

Mwd'ers  
en verloskundestudenten  
begeleiden

# kwetsbare zwangeren

## Zwanger op Zuid.

Hoe zorg je dat je gezond zwanger bent en straks een goede ouder wordt?

Voor sommige vrouwen is dit een lastige opgave.

Het HR-project *Nieuw in 010* staat deze vrouwen bij met buddy's.

## Nieuw in 010

**ELKE WEEK GAAN MEL CRATAURA EN MARIE CUIJPERS OP HUIS-BEZOEK BIJ DE ZWANGERE CHANTAL EN HAAR VRIEND. Chantal woont in de Tarwewijk en is in verwachting van haar eerste kind.** Ze heeft een fulltime baan. Een paar jaar geleden hadden zij en haar vriend schulden, maar nu is alles afgelost. De kamer voor het kindje is al helemaal ingericht. Toch vond de verloskundige het verstandig voor Chantal om mee te doen aan een buddyproject voor kwetsbare zwangeren: *Nieuw in 010*.

Sinds februari heeft Chantal wekelijks contact met Mel (toen tweedeaars maatschappelijk werk en dienstverlening) en Marie (toen tweedeaars verloskundige). Wat maakt deze cliënt tot een 'kwetsbare zwangere'? 'Chantal heeft een laag IQ', vertelt Mel. 'Daardoor heeft ze meer tijd nodig om dingen te begrijpen. Een normaal verloskundig consult duurt twintig minuten; zij heeft misschien wel veertig minuten nodig, en dat kan de verloskundepraktijk niet bieden. Wij vullen het hiaat.'

### GOEDE COMBINATIE

**Nieuw in 010 is vorig collegejaar als pilotproject in Rotterdam Zuid begonnen.** Het is geïnspireerd op een Gents buddyproject. Zuid heeft zeven focuswijken die er sociaaleconomisch zwak voor staan. Daardoor is het op Zuid moeilijker om gezond zwanger te zijn en een goede ouder te worden dan in Rotterdam-Hillegersberg, laat staan de rest van Nederland.

Met veel inzet en middelen (onder andere via het gemeentelijke programma Stevige Start) wordt in deze wijken gewerkt aan prenatale zorg, terugdringing van babysterfte, zwangerschapsbegeleiding en het stimuleren van goed ouderschap. Waarom dan nóg een project erbij? Wietske Willemse, projectleider *Nieuw in 010* bij EMI (Expertisecentrum Maatschappelijke Innovatie, HR), legt het uit: 'Dit project is niet bedoeld voor zwangeren in een crisissituatie. Die groep wordt onder andere begeleid door Bureau Frontlijn. Maar

er is ook een groep - vaak jonge - zwangeren met een laag inkomen, psychosociale problemen en een klein of ontbrekend netwerk. Deze vrouwen zoeken niet snel hulp, maar kunnen wat extra support goed gebruiken. Door te werken met een buddykoppel van een mwd'er en een student verloskunde wordt de zwangere gecoacht op een gezonde zwangerschap, maar ook op andere psychosociale issues die spelen.

'De studenten hebben vooraf een training op de hogeschool gevolgd, onder meer over coaching. Het is leuk om te zien dat de verloskundigen van huis uit gewend zijn om vrij sturend te adviseren - zeg maar: geen tabak en alcohol tijdens de zwangerschap - terwijl een mwd'er heeft geleerd om zelfredzaamheid te stimuleren. Juist dat maakt het tot een goede combinatie.'

### SPEELPLEKKEN

**Chantal, de cliënt van Mel en Marie, heeft veel vragen over haar zwangerschap.** Mel: 'Het is echt fijn dat Marie het als verloskundestudent nog een keer kan uitleggen. Maar we doen ook andere dingen met haar. We hebben de route naar het ziekenhuis ge oefend, voor als ze gaat bevallen. We hebben gekeken waar fijne speelplekken zijn in de buurt. En nu zijn we bezig met voeding. Chantals konijnen eten gezonder dan zij. Van iemand die enkel junkfood at, zijn we nu naar een situatie waarin ze een paar keer in de week groenten uit blik eet. Nog steeds niet ideaal, maar een stuk beter dan het was. Bovendien heeft ze een apparaat gekocht om smoothies te maken.'

Behalve Chantal zijn ook drie andere zwangere vrouwen begeleid door studentenkoppels. Willemse: 'Bij deze vrouwen is de begeleiding niet afgemaakt. Ze zijn afgehaakt of verhuisd. Dat heb je in een wijk met zo veel mobiliteit en problematiek. De studenten hebben daarom andere activiteiten opgepakt, zoals het maken van een sociale kaart en het organiseren van drie voorlichtingsbijeenkomsten in de wijk: over gezonde voeding, omgaan met stress en gezond bewegen.'

Dit collegejaar kent het project een doorstart. Willemse: 'In september gaat een groep Willem de Kooning Academiëstudenten voor het vak story gaming aan de slag met het thema buddy. Verder zijn we nieuwe studentenkoppels aan het werven en werken we hard aan ons netwerk in de wijk, zodat de vrouwen die een buddy kunnen gebruiken ook bij ons worden aangemeld. De zwangere meiden en vrouwen zijn er, we moeten elkaar alleen nog beter weten te vinden.' ■ *Esmé van der Molen*

*Chantal heeft in werkelijkheid een andere naam.*

'WE ZIJN NU BEZIG  
MET GEZONDE VOEDING,  
WANT CHANTALS KONIJNEN  
ETEN GEZONDER DAN ZIJ.'