

HOME



START

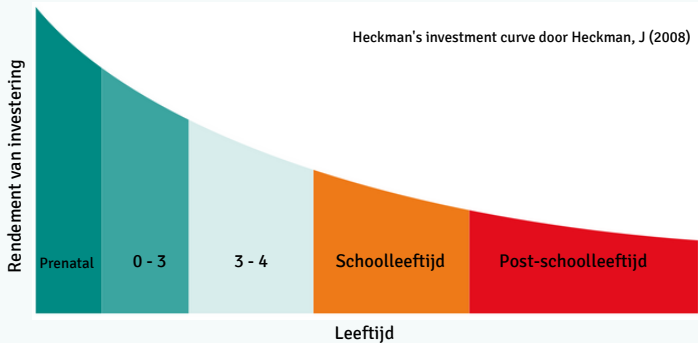
Thuis in gezinnen

Voor een sterke basis in het ouderschap



1

Hoe eerder je investeert HOE GROTER HET RENDEMENT



Home-Start gezinsondersteuning

Een wereldwijd programma met een grote impact in Nederland

2772 vrijwilligers
Ondersteunden in 2023
één of meerdere gezinnen

180 Gemeenten
in Nederland

2

3166 gezinnen
werden in 2023
ondersteund

6375 kinderen
waren in 2023 betrokken bij
Home-Start ondersteuning



Zorgvuldig uitgedacht programma

4

- ✓ Goed opgeleide vrijwilligers met opvoedervaring
- ✓ Professionele coördinatoren
- ✓ Een landelijk steunpunt dat continue het programma ontwikkelt zodat het aan blijft sluiten bij maatschappelijke behoeften

Laagdrempelige informele steun

3



Vraaggericht

De vraag van de ouder staat centraal.



Gelijkwaardigheid en vertrouwen

De vrijwilliger staat naast de ouder en heeft geen oordeel maar is wel kritisch.



Focus op eigen kracht

Empowerment. De vrijwilliger is positief en krachtgericht.



Tijd en aandacht

De vrijwilliger geeft het gezin het gevoel ertoe te doen.

NJi Home-Start
is opgenomen in de databank
Effectieve jeugdinterventies

Effectiviteit

5

Effectief volgens goede aanwijzingen!



- Stimuleert zelfredzaamheid.
- Voorkomt ernstige problemen.
- Vergroot veerkracht van ouders.
- Versterkt een steunend netwerk.
- Versterkt opvoedvaardigheden en zelfvertrouwen.

6

Preventief én informeel

Vroegtijdige opvoedsteun
voorkomt dat gewone opvoedvragen
uitgroeien tot hulpvragen zodat
hulpverlening niet hoeft worden
ingezet.



**Hoe eerder je investeert
HOE GROTER HET RENDEMENT**

Inhoud

Wat is Home-Start?

4

Home-Start ontmoetingen

6

De effectiviteit van Home-Start

7

Home-Start in cijfers

8

Het effect van Home-Start

9

Wat ouders zeggen over
Home-Start

11

Wat vrijwilligers zeggen over
Home-Start

12

Wat is Home-Start?

Home-Start is een wereldwijd programma en al ruim 30 jaar actief in Nederland



Het is een preventief programma voor aanstaande ouders en voor ouders met kinderen tot 18 jaar. Vrijwilligers met opvoedervaring bieden ondersteuning bij ouderschap en opvoeding bij het gezin thuis. Hierdoor wordt de kans aanzienlijk kleiner dat kleine opvoedvragen grote problemen worden en dragen de vrijwilligers bij aan het vormen van een sterke basis voor de kinderen in het gezin.



Door inzet van informele gezinsondersteuning is formele ondersteuning minder nodig of kan eerder worden afgeschaald.

Wat is Home-Start?

Home-Start tijdens de eerste 1000 dagen

De overgang naar het ouderschap kan een stressvolle en eenzame tijd zijn voor sommige ouders. Sociale steun thuis of in de omgeving kan een beschermende factor zijn. Steun vermindert de stress en vergroot het zelfvertrouwen van ouders.

In 2024 ontvingen..

278 Home-Start gezinnen ondersteuning tijdens de zwangerschap

1201 Home-Start gezinnen met een kind onder de twee jaar ondersteuning

Ondersteuningsbehoeften van nieuwe ouders

Uit onderzoek van Home-Start en de Universiteit van Amsterdam

1. Emotionele ondersteuning

Bij onzekerheid in de transitie naar ouderschap.



2. Informatieve ondersteuning

Bij thema's rondom de babyfase (slaap, voeding, signalen, fysieke gezondheid).



3. Praktische ondersteuning

Opruimen, luiers verschonen, wiegen en troosten, babypullen verzamelen.



4. Verbinding

Uitbreiding van sociaal netwerk.



Home-Start ontmoetingen

Home-Start stimuleert **ontmoetingen tussen ouders** in wijken en buurten. Ze werken hierbij samen met de bibliotheek, een wijkcentrum of een school. Zo'n ontmoetingsplek kan als start dienen voor weer nieuwe initiatieven in de pedagogische basis.

Veel ouders willen graag **met elkaar praten over opvoeden en ouderschap**. Ze helpen elkaar door even op te passen, kinderkleding door te geven of door tips te geven over diverse onderwerpen.

Als er goede pedagogische sociale relaties zijn is het om **hulp vragen gemakkelijker** voor ouders. Hoe eerder ouders steun ontvangen, hoe minder groot eventuele problemen worden. Hierdoor is inzet van dure hulpverlening, niet meer of minder nodig.

In ruim **20 Home-Start locaties** worden ontmoeting georganiseerd voor ouders en kinderen.



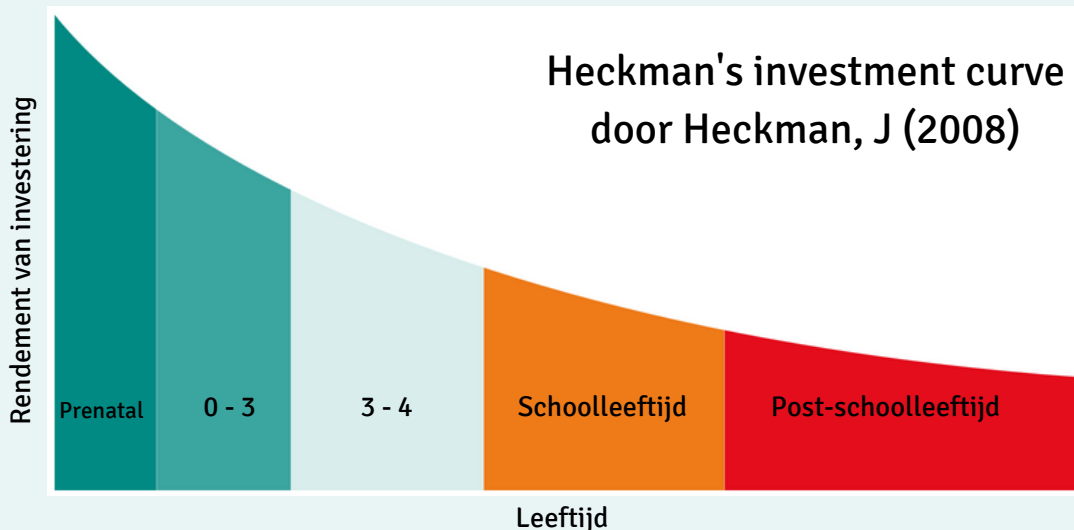
De effectiviteit van Home-Start

1 : 127

De geschatte return on investment van een informeel traject zoals Home-Start

€ 280.000

De besparing van kosten op 35-jarige leeftijd bij een effectieve preventie



De vroegste investeringen geven het hoogste rendement (Heckman, J.J. 2008).

Home-Start is bewezen effectief en opgenomen in de database effectieve interventies van het Nederlands Jeugdinstituut. Het belang van een preventieve interventie is groot. Het versterkt en vergroot de opvoedcompetenties van ouders bij alledaagse opvoedvragen en bij onvoldoende zelfvertrouwen in de eigen opvoedvaardigheden. Ook wordt het netwerk versterkt en worden ouders gewezen op voorzieningen in hun omgeving waar gebruik van worden gemaakt.



Home-Start in cijfers

2772 vrijwilligers
Ondersteunde in 2023 één of
meerdere gezinnen

3166 gezinnen
werden er in 2023
ondersteund

6375 kinderen
waren in 2023 betrokken bij
Home-Start ondersteuning

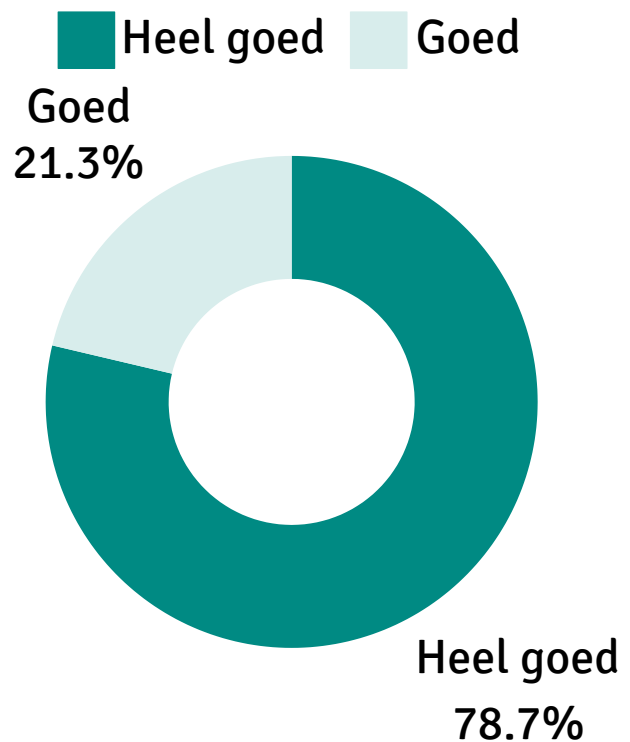
Deelnemers geven
Home-Start
gemiddeld een

8,9!



Uitgevoerd door ca. **180**
gemeenten

Hoe wordt Home-Start begeleiding ervaren?



Het effect van Home-Start

Onderzoek van de Hogeschool van Amsterdam

Uitgangspunten Home-Start

De werkwijze van de vrijwilliger



Vraaggericht

- Aansluiten bij wensen en behoeftes van het gezin
- Empathisch luisteren
- Coachende houding



Gelijkwaardigheid en vertrouwen

- Zonder oordeel maar wel kritisch
- Aan vertrouwen bouwen
- Naast de ouder staan



Empowerment

- Horizon verbreden
- Normaliseren en geruststellen
- Positief en krachtgericht



Tijd en aandacht

- Gezin gevoel geven dat ze ertoe doen
- Praten en luisteren
- Plezier en lichtheid brengen

Impact van Home-Start

Voor veel ouders is het contact met de vrijwilliger een **positieve ervaring**. Door het **steuntje in de rug** en de **praktische hulp** die ze ontvangen, **verbetert de ouder-kindrelatie** en worden de **opvoedvaardigheden vergroot**. Ook het **zelfvertrouwen van de ouder neemt toe** en ze ervaren **meer rust**.

Het effect van Home-Start

Voorbeeld uit de praktijk

Drie jaar geleden verhuisde een gezin (man, vrouw en jonge zoon) van het midden van het land naar Zeeland. Hun oudste zoon is nu 5 jaar en heeft een broertje van 1 jaar.

Door het werk van haar man, die vaak elders verblijft en de afstand tot familie voelt zij zich er soms alleen voor staan in de zorg voor de kinderen. De oudste zoon vraagt extra aandacht, wat haar het gevoel geeft dat haar jongste soms te weinig aandacht krijgt. Dit brengt regelmatig schuldgevoelens met zich mee, vooral omdat zij veel tijd besteedt aan huishoudelijke taken.

Via de school van haar oudste zoon kwam ze in contact met Home-Start en werd ze gekoppeld aan een vrijwilliger uit de buurt. Deze vrouw, zelf moeder van drie kinderen, begrijpt haar situatie goed. De vrijwilliger complimenteert haar vaak en stelt haar gerust, wat helpt haar schuldgevoelens te verlichten. Ze laat haar inzien dat de tijd die zij aan haar jongste besteedt, waardevol is. Dankzij het contact voelt ze zich beter over de balans tussen haar kinderen en leert ze de waarde van haar eigen inspanningen kennen.

De impact van de vrijwilliger:

- ▶ Meer zelfvertrouwen bij de ouder
- ▶ Betere communicatie tussen ouders en kinderen
- ▶ Voorkomen van inzet hulpverlening



Kostenbesparing

Gemiddelde kosten inzet hulpverlening
(ambulant voor ouders en kinderen)
Voor 2 uur per week gedurende 52 weken

€ 6.552,-

Kosten inzet Home-Start
2 uur per week gedurende 52 weken

€ 2.500,-

Wat ouders zeggen over Home-Start

Vader:

Het geeft rust en regelmaat. En toen het goed met mij ging, ging het ook goed met mijn zoon.

Ouder:

De vrijwilliger benoemt haar eigen ervaringen en gevoelens over een situatie die ik opnoem, zodat ik zie dat ik daar niet alleen in ben.

Ouder:

Het is niet zo dat de vrijwilliger iets opdringt, het is heel laagdrempelig. Dat vind ik heerlijk.

Moeder:

Toen we aankwamen in Nederland voelde ik me een heel slechte ouder. Nu voel ik me normaal.

Moeder:

Had ik Home-Start maar eerder in mijn leven gehad.

Wat vrijwilligers zeggen over Home-Start

Vrijwilliger:

Dat mensen gewoon ruimte hebben om hun verhaal kwijt te kunnen. En dan niet binnen 50 minuten. Ik denk dat dat het is.

Vrijwilliger:

Mijn vermogen om stabiliteit te bieden, ontwikkelde zich. In het begin dacht ik vooral in de problemen van de gezinnen. Door reflectie en feedback begreep ik dat een stabiele en continue aanwezigheid vaak belangrijker is dan directe interventies.

Vrijwilliger:

Je kunt heel veel betekenen door er alleen maar te zijn, heb ik gemerkt.

Vrijwilliger:

Ik had nooit gedacht dat ik zo gehecht zou raken aan het gezin.