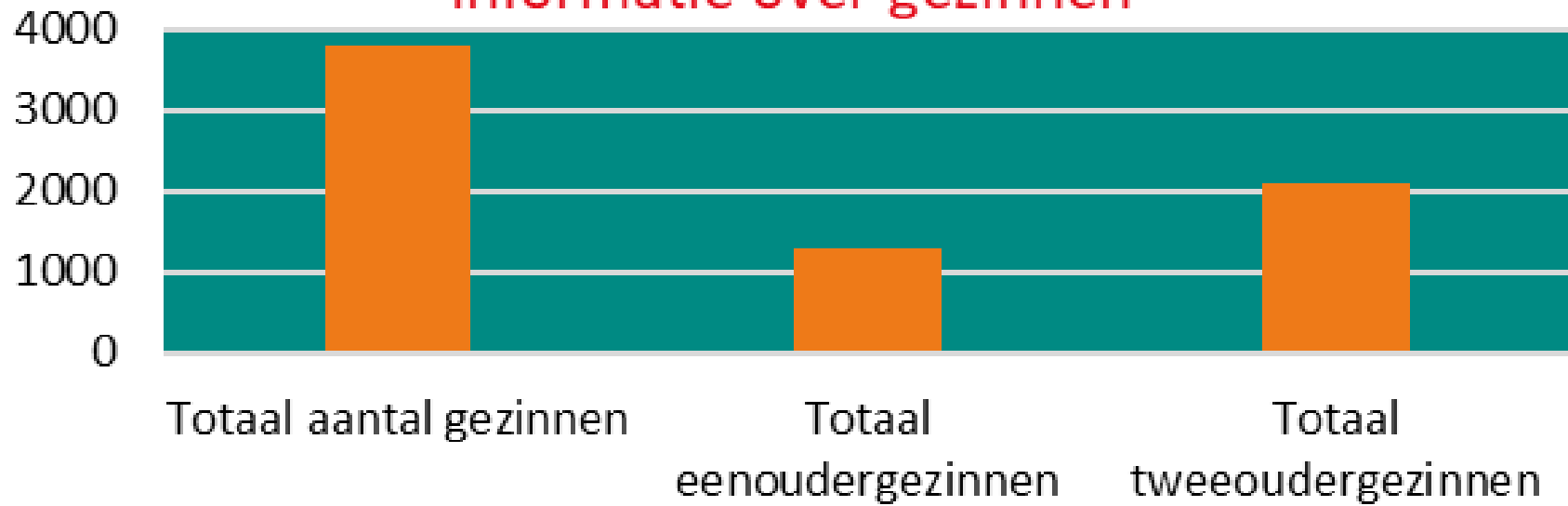


"Dankjewel dat je mij de ruimte hebt kunnen geven om op adem te komen. Ik kan nu eindelijk genieten van mijn kinderen en zie mijn kinderen niet meer als last in mijn leven!"

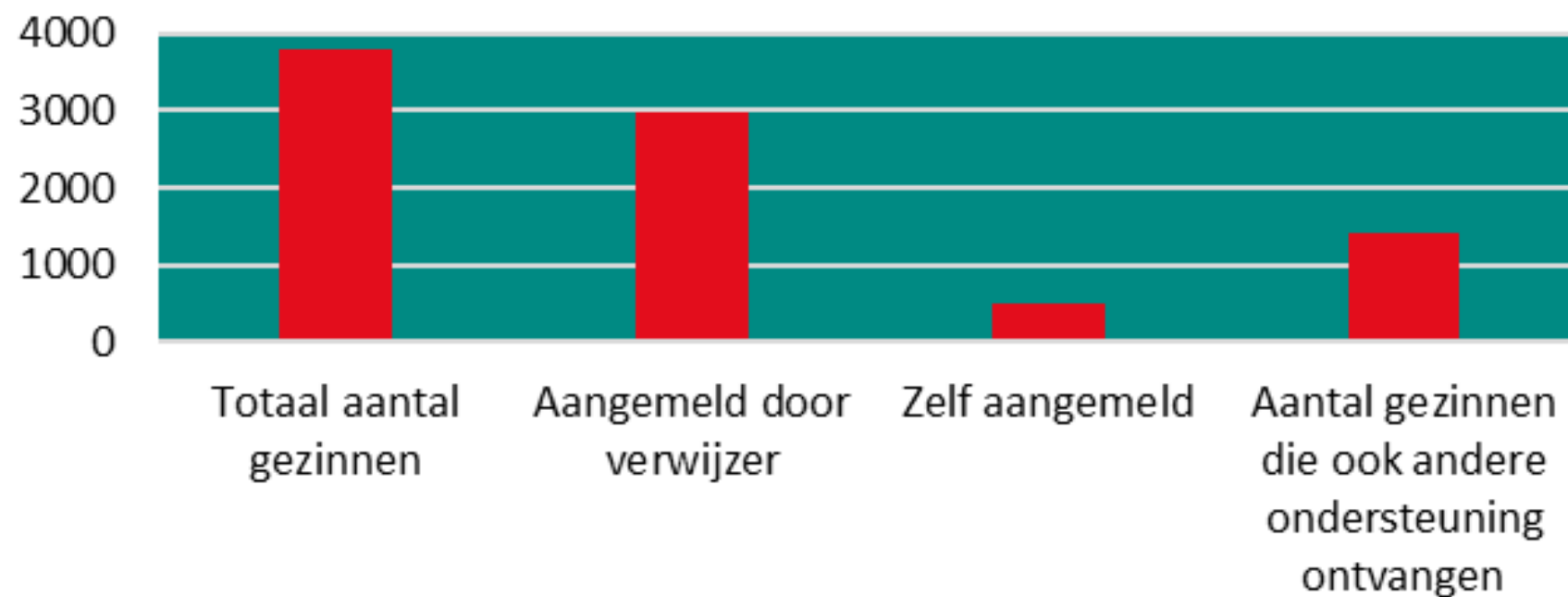
een ouder die ondersteuning heeft gehad

Gezinnen in cijfers

Informatie over gezinnen



Verwijzers



Aantal gezinnen in 2021



Van de **3790** gezinnen waren **1284** eenoudergezinnen en **2096** tweoudergezinnen. Het merendeel van de gezinnen is aangemeld door een betrokken verwijzer. **507** gezinnen hebben zichzelf aangemeld bij Home-Start. Daarmee heeft Home-Start **7190** kinderen bereikt.

Vrijwilligers

In 2021 hebben 2981 vrijwilligers zich ingezet voor Home-Start. Ondanks corona bleven ze contact houden met hun gezin en waren ze creatief in het zoeken naar andere mogelijkheden om dit zo goed mogelijk vorm te geven. Samen wandelen, een praatje in de deuropening of bellen via Whatsapp, er bleek veel mogelijk. In vergelijking met 2020 is het aantal vrijwilligers met ongeveer 200 toegenomen.

Voor veel vrijwilligers van Home-Start is het vrijwilligerswerk een belangrijk onderdeel van hun leven. Vrijwilligers vertellen dat het hen persoonlijke ontwikkeling oplevert, het leren van nieuwe vaardigheden en dat ze kennis krijgen van andere culturen. Het werk verrijkt hun leven.

'Dankbaarheid voor het vertrouwen dat in mij gesteld wordt en geraakt door de ervaring dat mensen zo sterk en tevens zo kwetsbaar zijn'

een vrijwilliger van Home-Start



“Saïda en haar gezin hebben nogal wat meegemaakt. Ik vind het heel knap dat ze mij hebben toegelaten. Eerst kwam ik vooral bij hen thuis, maar in coronatijd zijn Saïda en ik gaan wandelen en dat doen we nu iedere week. Dan bespreken we waar ze tegenaan loopt, zoals de communicatie met hulpverleners of school. Ik luister, denk mee en probeer zo nodig de andere kant van de zaak te belichten. Zij zijn het achtste gezin bij Home-Start waar ik mag komen. De grote kracht van het programma is dat wij tijd hebben om te luisteren. Ik zie hoe gezinnen opknappen dat er iemand is die naar hen luistert, troost biedt, begrijpt dat er wat aan de hand is.

Bij Saïda brengt het rust in de opvoeding dat ze haar ei kwijt kan. Daardoor houdt ze meer energie over voor de kinderen. Laatst zei ze tegen me: ‘Weet je wel wat voor goed werk jij doet?’ Een andere moeder zei: ‘Je hebt mijn lontje wat langer gemaakt.’ Ik word er blij van om te merken dat ik iets kan betekenen voor hen. Als Saïda verdrietig de trap afkomt en na onze wandeling lachend naar huis gaat, weet ik waar ik het voor doe.”



Vrijwilliger Marlies: ‘Wij hebben de tijd om te luisteren’

Home-Start voor zwangeren



Al sinds 2019 kan een Home-Start vrijwilliger ook ondersteuning geven aan zwangere vrouwen vanaf 28 weken. Afgelopen jaar hebben we besloten de termijn van 28 weken los te laten en Home-Start mogelijk te maken vanaf het begin van de zwangerschap. Het is niet vanzelfsprekend dat a.s. moeders iemand in hun omgeving hebben met wie ze zich kunnen voorbereiden op de bevalling en het ouderschap. Het is heel fijn wanneer er iemand is die al tijdens de zwangerschap meedenkt over praktische zaken, soms meegaat naar de verloskundige en helpt in de eerste tijd met het kindje.

Uit onderzoek blijkt dat juist de eerste 1000 dagen belangrijk zijn voor de groei en ontwikkeling van het kindje. Dat ouders zich voldoende ondersteund voelen is een beschermende factor gedurende deze eerste jaren.

De tweeling van Adriana en Suleyman werd te vroeg geboren. Adriana maakte zich veel zorgen. Ze leed aan een postpartumdepressie, sliep nauwelijks en wilde haar kinderen geen seconde alleen laten. De steun van vrijwilliger Gerda was goud waard. 'Ze heeft me het vertrouwen gegeven dat ik als moeder nodig had'. Adriana is van Poolse afkomst, haar man is Turks. Ze hebben geen familie in Nederland, haar vriendinnen ziet ze nauwelijks meer na de geboorte van de tweeling. Eerst kwam vrijwilliger Pamela. 'Ze zorgde dat ik af en toe even bij kon slapen, het was een moeilijke periode waarin ik met heel kleine stapjes vooruitging.' Toen de tweeling tien maanden was bleek Adriana opnieuw zwanger. Ze waren blij, maar het maakte haar ook wel angstig hoe het verder zou gaan. Na 37 weken werd een zoon geboren, gelukkig sliep hij direct veel beter dan de tweeling. 'Ik voelde me al na zijn geboorte al gauw wat zekerder van mezelf, ik ben gegroeid als moeder.' Ze kreeg opnieuw ondersteuning van een Home-Start vrijwilliger: Gerda. Ze was al wat ouder en was als een oma voor de kinderen. 'Ze is er voor de kinderen en ook voor mij. Ze laat me voelen dat ik een goede moeder ben en die bevestiging is belangrijk voor mij. Elke keer benadrukt ze hoe goed ik voor de kinderen zorg.'

Na anderhalf jaar ondersteuning gaat Adriana en haar gezin verhuizen naar een andere stad. Ondersteuning hoeft ze niet meer. 'Ik ben er klaar voor. Ik voel me goed. Ik hoop dat ik nieuwe vriendinnen ga ontmoeten op de plek waar we gaan wonen. Als de kinderen iets ouder zijn wil ik weer gaan werken, zodat ik geld verdien maar ook mijn sociale leven weer wat breder wordt. Ik zie de toekomst zonnig in.'

Verwijzers



HOME



START

Thuis in gezinnen

Binnen de gemeenten hebben de coördinatoren contact met verschillende partijen die werken met gezinnen: jeugdverpleegkundigen, sociaal werkers, scholen, verloskundigen, huisartsen, kraamcentra etc. Zij wijzen de ouder op de mogelijkheid van ondersteuning door Home-Start. Na toestemming van de ouder(s), melden zij het gezin aan. Gelukkig zijn er ook steeds meer gezinnen die rechtstreeks contact opnemen. Wanneer gezinnen al in een vroeg stadium ondersteund worden, voorkomen we dat kleine problemen, hulpvragen worden. Na de ondersteuning geven de meeste gezinnen aan zelfredzaam te zijn.

Kwaliteit

Home-Start heeft vestigingen in het hele land. Er zijn in totaal 78 locaties waar 144 coördinatoren werkzaam zijn. Zij zijn verantwoordelijk voor het werven, trainen en coachen van de vrijwilligers.

Kwaliteit van het programma is één van de belangrijkste speerpunten van Home-Start, jaarlijks worden gemiddeld 25 kwaliteitsbezoeken afgelegd aan Home-Start locaties. Dit wordt gedaan door een onafhankelijke commissie.

Ook in het afgelopen jaar zijn de kwaliteitsbezoeken, deels online, doorgegaan. Alle locaties hebben een licentieverlening ontvangen!

Door de deskundigheid, zorgvuldigheid en het enthousiasme van de coördinatoren voelen vrijwilligers zich gehoord en gezien en kunnen zij hun werk in de gezinnen uitvoeren. Daarnaast zorgen de coördinatoren voor bekendheid van het programma in hun gemeente(n) en onderhouden ze contacten met de lokale partners.



Samenwerking

Home-Start Nederland is in 2021 aangesloten bij het Collectief Informele steun aan gezinnen. In dit collectief werken we samen met Samen Oplopen, Steunouder en Buurtgezinnen. Vanuit onze gezamenlijke droom op ouderschap en het veilig en gezond opgroeien van kinderen hebben we elkaar gevonden. Door onze krachten te bundelen kan informele steun aan gezinnen beter op de kaart gezet worden. Dit gezamenlijk optrekken is beloond met een toekenning van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport vanuit het Deltaplan Jeugd. Met het bedrag dat we hebben ontvangen van het ministerie zijn materialen ontwikkeld om de informele sociale steun beter zichtbaar te maken bij gemeenten en hulpverleners. Er komt onder andere een podcastserie over de vier initiatieven, een factsheet voor gemeenten en een documentaire waarin gezinnen zelf vertellen wat het hen heeft opgeleverd. Namens het Collectief zijn Steunouder Nederland en Home-Start Nederland ambassadeur informele steun bij de landelijke coalitie Kansrijke Start. Het belang van informele steun in de eerste duizend dagen voor ouders en kind wordt binnen Kansrijke Start, zowel landelijk als lokaal, steeds meer omarmd.



Onderzoek

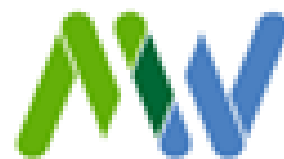
De Universiteit van Amsterdam heeft namens Home-Start een aanvraag ingediend voor een subsidie vanuit ZonMw in het kader van hun oproep: 'Wat werkt voor de jeugd'.

Het onderzoek richt zich op de vraag 'Wat werkt in Home-Start om kinderen en gezinnen in kwetsbare omstandigheden te signaleren en ondersteunen'? De aanvraag is gehonoreerd waardoor de Universiteit in samenwerking met de Hogeschool van Amsterdam drie jaar lang onderzoek gaat doen binnen Home-Start. Het is zowel een kwalitatief als een kwantitatief onderzoek. Het kwalitatieve deel leidt uiteindelijk tot een reflectie instrument werkzame elementen informele opvoedsteun. De kan worden gebruikt in de intervisie met vrijwilligers. Het winst van het kwantitatieve deel is dat er meer bekend wordt over de effectiviteit van informele steun aan gezinnen.



UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM





Organisatie

Home-Start Worldwide is het overkoepelend orgaan voor alle Home-Start organisaties in 22 landen over de hele wereld. De landelijk vereniging Humanitas is licentiehouders van Home-Start Nederland. Lokaal wordt het programma uitgevoerd door organisaties binnen de jeugdsector. Gemeenten bepalen zelf wie de meest geschikte uitvoerder is. Ongeveer de helft van de Home-Start locaties is onderdeel van lokale afdelingen van Humanitas. De andere helft is gevestigd in lokale welzijns- of jeugdgezondheidszorgvoorzieningen.

In de media

Zowel landelijk als lokaal is Home-Start zichtbaar geweest in de media. In het voorjaar van 2021 zijn er artikelen verschenen in nieuwsbrieven en op de websites van het Sociaal Domein, de Vereniging van Nederlandse Gemeenten en Gemeente.nu. Voor deze artikelen zijn onderzoekers, wethouders en verwijzers gevraagd om input te geven wat volgens hen de toegevoegde waarde is van de inzet van Home-Start.

Ook zijn er artikelen verschenen in de nieuwsbrieven van Vakblad Vroeg, Humanitas, Blik op Hulp en in De Kinderwijzer, de humanistische opvoednieuwsbrief. Het meerlingenmagazine heeft een mooi ervaringsverhaal geplaatst van ondersteuning aan een gezin met een tweeling en in het online magazine van DA drogist heeft een verhaal gepubliceerd over vrijwilliger Angelina en moeder Khansaa in het kader van hun serie 'Geluksbrengers'.

In het boek 'Sociale Verloskunde', staat een ervaringsverhaal van een moeder. Op de website van www.Buurtmamas.nl is een blog verschenen: 'Opvoeden? Je staat er niet alleen voor!'

Ook lokaal is er aandacht geweest voor Home-Start. In veel lokale bladen worden ervaringsverhalen gedeeld of wordt de coördinator uitgenodigd mee te werken aan een uitzending van de lokale omroep. Tevens zijn er een aantal podcasts opgenomen met betrokkenen bij Home-Start.

In samenwerking met schrijfster Josephine Krikke en fotograaf Anneke Hymmen zijn drie nieuwe ervaringsverhalen van een ouder en vrijwilliger opgehaald en gepubliceerd.



Beleidsmedewerker Jeugd Sjoukje Heidinga:

‘Het normaliseren van de hulpvragen is iets waar wij als gemeente aan werken. Met goede tips en begeleiding, ervaren ouders dat ze zelf veel kunnen doen. Ze worden aangemoedigd gebruik te maken van hun eigen netwerk en als dat niet zo groot is, helpt de vrijwilliger dat uit te breiden’.


Oud wethouder Siepie Hylkema:

‘Vragen of problemen in gezinnen moet je niet laten sudderen. Je wilt er zo snel mogelijk bij zijn. Veel mensen vinden het lastig om hulp te vragen. De gang naar formele zorg is lang niet altijd nodig. Elke ouder twijfelt wel eens of je het goed doet in de dagelijkse opvoeding van je kinderen. Een sociaal vangnet is belangrijk voor mensen die nogal op zichzelf zijn, moeders met een postnatale depressie of gezinnen die overbelast zijn.’



Onderzoeker Peter Hoffenaar:

‘Vroeg ingrijpen is een goed idee. Ook om erin te slagen verdere verslechtering tegen te gaan. Voor organisaties als Home-Start heb ik waardering dat ze blijvend onderzoek doen naar waar ze staan. Dit vind ik een goede manier van kijken naar je programma’.



Opvoeden? Je staat er niet alleen voor!

[home-start.nl](https://www.home-start.nl)

