ROAD OF HOPE
INTEGRATING REFUGEES

Moederproject

Samen Sterkere Gezinnen

April 2025

WWW.ROADOFHOPE.ORG

1. Inleiding **3**
1.1 Visie 3
1.2 Missie 3
2. Moederproject: Samen Sterkere Gezinnen **4**
2.1 Projectbeschrijving 4
2.2 Projectduur 4
2.3 Bedrag verzocht 4
2.4 Doelgroep 4
2.5 Algemeen doel 5
2.6 Specifieke doelstellingen 5
3. Signalen vanuit de praktijk **5**
4. Activiteiten **7**
4.1 Eerste fase: Voorbereiding 7
4.1.1 Kennismaking 7
4.1.2 Vrijwilligerstraining 7
4.2 Tweede fase: Uitvoeren van de activiteiten 7
4.2.1 Contactmomenten 7
4.2.2 Reflectiegroepen / Groepsbijeenkomsten voor moeders en Nederlandse les 7
4.2.4 Workshops 8
4.4. Derde fase: Houd evaluatie- en reflectiebijeenkomsten 8
4.4.1 Monitoring en evaluatie 8
5. Team **8**
6. Samenwerken **10**
7. Conclusie **12**
Bijlagen **13**
Bijlage 1.Tijdsschema 13
Bijlage 2. Thema's reflectiegroepen 14
Bijlage 3. Thema's workshops 16
Bijlage 4. Monitoring en evaluatie 18
Bijlage 5. Organigram en werkstructuur 19

1. Inleiding

Stichting Road of Hope is een stichting zonder winstoogmerk gevestigd in Amsterdam, die ondersteuning biedt bij de integratie van nieuwkomers (ook wel statushouders). De stichting wijdt zich aan het helpen van nieuwkomers bij het leren begrijpen van de Nederlandse samenleving en om daarin hun weg te vinden, terwijl hun gevoel van acceptatie en hun zelfbeeld wordt opgebouwd. Stichting Road of Hope verwelkomt en vergezelt elke nieuwkomer op een laagdrempelige, individuele wijze, met inachtneming van zowel hun persoonlijke, gezins- en sociale behoeften, alsmede hun geschiedenis en achtergrond. Road of Hope is een organisatie die gelooft dat succesvolle integratie slechts bereikt kan worden als een gevoel van behoren tot de nieuwe cultuur gecreëerd wordt. Road of Hope draagt bij aan de inspanningen en doelen van de Gemeente Amsterdam bij de integratie van nieuwkomers, door het bouwen van bruggen tussen nieuwkomers en de Nederlandse samenleving. Het werk creëert een pad naar integratie waarbij rekening gehouden wordt met de normen en waarden van dit land en die van de nieuwkomer. Elke dienst, activiteit of interventie is gebaseerd op het ideaal van kameraadschap, in de overtuiging dat elke man, vrouw en kind recht heeft op het leven in gemeenschap, met waardigheid, solidariteit en in veiligheid en dat aandacht voor het emotioneel-mentale voorwaarde is voor een geslaagde integratie. Uit de reguliere praktijk van Stichting Road of Hope blijkt dat aandacht voor het emotioneel-mentale een groot gemis is in de integratie-uitvoering. Aandacht voor het emotioneel-mentale is individueel maar wel binnen gemeenschapsvormende activiteiten waarin deelnemers zich kunnen verbinden, zich gezien, gekend, erkend, veilig en gewaardeerd voelen; en dat dat een empowerend effect heeft. De stichting heet nieuwkomers van elke afkomst van harte welkom.

1.1 Visie

Onze visie is die van een wereld waar ontheemden, vluchtelingen en asielzoekers efficiënt en op een menswaardige manier kunnen integreren in de samenleving van hun gastland.

1.2 Missie

De missie van de stichting is het in staat stellen van vluchtelingen, asielzoekers en ontheemden, ongeacht hun religie, leeftijd of etniciteit, om deel te nemen en bij te dragen aan het gastland, zodat zij kunnen functioneren als volwaardige burgers.

2. Moederproject: Samen Sterkere Gezinnen

2.1 Projectbeschrijving

Het Moederproject is een initiatief van de Stichting Road of Hope. Het doel ervan is om vluchtelingen en migranten moeders te empoweren door de tools te geven om nog sterkere banden binnen de community op te bouwen en bruggen te slaan tussen de culturele hiaten in gezondheidszorg en ouderschap, met het overkoepelend doel om hun emotionele welbevinden te versterken. Moeders onder vluchtelingen en migranten kunnen geïsoleerd raken, zich niet thuis voelen in de cultuur en het moeilijk vinden om hulp te vragen bij de gezondheidszorg en andere hulpbronnen. Hierdoor kunnen ze verhoogde stress opbouwen en worden ze geconfronteerd met mentale uitdagingen. Het project richt zich op de ondersteuning van deze groep vrouwen met nadruk op degenen onder hen die gevlucht zijn vanwege conflicten en kwetsbare achtergronden en zij die vaak stress ondervinden vanwege het migratieproces en hun leven in Nederland.
De voorgestelde methodologie biedt deze ondersteuning door middel van een aantal componenten: een-op-een gesprekken, huisbezoeken, reflectiegroepen en workshops. De reflectiegroepen dienen als de basis van het initiatief en voorzien in gestructureerde sessies over, onder meer, het aanleren van positieve opvoedingsvaardigheden en het omgaan met stress. De groepsomgeving biedt een manier om ook de banden met de gemeenschap te versterken. De reflectiegroepen voorzien in lessen in de Nederlandse taal voor de deelnemende vrouwen zodat ze de taal kunnen oefenen in een veilige en stimulerende omgeving.
Workshops rond een thema zijn een ander fundamenteel aspect van het initiatief waarmee onderwerpen worden behandeld die gerelateerd zijn aan ouderschap, zoals de uitgangspunten van het Nederlandse zorgstelsel aan de hand van zorgprofessionals die deelnemen aan de workshop, waarmee de kloof tussen hen en de migranten wordt verkleind.
Het doel van het Moederproject is om moeders te voorzien van praktische kennis en emotionele ondersteuning, zodat ze beter kunnen omgaan met de complexiteit van het moederschap in een multiculturele omgeving.

2.2 Projectduur

Mei 2025 t/m december 2025

2.3 Bedrag verzocht

€ 37.193

2.4 Doelgroep

Moeders die afkomstig zijn uit conflictgebieden of zijn gevlucht vanwege andere kwetsbare situaties die een vluchtelingenachtergrond hebben en in een kwetsbare situatie leven, of problemen met familie hebben en geïsoleerd zijn geraakt, en die in Amsterdam woonachtig zijn.

2.5 Algemeen doel

Het doel is om moeders met een vluchtelingenachtergrond te empoweren door hun emotionele welbevinden te verbeteren door ze deel uit te laten maken van een community, en kennis bij te brengen over praktische zaken die ze nodig hebben om hun weg te vinden rond de culturele verschillen in de gezondheidszorg en ouderschap. Dit draagt bij aan een gezondere familiedynamiek, ondersteunt mentale gezondheid en het welzijn van zowel moeders als hun kinderen, en draagt uiteindelijk bij aan de integratie in de Nederlandse samenleving.

2.6 Specifieke doelstellingen

- Het verbeteren van het emotionele welzijn en bevorderen van een gevoel van gemeenschap en wederzijdse steun onder deelnemers.
- Het verbeteren van het begrip tussen moeders en zorgverleners; het verminderen van het wantrouwen en het verbeteren van de samenwerking in de gezondheidszorg voor moeders en kinderen.
- Kennisoverdracht over praktische vaardigheden en strategieën om culturele tradities effectief in evenwicht te brengen met de normen van de Nederlandse samenleving, de familiedynamiek te verbeteren en stress te verminderen.
- Het verminderen van verwarring en conflicten die voortvloeien uit verschillende culturele perspectieven op zwangerschap en bevalling, wat resulteert in betere gezondheidszorg voor moeders en hun kinderen.
- Het stimuleren van netwerken van moeders die emotionele en praktische ondersteuning bieden, wat bijdraagt aan hun integratie en het algehele welzijn van hun gezinnen.
- Het versterken van het vermogen van moeders om met de uitdagingen van het ouderschap om te gaan, het verminderen van familieconflicten en het ondersteunen van de mentale gezondheid en het welzijn van zowel moeders als hun kinderen.

3. Signalen vanuit de praktijk

Uit het onderzoek dat Road of Hope verrichtte met de GGD, SomAstel, Nisa4Nisa en VU bleek dat sommige behoeften van de vrouwen en moeders verband houden met factoren die de samenwerking tussen de vrouwen en moeders en de zorgprofessionals belemmeren. Deze factoren omvatten culturele verschillen, wantrouwen over de zorg die zorgprofessionals verlenen, taalbarrières, verschillende perspectieven op gezondheidszorg, individualistische en hiërarchische perspectieven, evenals een ander perspectief op ouderschap. Met betrekking tot de verschillende perspectieven op ouderschap en opvoeding gaven enkele geïnterviewde moeders aan dat ze het moeilijk vinden om verantwoordelijkheid te nemen voor de opvoeding van hun kinderen in Nederland. Uit het onderzoek bleek dat sommige respondenten niet van plan zijn om de Nederlandse manier van leven thuis te assimileren, echter, de kinderen krijgen dit mee op school. Een Syrische moeder gaf bijvoorbeeld aan dat haar dochter conflicten ervaart tussen twee culturen, thuis en op school, evenals conflicten binnen haar huis.

Hoewel er overeenkomsten zijn in hoe ouders en Nederlandse professionals het opvoeden van kinderen opvatten - namelijk in de vorm dat kinderen zich verantwoordelijk moeten voelen en zich aan de regels moeten houden - zijn er diepgaande aspecten die geworteld zijn in religie, tradities, gemeenschap, hiërarchie en gezinssituatie, die dit conceptuele begrip voor de twee groepen anders maken. De genoemde punten als religie, tradities, gemeenschap, hiërarchie en

gezinssituatie worden beschouwd als een fundamentele richtlijn. Daarom ligt het probleem dat de professionals zien met betrekking tot opvoeding, vanuit het perspectief van de geïnterviewde moeders, niet aan een gebrek aan controle, maar aan het gebrek aan religieuze traditie of het verschil in "goed of fout" tussen hen en de Nederlandse samenleving, en dat sommige kenmerken van hun traditionele opvoeding hier niet worden geaccepteerd. Deze verschillen tussen wat ouders thuis leren en wat kinderen op school en op straat leren, dragen bij aan de ontwikkeling van toekomstige problemen binnen gezinnen.

Gezien de hierboven genoemde factoren is het essentieel om een veilige ruimte te creëren waar zwangere vrouwen en moeders met deze achtergrond hun ervaringen kunnen delen.

Tijdens het hosten van de focusgroep in de vorm van een lunch, werd duidelijk hoe waardevol het is voor vrouwen om zich erkend en gesteund te voelen en hoe belangrijk het is om een vertrouwelijke ruimte te creëren waar zwangere vrouwen en moeders hun ervaringen kunnen delen. Het gaf hen het gevoel erkend te worden, maar stelde hen ook in staat zichzelf te herkennen in de ervaringen van andere vrouwen. Een reflectiegroep onder leiding van getrainde vrijwilligers zou hetzelfde effect hebben.

Dergelijke groep zou een gevoel van identificatie kunnen bevorderen, waarbij de vrouwen zich erkend voelen en zichzelf in anderen kunnen herkennen, wat bijdraagt aan emotionele welzijn. Naast emotionele steun is het ook belangrijk om ruimte te bieden voor het delen van kennis over het zorgsysteem rondom zwangerschap, bevalling, geboorte, ouderschap en onderwijs en om gezinnen te verbinden met formele instellingen. Het delen van deze kennis gaat niet alleen over het begrijpen van het systeem, maar ook over emotionele steun: hoe ze reageren op de informatie, hoe hun emoties worden beïnvloed en hoe ze kunnen omgaan met de verschillen en verwachtingen.

Daarom is het Moederproject, dat contactmomenten, reflectiegroepen en workshops omvat, strategisch afgestemd op het Gezonde en Kansrijke Start-initiatief om het welzijn van kinderen en gezinnen met een kwetsbare achtergrond te verbeteren. Deze voorgestelde activiteiten zijn bedoeld om te dienen als cruciale contactpunten voor moeders met een vluchtelingenachtergrond, met de nadruk op het verbeteren van opvoedingsvaardigheden, het omgaan met stress en het overbruggen van de kloof tussen gezinnen en formele gezondheidszorg, onderwijs en sociale diensten die in Nederland beschikbaar zijn. Door middel van meerdere interventiemethoden streeft het Moederproject ernaar om een sterk gemeenschapsgevoel onder deelnemers te bevorderen en tegelijkertijd individuele ondersteuningsmogelijkheden te bieden. Specifieke activiteiten zijn ook ontworpen voor zwangere vrouwen en nieuwe moeders, om de beschikbaarheid van diensten ter ondersteuning van de ontwikkeling van jonge kinderen in de eerste 1000 dagen van het leven uit te breiden en ongelijkheden in toegang tot gezondheidszorg en ondersteuning aan te pakken.

Het creëren van een stabielere omgeving voor kinderen is enorm van belang omdat hun mentale gezondheid nauw verbonden is met die van hun verzorgers, met name voor degenen die ontheemd zijn geraakt. Het Moederproject put inzichten uit het project Breath of Hope - dat emotionele ondersteuning biedt aan vrouwelijke nieuwkomers - en streeft ernaar om een blijvende impact en verbinding te creëren voor deze doelgroep.

4. Activiteiten

4.1 Eerste fase: Voorbereiding

4.1.1 Kennismaking

Een van de meest belangrijke en tijdrovende activiteiten ter voorbereiding, is kennismaking. In deze fase nemen wij twee maanden de tijd om het project onder onze doelgroep te brengen. Gedurende deze tijd worden potentiële deelnemers gecontacteerd, uitgenodigd voor een gesprek bij ons op het kantoor of bezocht om een vertrouwensrelatie op te bouwen. Ook werken wij nauw samen met professionals binnen ons netwerk (bijv. GGD, OKT) om deelnemers te werven, workshops te leiden en deskundige input te leveren.

4.1.2 Vrijwilligerstraining

Verder behoren tot de voorbereiding het werven van nieuwe vrijwilligers en het geven van vrijwilligers trainingen. Ook is er een opfristraining voor bestaande vrijwilligers.

Voor een compleet tijdschema voor dit project, zie bijlage 1.

4.2 Tweede fase: Uitvoeren van de activiteiten

4.2.1 Contactmomenten

- **Doel**: de uitdagingen en basisbehoeften van de deelnemers begrijpen; individuele ondersteuning bieden, met focus op moederschap.
- **Beschrijving**: individueel gesprek, huisbezoek, bezoek van deelnemers aan het kantoor van Road of Hope, berichten of videochats die zich richten op de uitdagingen en behoeften die vrouwen als individu maar ook als moeder ervaren.

4.2.2 Reflectiegroepen / Groepsbijeenkomsten voor moeders en Nederlandse les

- **Doel**: moeders ondersteunen en versterken, met name moeders die kinderen opvoeden in een multiculturele omgeving. Meer specifieke doelen zijn: het bieden van een veilige omgeving waar ruimte is voor emoties en reflectie van ervaringen en gevoelens, het verbeteren van opvoedingsvaardigheden, omgaan met stress en het bevorderen van een sterk gemeenschapsgevoel onder de deelnemers. De twee optionele extra sessies gericht op zwangerschap zijn ontworpen om zowel praktische informatie als emotionele steun te bieden, met een focus op het helpen van deelnemers om te gaan met de uitdagingen van zwangerschap en vroeg moederschap.
- **Beschrijving**: 8 (+ 2 optionele zwangerschap gerichte) wekelijkse groepssessies geleid door getrainde vrijwilligers die zich richten op verschillende thema's gerelateerd aan moederschap, gevolgd door een Nederlandse les. Elke sessie duurt 1,5 tot 2 uur. Twee cycli met elk één groep. Zie bijlage 2 voor een overzicht van de inhoud per sessie.

4.2.4 Workshops

- **Doel**: kennis verwerven en delen over onderwerpen met betrekking tot moederschap die relevant zijn voor de behoeften van de moeders en hun gemeenschap.
    - **Beschrijving**: thematische workshops met bijdragen van (a) professionals (bijv. GGD, OKT) en/of (b) ervaringsdeskundigen. We verwelkomen moeders die deelnemen aan de reflectiegroepen maar ook voor de bredere gemeenschap, en bij interesse ook vaders, met als doel gezinnen met een vluchtelingenachtergrond te verbinden met formele gezondheidszorg, onderwijs en sociale diensten die beschikbaar zijn in Nederland. Er zullen gedurende het jaar vier workshops gegeven worden. Een overzicht van de thema's van de workshops is te vinden in bijlage 3.

4.4. Derde fase: Houd evaluatie- en reflectiebijeenkomsten

4.4.1 Monitoring en evaluatie

- **Doel**: de activiteiten van het project gedurende de gehele levensduur monitoren en evalueren.
- **Beschrijving**: de evaluatie vindt plaats tussen elke cyclus van activiteiten, waarbij het team samen komt om de volgende cyclus te plannen en de strategie indien nodig te herzien. Meer informatie over de middelen van evaluatie is te vinden in bijlage 4.

5. Team

Voor de uitvoering van het project en het behalen van de doelstellingen is een team nodig. Daarom vereist het project een team met een gekwalificeerde professionele achtergrond die zich voltijds of deeltijds aan het project kunnen wijden, naast vrijwilligers. Verder, zie bijlage 5 voor de organigram van de organisatie en een omschrijving van de werkstructuur.

Functie	Soort dienstverband	Taken	Uren per week	Aantal functies
Aansturing	Betaalde kracht	- De projectcoördinator op de voet volgen; - Het team beheren; - Taken toewijzen aan de coördinator; - Toezicht houden op de activiteiten; - Analyseren van de rapporten; - Strategische handelingen.	10 uur	1
Project coördinator	Betaalde kracht	- Het uitvoeren van en toezicht houden op alle activiteiten binnen het project; - Het samenstellen, trainen, coachen en begeleiden van het team; - Logistieke organisatie van het project; - Beschikbaar stellen van ruimte en materialen; - Toezicht op de activiteiten, evaluatie; - Teamvergaderingen; - Plannen en opstellen van interventies;	32 uur	1

		- Ontwikkelen van het materiaal voor de activiteiten; - Verantwoordelijk voor partnerschappen, rapportage en verantwoording aan derden.		
Ervaringsdeskundige	Vrijwilliger	- Benaderen en werven van nieuwe deelnemers en onderhouden van goed contact met hen door bezoeken, telefoontjes en berichten; - Eerste interactie die nieuwkomers krijgen met de stichting; - Het bouwen van een brug tussen vrouwen en de activiteitenbegeleider door de vraag en behoefte van vrouwen door te zetten naar bijv reflectiegroep, workshop, of huisbezoeken (afhankelijk van de hulpvraag); - Aanwezig en actief bij alle activiteiten; reflectiegroepen, workshops, huisbezoeken, kennismakingsbezoeken en geregelde bijeenkomsten; - Steunen van de coördinator bij periodieke evaluaties; - Meedenken bij strategische besluitvorming.	6 uur	1
Interculturele facilitator	Vrijwilliger	Deel uitmaken van de gemeenschap waarmee we samenwerken; - Samen met de ervaringsdeskundige nieuwe deelnemers benaderen en werven; - Goed contact met hen onderhouden door bezoeken, telefoontjes en berichten; - Ondersteunen bij het ontwikkelen van cultuurgevoelige acties; -Een brug zijn tussen het project en de doelgroep, communicatie en dialoog faciliteren; - Bijstaan van de coördinator in projectevaluaties; - Meedenken bij strategische besluitvorming.	6 uur	2
Groepsleider	Vrijwilliger	- Uitvoeren van de voorgestelde activiteiten voor de Reflectiegroep; - Bezoeken en follow-up van de deelnemers samen met de begeleider en de interculturele facilitator; - In kaart brengen van de behoeften van de deelnemers en het afstemmen met de coördinator om het materiaal aan te passen; - Opstellen van wekelijkse verslagen van de reflectiegroepen en bijdragen aan de evaluatie.	4 uur	2
Leraar	Vrijwilliger	- De partners van stichting Road of Hope zullen deze taak uitvoeren. - Indien nodig zullen deskundigen worden uitgenodigd.	3 uur per sessie	n.v.t.

6. Samenwerken

We zijn er sterk van overtuigd dat het werk dat we allemaal doen complementair is aan elkaars werk. In de afgelopen jaren hebben wij ons netwerk vergroot en zijn meer samenwerkingsverbanden aangegaan. Naarmate we meer samenwerken, zien wij de waarde van deze contacten meer in. Daarom is Road of Hope actief op zoek gegaan naar samenwerkingen om niet een eiland te zijn, maar expertise en ervaringen uit te wisselen en elkaar te versterken. Hier is een overzicht van samenwerkingen.

Partnerschap	Soort samenwerking	Omschrijving
OKT GGD Verloskundigen	Netwerk Werven van deelnemers	Wij werken nauw samen met OKT om het Moederproject onder de aandacht van de GGD en verloskundigen te brengen om zo toegang te krijgen tot deelnemers voor het project.
Stichting Ade Eritrea Stichting SomAstel	Verzorgen van activiteiten	Voor het verzorgen van de workshops voor het Moederproject werken wij samen met Ade Eritrea en SomAstel.
Stichting Nisa for Nisa Stichting SomAstel Gezonde en Kansrijke start	Onderzoek Uitwisseling van kennis	Vanaf 2021 maken wij deel uit van het project Gezonde en Kansrijke Start (GKS). Wij vinden het belangrijk om deel uit te maken van dit project, omdat veel vluchtelingenvrouwen met kleine kinderen geen begeleiding hebben. Bovendien nemen we vluchtelingen als prioritaire groep op in het actieplan van de GKS. In 2022-2023 coördineerde Road of Hope het onderzoeksproject samen met Nisa for Nisa en SomAstel.
COA Cruiseschip MS Galaxy Karmijn (De Alliantie) Stichting Ykeallo De Key	Uitvoering activiteiten Netwerk Ruimte voor activiteiten	In 2023 was er een partnerschap met COA (cruiseschip MS Galaxy) en Karmijn (De Alliantie). Door deze samenwerking was het mogelijk om gedurende het jaar verschillende groepen voor vrouwen van COA (cruiseschip MS Galaxy) en één groep in Karmijn te ontwikkelen. Beide partners stelden de ruimte beschikbaar en koppelden ons aan de vrouwen die geholpen werden en nodigden hen uit om deel te nemen aan de Vrouwenbijeenkomst en workshop. Met de groep in Karmijn werkten we ook samen met de Stichting Ykeallo en De Key waarbij Stichting Ykeallo hun deelnemers voorstelden aan onze groep en De Key een flyer stuurde naar hun bewoners. Hierdoor kon onze groep een bredere groep deelnemers bereiken in Nieuw West.

Eigenwijks	Ruimte voor activiteiten Netwerk	Sinds enige tijd hebben we een samenwerking met Eigenwijks, waar we onze activiteiten uitvoeren. In 2024 hadden we een groep in Slotermeer. Ook via deze samenwerking zijn we in contact gekomen met het COA zodat we een deel van onze activiteiten kunnen aanbieden aan de bewoners van het cruiseschip MS Galaxy.
Kenniscentrum Ongelijkheid Vrije Universiteit Amsterdam (VU)	Kennis en Onderzoek	In 2022 is Road of Hope benaderd door het Kenniscentrum Ongelijkheid om deel te nemen aan de realisatie van de Wijkwerkplaatsen. Nadat Road of Hope werd gekwalificeerd begon ze samen met Vrije Universiteit Amsterdam (VU) aan een onderzoeksproject naar de impact van een van de methodologieën van het Breath of Hope project. De resultaten zullen ons helpen om onze manier van werken met de doelgroep te verbeteren en zo het project te verbeteren. Daarnaast zouden we graag bijdragen aan andere organisaties door de lessen die we hebben geleerd beschikbaar te maken voor een breder publiek.
Stichting SamenWonen SamenLeven / Ru Paré Community	Kantoorruimte Ruimte voor activiteiten Netwerk Wederkerigheid	Stichting Road of Hope heeft al een aantal jaar een relatie van wederkerigheid met SW-SL en wij beschouwen de Ru Paré Community als onze thuisbasis.
Netwerk Informele Zorg Nieuw West	Netwerk	Als organisaties zetten wij ons in om andere organisaties te ontmoeten om beter te begrijpen hoe we kunnen samenwerken, elkaar versterken en nieuwe deelnemers doorverwijzen naar andere organisaties zodat ze gespecialiseerde hulp kunnen krijgen.
Buurtteams	Begeleiding casussen	Road of Hope zet zich ook in voor een partnerschap met Buurtteams, waarbij we in gesprek gaan met de verantwoordelijken voor de statushouders om niet alleen deelnemers te begeleiden maar ook de Buurtteams bij te staan met hun casussen waar nodig.
Salesforce	Personele middelen Netwerk	Salesforce helpt met het verzorgen van thematische workshops en andere evenementen en bijeenkomsten.
Gemeente Amsterdam	Netwerk Financiële middelen	

OranjeFonds	Financiële middelen	
VSBFonds	Financiële middelen	

7. Conclusie

Het Moederproject - dat contactmomenten, reflectiegroepen en workshops omvat - biedt ondersteuning voor moeders met een vluchtelingenachtergrond, met een focus op het verbeteren van opvoedingsvaardigheden, het omgaan met stress en het overbruggen van de kloof tussen gezinnen en de formele gezondheidszorg, het onderwijs en de sociale voorzieningen die in Nederland beschikbaar zijn. Het Moederproject put inzichten uit het project Breath of Hope van Road of Hope en streeft ernaar om blijvende impact en verbinding te creëren voor deze doelgroep. Met de steun van de Gemeente Amsterdam kunnen wij zwangere vrouwen en moeders te ondersteunen en deze nieuwe activiteiten in de praktijk brengen, waarmee wij een belangrijke bijdrage leveren aan de stad Amsterdam.

Bijlagen

Bijlage 1.Tijdsschema

Maand/ Activiteit	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
Eerste fase: Contact en voorbereiding								
Samenwerking tot stand brengen								
Kennismakingsbezoek								
Training vrijwilligers								
Tweede fase: Uitvoeren van activiteiten								
Contactmomenten								
Reflectiegroepen + Nederlandse les								
Workshops								
Derde fase: Evaluatie- en reflectiebijeenkomsten houden								
Toezicht en Evaluatie								

Cyclus 1

Cyclus 2

Bijlage 2. Thema's reflectiegroepen

Deze thema's zijn gekozen op basis van de behoeften van de vrouwen en tijdens elke cyclus kunnen de onderwerpen worden aangepast naar de behoeften van de groep. Wij hebben een boekje opgesteld met de beschrijving van de sessies en de voorgestelde activiteiten voor elk thema. Als de groep nieuwe onderwerpen voorstelt, zal de projectcoördinator extra ondersteunend materiaal voorbereiden. Hieronder een overzicht van de sessies.

.

Thema sessie	**Doel**
Sessie 1: Introductie/Presentatie	Introduceren van de moedersgroep, deelnemers elkaar leren kennen en het verbinden van de groep. Het is ook een moment om wat basisregels door te nemen.
Sessie 2: Stress en ontspanning	Het helpen van moeders bij het identificeren van stressbronnen in hun leven, en het begrijpen van de impact van stress op hun welzijn en het leren en toepassen van stressmanagementtechnieken.
Sessie 3: Stress bij het ouderschap	Ontdekken hoe stress specifiek het ouderschap beïnvloedt, bespreken van veelvoorkomende stressfactoren bij het ouderschap en delen van strategieën voor het omgaan met stress om de interacties tussen ouders te verbeteren.
Sessie 4: Ouderschap in twee culturen	Begeleiden van moeders bij het reflecteren op de opvoeding van hun kinderen, waarbij de nadruk ligt op hun eigen cultuur van herkomst en de Nederlandse cultuur en context.
Sessie 5: Strategieën om opvoedingspraktijken te versterken	Verkennen van het concept van positief ouderschap en benadrukken van het belang van verzorging, effectieve communicatie en consistente discipline om een gezonde ontwikkeling van het kind te bevorderen.
Sessie 6: Versterking van de sociale steun	Nadenken over het belang van het opbouwen en gebruiken van sociale ondersteuningsnetwerken om je meer verbonden en gesteund te voelen, wat op zijn beurt stress vermindert en het algehele welzijn verbetert..
Sessie 7: Dromen koesteren - Ouderschap en welzijn	Delen van ervaringen en bespreken van het leven en dromen, waarbij de nadruk ligt op hoe deze dromen verband houden met de rol van de deelnemers als moeder en als individu.
Sessie 8: Resource Mapping, Afsluiting en Feedback	Consolideren van de lessen uit eerdere sessies door een gepersonaliseerde 'bronnenkaart' te maken en de tijd te nemen om feedback te geven op de sessies.
Sessie A: Zwangerschap en de postpartumperiode in een nieuw land doorkomen - Praktische aspecten	Deelnemers kennis laten maken met het Nederlandse zwangerschapszorgsysteem, basisinformatie verstrekken en de veelvoorkomende uitdagingen aanpakken waarmee

	aanstaande moeders en nieuwe moeders worden geconfronteerd
Sessie B: Emotioneel welzijn tijdens en na de zwangerschap	Helpen van deelnemers bij het herkennen en aanpakken van moeilijke emoties die vaak voorkomen tijdens en na de zwangerschap.

Bijlage 3. Thema’s workshops

Deze thema's zijn gekozen op basis van de behoeften van de vrouwen en de onderwerpen kunnen aangepast worden naar de behoeften van de groep. In het kalenderjaar 2025 worden vier workshops gegeven. Er zijn vijf workshops waar naar behoefte uit gekozen kan worden. Hieronder een overzicht van de workshops.

Workshop Vaccinatie van kinderen

- **Doel**: nauwkeurige informatie verstrekken over vaccinaties van kinderen en algemene zorgen aanpakken.
- **Beschrijving**: Vaccinatiepercentages in de gemeenschap zijn laag (bijv. percentages in Nieuw-West 70% voor mazelen, bof en rodehond), deels vanwege post-pandemische scepsis, culturele overtuigingen en verkeerde informatie over de werkzaamheid en veiligheid van vaccins. Deze workshop zal helpen mythes te ontkrachten, moeders informeren over het belang van vaccinaties en hen begeleiden bij het verkrijgen van toegang tot vaccinaties, samen met professionals van de GGD en moeders uit de gemeenschap die hebben besloten hun kinderen te vaccineren.

Workshop Ontwikkeling van kinderen en Vroegschoolse educatie

- **Doel**: Informatie verstrekken over mijlpalen in de ontwikkeling van kinderen en ouders informeren over vroegschoolse educatie in het Nederlandse systeem.
- **Beschrijving**: Deze workshop biedt informatie over de ontwikkelingsfasen van jonge kinderen.

Workshop prenatale yoga

- **Doel**: zwangere moeders kennis laten maken met zachte yoga en stretchoefeningen die het fysieke welzijn en de ontspanning bevorderen tijdens de zwangerschap.
- **Beschrijving**: Door middel van eenvoudige oefeningen die gemakkelijk te volgen zijn, worden veelvoorkomende ongemakken tijdens de zwangerschap verlicht, wordt het lichaam voorbereid op de bevalling en wordt de algehele gezondheid ondersteund, uitgevoerd een professional met ervaring in het leiden van twee yogalessen. Vluchtelingenmoeders zijn zich mogelijk niet bewust van het Nederlandse vroegschoolse educatie systeem, wat van invloed kan zijn op de schoolrijpheid van hun kinderen. Misinformatie of verwarring over het belang van vroegschoolse educatie kan ook deelname belemmeren. Deze workshop zal hen voorzien van de kennis en middelen om de groei en het leren van hun kinderen te ondersteunen.

Workshop Zwangerschap en postnatale zorg in Nederland

- **Doel**: Informatie verstrekken over het perinatale zorgsysteem in Nederland, essentiële informatie verstrekken en veelvoorkomende uitdagingen aanpakken waarmee aanstaande moeders en nieuwe moeders worden geconfronteerd.
- **Beschrijving**: Deze workshop biedt een overzicht van het Nederlandse zwangerschapszorgsysteem, waarbij belangrijke onderdelen worden benadrukt, zoals de rollen van vroedvrouwen en huisartsen, opties voor zwangerschap en postnatale zorg. Deelnemers nemen deel aan een vraag-en-antwoordsessie met experts (van de GGD/verloskundige/kraamzorg) en ervaren moeders, waarbij een ondersteunende omgeving wordt gecreëerd om uitdagingen te bespreken en praktisch advies te delen. De workshop heeft als doel om aanstaande en nieuwe moeders te versterken door hen in contact te brengen met waardevolle bronnen en een gevoel van gemeenschap.

Workshop In contact met je tiener

- Doel: Deze workshop heeft als doel om moeders van tieners met een vluchtelingenachtergrond te versterken in hun rol als ouder.
- Beschrijving: deze workshop richt zich op het verbeteren van de ouder-kindrelatie, het vergroten van zelfvertrouwen, het bieden van herkenning en onderlinge steun, en het ontwikkelen van praktische vaardigheden in de communicatie met tieners die opgroeien tussen twee culturen.

Bijlage 4. Monitoring en evaluatie

Hierbij de verwachte kwalitatieve en kwantitatieve indicatoren voor het Moederproject in 2025.

Kwalitatieve indicatoren	**Kwantitatieve indicatoren**
Feedback van deelnemers	52 unieke deelnemers[1] aan Kennismaking, per jaar (p/j)
Feedback van groepsbegeleiders en interculturele facilitatoren	16 unieke deelnemers aan Reflectiegroepen, p/j
Observatie, feedback en bevindingen van de coördinator	gemiddeld 10 niet unieke deelnemers aan Workshop per workshop, gemiddeld 40 deelnemers per jaar (10 deelnemers x 4 workshops p/j)
	128 Contactmomenten p/j (16 deelnemers x 8 contactmomenten)

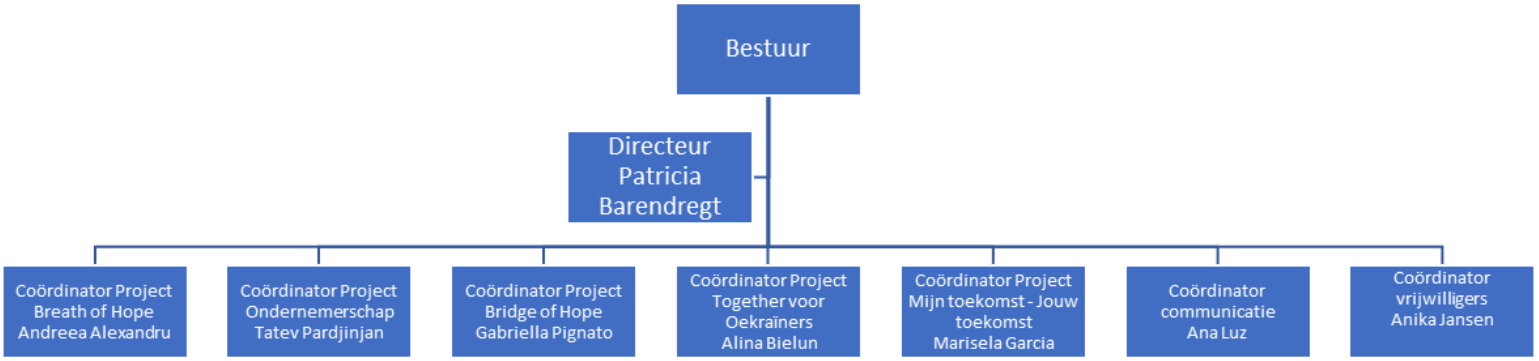
In totaal worden er 108 unieke en niet unieke deelnemers bereikt met de activiteiten Kennismaking, Reflectiegroep en Workshops.

Tools:

- Wekelijkse activiteitenrapporten door reflectiegroepleiders en interculturele facilitators.
- Activiteitenverslagen door coördinator voor Workshops.
- Bijhouden van een logboek na Contactmomenten.
- Wekelijkse overleg tussen aansturing en coördinator ten behoeve van het monitoren van de vorderingen van het project.
- Inschrijvingsformulier voor elke reflectiegroep en workshop.
- Feedbackformulier deelnemers voor elke reflectiegroep en workshops.
- Feedbackformulier reflectiegroep leiders, interculturele facilitators en workshopbegeleiders.

[1] unieke deelnemers zijn deelnemers die maar één keer deelnemen aan een activiteit. D.w.z. dat deelnemers die hebben deelgenomen aan een cyclus van Reflectiegroep, een tweede keer niet mogen deelnemen.

Bijlage 5. Organigram en werkstructuur



Project	**Coördinator**	**Aantal werkuren p/w**
Breath of Hope - mentale gezondheid voor vrouwelijke nieuwkomers	Andreea Alexandru	32 uur
Ondernemerschap - ondersteuning startende ondernemers met een migratieachtergrond/vlucht elingenachtergrond	Tatev Pardjinjan	32 uur
Bridge of Hope - bouwen aan sociale cohesie in Amsterdam Noord	Gabriella Pignato	28 uur
Together - Ondersteuning voor Oekraïners in Amsterdam	Alina Bielun	27 uur
Mijn toekomst - Jouw toekomst - ondersteuning voor ongedocumenteerde kinderen en de ouders daarvan	Marisela Garcia	20 uur

Wekelijkse teammeeting: het team komt elke maandag om 14.00 uur bij elkaar op het kantoor om de week te bespreken, te sparren met elkaar, algemene zaken te bespreken en aankondigingen/belangrijke mededelingen te doen.

Wekelijkse een-op-een: één keer per week is er een individueel gesprek tussen aansturing (Patricia) en de coördinatoren. Hierin worden beide partijen geüpdate over belangrijke ontwikkelingen aangaande het project en worden de coördinatoren begeleid om hun rol goed te kunnen uitvoeren. Buiten de wekelijkse een-op-een momenten, zijn er verder naar behoefte contactmomenten tussen de coördinatoren en aansturing.

Jaarlijkse evaluatiemoment: één keer per jaar, aan het einde van het jaar vindt er een individueel evaluatiegesprek plaats tussen aansturing en alle andere werknemers.