



Introductie

Hierbij ontvangt u de vierde nieuwsbrief om u op de hoogte te houden van de ontwikkelingen rond het project 'een goed begin'. Deze nieuwsbrief verschijnt 3 à 4 keer per jaar en is bestemd voor (aanstaande) moeders en vaders die deelnemen aan het project, en voor verloskundigen en andere partijen die meewerken aan 'een goed begin'. We wensen u veel leesplezier!

Geboortes

Sinds de laatste nieuwsbrief van december vorige jaar, zijn er weer 7 baby's geboren die samen met hun ouder(s) meedoen aan het project 'een goed begin'. Het zijn 4 meisjes en 3 jongens. De komende twee weken worden er nog 5 baby's verwacht. Wij feliciteren de nieuwe ouders van harte met de geboorte van hun kindje!

9-maandenbeurs

Van woensdag 22 februari tot en met zondag 26 februari was de jaarlijkse 9- maandenbeurs in de Amsterdam RAI. De 9-maandenbeurs is de ideale plek om inspiratie op te doen als je een kindje verwacht of net hebt



gekregen. Uiteraard konden wij van het project 'een goed begin' daar niet ontbreken. In samenwerking met het Voedingscentrum stonden wij op de beurs om 'een goed begin' te promoten. En met succes! Dankzij de enthousiaste inzet Hanneke en Jill en de student-onderzoekers hebben zich op de beurs ongeveer 50 aanstaande moeders aangemeld voor 'een goed begin'. Inmiddels is de meerderheid van de aanmeldingen benaderd voor een eerste afspraak. Meer informatie over de 9 maandenbeurs vindt u op: www.negenmaandenbeurs.nl.

Voedingscentrum

De aanwezigheid van 'een goed begin' op de 9-maandenbeurs werd mede mogelijk gemaakt door een samenwerking met het Voedingscentrum. 'Een goed begin' wil het voedingscentrum daarvoor hartelijk bedanken!

Het Voedingscentrum nam dit jaar deel aan de beurs vanuit het programma 'Gezonde start'. Dit programma richt zich op aanstaande ouders en ouders van jonge kinderen (-10 maanden tot 4 jaar). Doelstelling van 'Gezonde start' is ouders ondersteuning te bieden bij het meegeven van een gezonde start aan hun kind. Met een gezonde start wordt een basis gelegd voor een gezond leven. Voeding speelt hierin een belangrijke rol. Op de beurs ging het vooral over gezonde voeding voor en tijdens de zwangerschap, gezonde voeding voor jonge kinderen, inclusief borstvoeding, en het aanleren van gezond eetgedrag, met de focus op het voorbeeldgedrag van ouders. Naast de mogelijkheid voor uitgebreid advies, bood de stand van het Voedingscentrum ook mogelijkheden aan de bezoekers van de beurs om te kunnen kolven en om kinderen rustig (borst)voeding te geven.

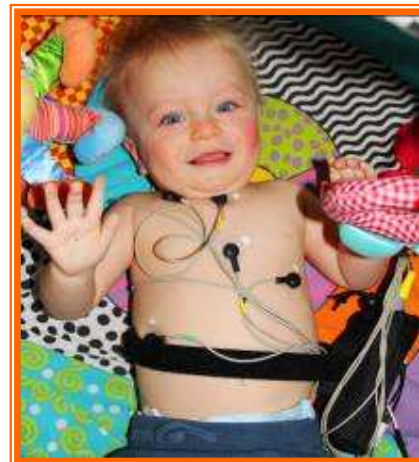
Wilt u weten of u op het gebied van gezond eten het goede voorbeeld geeft? Doe dan de test van het Voedingscentrum op www.hetgezondevoorbeeld.nl! Ook kunt u hier twee gratis voorleesboekjes bestellen. Of plaats de gadget 'Mijn Babyboek', met tips en weetjes over jouw voeding tijdens de zwangerschap en voeding van je kindje, op je Facebook. Meer informatie over 'gezonde start', het Voedingscentrum en gezonde voeding tijdens de zwangerschap, kunt u nalezen op de website van het Voedingscentrum; www.voedingscentrum.nl.





Start van het tweede meetmoment

Vanaf november 2011 zijn de eerste huisbezoeken voor de 6 maandenafpraak van start gegaan. In dit bezoek worden er diverse taakjes met moeder en kind gedaan om de ontwikkeling van de baby in kaart te brengen. Zo beginnen we bijvoorbeeld door aan moeder te vragen om met haar baby te spelen met de drie speeltjes die wij meenemen. Tevens wordt er gekeken hoe de baby op verschillende situaties reageert. Daarnaast wordt de hartslag van de baby gemeten en meten we de huidgeleiding tijdens het uitvoeren van de verschillende taakjes. Zo komen we niet alleen meer te weten over het gedrag van de baby, maar weten we ook meer van wat er binnen in de baby gebeurt. Uit de eerste ervaringen blijkt dat de moeders het erg leuk vinden om zo bewust bij de ontwikkeling van hun baby stil te staan en te zien wat hij of zij al allemaal kan.



Een hartelijk welkom aan onze student-onderzoekers!

Sinds februari is het team van 'een goed begin' uitgebreid met twee student-onderzoekers. Wij heten Lilian Kranenburg en Dorien de Roos van harte welkom en zijn blij dat zij ons team komt versterken! De dames zullen samen met Hanneke en/of Jill meegaan op huisbezoek en diverse administratieve taken op zich nemen. Ook zullen zij zich hard inzetten voor de werving via zwangerschapsgym en -yogaklasjes. Op onze website vindt u onder 'wie zijn wij' meer informatie over alle leden van het onderzoeksteam van 'een goed begin'.

Een kort interview met Masterstudenten Lilian & Dorien

Wat doen jullie naast de Master Orthopedagogiek?

Lilian: Naast mijn master werk ik ook met veel plezier in de kinderopvang. Ook begeleid ik een doof-blinde vrouw. Tijdens algemene dagelijkse bezigheden, bijvoorbeeld met boodschappen doen, mag ik haar ogen en oren zijn. Dit is ook heel leuk en dankbaar werk. **Dorien:** Naast mijn studie werk ik als woonbegeleidster en persoonlijk begeleidster bij studenten met een autismespectrumstoornis (ASS). Dit is een hele leuke baan waarbij ik veel leer. Ook ben ik vrijwilligster bij de Kindertelefoon.



Wat spreekt jullie aan van het project 'een goed begin'?

Lilian & Dorien: Het directe contact met moeders vinden wij erg leuk. De persoonlijke verhalen zijn altijd anders, dat is nuttig voor het onderzoek. Ook kunnen wij moeders volgen over langere tijd, namelijk tijdens meetmoment 1 en 2. Zo krijg je een unieke kans om mee te kijken hoe het is om voor het eerst moeder te worden. De vroege ontwikkeling van kinderen interesseert ons, ook vinden wij

preventie een belangrijk aandachtspunt. We werken in een leuk team, en het afnemen van tests is een goede oefening voor de praktijk. Een ontzettend leuk masterproject!

Aankondiging van het derde meetmoment

Volgende maand zullen de eerste kinderen die meedoen aan 'een goed begin' alweer een jaar zijn! Voor deze derde afspraak van het project zullen de moeders en kinderen uitgenodigd worden om samen naar het babylab te komen aan de Universiteit Leiden. Dit lab is speciaal ingericht om op een meer gestandaardiseerde wijze taakjes met baby's, peuters en kleuters uit te voeren. Zo zal er weer gestart worden met een kort taakje waarin moeder en kind samen spelen. Daarna zullen we een aantal taakjes doen die aandacht meten en verschillende emoties uitlokken. Ook tijdens deze afspraak zullen we hartslag en huidgeleiding meten. De afspraak wordt afgesloten met het invullen van enkele korte vragenlijsten.



Met wie wordt er samengewerkt?

Sinds de vorige nieuwsbrief is het aantal samenwerkingspartners van het project weer verder gegroeid. Zo werd er al samengewerkt met diverse verloskundige(n)praktijken van de kring Groot-Kennemerland, Haaglanden, Leiden en Bollenstreek, Rijnmond en Delft. Inmiddels wordt er ook samengewerkt met diverse ziekenhuizen uit de regio, waaronder het Rijnland ziekenhuis, LUMC en het Reinier de Graafgasthuis. Op 23 april zullen Jill en Hanneke een presentatie geven voor de betrokken gynaecologen, verloskundigen en arts-assistenten van het Reinier de Graafgasthuis.

Inmiddels loopt de werving voor het project ook middels diverse zwangerschapscursussen, waaronder Gioias, Mensendieckhavelaar en Film's Yoga studie te Alphen aan de Rijn. Ook Physiotion, Zwangerenyoga, Yoga & Pilates studio Pilogin en Villayoga uit Rotterdam doen mee. Daarnaast doen mee: Baby Yoga en Yoga geboortecentrum te Hoofddorp, Yoga Moods, FIOM en Mensendieck te Leiden, Fly away te Leidschendam, Yoga Studio Citta te Zoetermeer, en Sterrenkind te Den Haag. Ook het Voedingscentrum ondersteunt 'een goed begin'.

Wilt u ook met uw praktijk of organisatie ook meewerken aan 'een goed begin? Dat kan! U kunt daarvoor het beste telefonisch contact opnemen met één van de onderzoekers op 071 -527 3847 of 071 – 527 4088. Deelnemende praktijken krijgen van 'een goed begin' een uitgebreid pakket met een informatiebrief voor verloskundigen en promotiemateriaal ten behoeve van de werving, zoals folders en een uitgebreide informatiebrief voor geïnteresseerde, aanstaande moeders.

Ook komen wij ook graag bij u langs, bijvoorbeeld op een team- of maatschapoverleg. Wij kunnen dan nog wat meer over ons mooie project vertellen. Buiten dat op deze wijze direct het gehele team op de hoogte is van de inhoud en werkwijze van 'een goed begin' en vragen kan stellen, wordt het ook prettig gevonden om kennis te maken met elkaar.

Meedoen met 'een goed begin'

De werving van aanstaande moeders voor 'een goed begin' loopt nu inmiddels al ruim een jaar. Aanmelden voor 'een goed begin' kan in elk geval nog tot eind 2012. Mogelijk dat deze periode verder wordt verlengd. Uiteraard houden wij u hier over op de hoogte.

Kent of bent u een aanstaande moeder van tussen de 17 en 25 jaar, in verwachting van uw eerste kindje en wilt u meedoen aan het onderzoek 'een goed begin'? Aanmelden kan via het deelnameformulier op www.eengoedbegin-leiden.nl of via de contactgegevens onderaan de nieuwsbrief. Op de website vindt u ook meer informatie over het onderzoek en over wat deelname inhoudt. Wilt u meer informatie, dan kunt u ook bellen met één van de onderzoekers op het project: 071 -527 3847 of 071 – 527 4088.

Reageren?

Heeft u suggesties, wilt u reageren op de nieuwsbrief of heeft u een vraag over het project, stuur dan een berichtje naar eengoedbegin@fsw.leidenuniv.nl. U kunt hier tevens terecht voor vragen met betrekking tot de betrokken onderzoekers en coaches. De informatie uit deze nieuwsbrief mag eventueel worden toegevoegd als rubriek aan reeds bestaande nieuwsbrieven binnen de participerende organisaties.

Colofon

Deze nieuwsbrief wordt uitgegeven door 'Een goed begin', een onderzoeksproject van de afdeling Orthopedagogiek van de Universiteit Leiden.

Redactie: H.J.A. Smaling en J.Suurland

Contact een goed begin: eengoedbegin@fsw.leidenuniv.nl, 071-5273847 of 020-5274088