



Stevig Ouderschap

Zwanger, maar nog nauwelijks een idee wat er allemaal op je af gaat komen? Maak je je zorgen over wat er allemaal op je afkomt? Stevig Ouderschap Prenataal biedt ondersteuning tijdens de zwangerschap en helpt je op weg bij de opvoeding van je kind.

Zo vroeg mogelijk in de zwangerschap komt een verpleegkundige van het consultatiebureau bij je thuis. Zij biedt ondersteuning tijdens de zwangerschap. Door al voor de geboorte jou te ondersteunen en te begeleiden worden problemen voorkomen.

Voor wie

Stevig Ouderschap Prenataal is voor iedereen die wel een extra steuntje in de rug kan gebruiken tijdens de zwangerschap.

Steun en begeleiding

Je krijgt steun en begeleiding van een verpleegkundige van het consultatiebureau van de Jeugdgezondheidszorg. Dan gaat het over gezond leven maar ook wat je allemaal moet regelen voor de baby. De verpleegkundige stelt vragen zoals: "hoe is het om zwanger te zijn en een kindje te verwachten?" "Wat voor ouder denk je te worden?". Samen met jullie kijkt de verpleegkundige wat je zelf kunt en waar je hulp bij kunt gebruiken. En wie jullie daarbij kan helpen. Dat kunnen familie of vrienden zijn, soms zijn dat hulpverleners.

Huisbezoeken

Tijdens de zwangerschap komt de verpleegkundige maximaal 4 keer bij je thuis. Deze huisbezoeken duren ongeveer 90 minuten. De gesprekken gaan bijvoorbeeld over jullie

gezondheid en de voorbereidingen op de komst van jullie kindje. Jullie situatie als aanstaande ouders en jullie behoefte aan steun staan centraal. De aanpak is daarom per situatie verschillend.

Aanvullend op verloskundige zorg

Stevig Ouderschap Prenataal is aanvullend op de zorg die je krijgt van je verloskundige, de gynaecoloog of de kraamzorginstelling. Na de zwangerschap kan het programma Stevig Ouderschap doorgaan als je daar je behoefte aan hebt. Bij het programma Stevig Ouderschap krijgen ouders extra ondersteuning tot het kindje 18 maanden oud is. Dit is dan aanvullend op de gewone zorg van het consultatiebureau.

Gratis

Stevig Ouderschap Prenataal is gratis voor ouders. De gemeente betaalt dit.

Aanmelden

Aanmelden kan door de verloskundige, gynaecoloog of andere betrokken zorgverlener. Maar je kunt zelf ook contact zoeken met de Jeugdgezondheidszorg via telefoonnummer: 088 22 99 444.

Meer informatie

www.stevigouderschap.nl
www.ggdfryslan.nl

