

# STEUNOUDERS MEIERIJSTAD

*Het opvoeden en verzorgen van je kind, soms kan je dat als pittig ervaren. Een helpende hand van familie, vrienden of bekenden kan dan het verschil maken. Als dat geen mogelijkheid is kan Steunouders een uitkomst bieden.*



## WAT DOET EEN STEUNOUDER?

Een steunouder is iemand met ruimte in hart en huis voor het kind van een ander. Als vrijwillige steunouder vangt u een of twee dagdelen per week een kind op. Zo geeft u een steuntje in de rug aan ouders.

De 'vraagouders' die behoefte hebben aan steun kunnen niet altijd op hun eigen netwerk terugvallen. Hier kunnen uiteenlopende redenen voor zijn.

Zo kunnen stressvolle situaties ontstaan waar ouders én kinderen last van hebben. Door inzet van een steunouder krijgen ouders ruimte en tijd om op adem te komen.

## STEUNOUDERS GEZOCHT!

Steunouder worden, is dat iets voor u? Als steunouder bent u een vrijwilliger en volgt u een tweedaagse training, waarin u handvatten krijgt voor het steunouderschap. Altijd maakt u vooraf uitgebreid kennis met het vraaggezin. De steunoudercoördinator begeleidt u bij de start en in de loop van het traject. Hoe lang en hoe vaak u als steunouder wordt ingezet hangt af van de behoefte van de vraagouders en van uw eigen mogelijkheden.

### “ Anne van Dinther coördinator van Steunouder:

“Een steunouder vindt het fijn om iemand te helpen en beleeft plezier aan de omgang met kinderen. Het is een dankbare taak omdat je als steunouder van onschatbare waarde kunt zijn voor ouders en hun kind. In sommige situaties is het belangrijk om je eigen grenzen te bewaken. Het is handig als je flexibel bent en makkelijk communiceert.”

Is steunouder iets voor u? Laat het ons weten! Neem contact op met Anne van Steunouder Meierijstad, via telefoon 06 35111847 of e-mail: [meierijstad@steunouder.nl](mailto:meierijstad@steunouder.nl).

### “ Steunouder Susan uit Veghel 'Je maakt echt een verschil'

“Ik zorg graag voor kinderen. Ik heb zelf 1 zoon en had wel meer kinderen gewild. Ik heb mij eerst verdiept in pleegouderschap, maar dat was voor mij als alleenstaande moeder te intensief. Ik vond niet snel een alternatief, totdat ik las over steunouder. Dat past perfect bij mij. Dat ik de vraagouders kan ontlasten zodat ze even tijd hebben voor zichzelf hebben bezorgt me een heel fijn gevoel en je kunt echt praktisch wat betekenen. En mijn zoon leert dat niet iedereen het even gemakkelijk of goed heeft. Het samen delen, samen spelen is ook belangrijk. Het gevoel van verschil maken in het leven van een kind, vind ik heel fijn.”



## WAT IS EEN VRAAGOUDER?

Vraagouders zijn ouders die een extra steuntje in de rug nodig hebben om alle ballen in de lucht te kunnen houden of met wat tijd voor zichzelf de zorg voor het gezin beter aankunnen.

De redenen om een beroep te doen op Steunouders lopen uiteen:

- De zorg en aandacht voor uw kind vraagt veel van uw energie;
- U hebt geen helpende hand van familie, vrienden of bekenden in uw directe omgeving;
- U ervaart de verzorging en opvoeding van uw kind tijdelijk als pittig.

Zou u geholpen zijn met een vertrouwd adres waar uw kind een of twee keer per week terecht kan? Neem contact op met de coördinator van Steunouder Meierijstad, Anne van Dinther via telefoon 06 35111847 of e-mail: [meierijstad@steunouder.nl](mailto:meierijstad@steunouder.nl).



### MENNO ROOZENDAAL, WETHOUDER JEUGD

“Ik heb veel waardering voor onze steunouders. Met hun vrijwillige inzet bieden ze ouders en opvoeders en ook de kinderen die daar behoefte aan hebben af en toe een moment van ontspanning”.

### “ Vraagouder Janneke\* uit Sint-Oedenrode 'Ineens stond ik aan de andere kant van de streep'

“Het kan echt iedereen overkomen. Een paar jaar geleden was het voor mij ondenkbaar dat ik een beroep zou moeten doen op een steunouder. We hadden het goed voor elkaar: een goede baan, fijne vrienden, lekker huis. En ja, de jongste twee waren wel héél snel achter elkaar geboren, maar we waren ook dankbaar dat het ons gegeven was om een gezin te vormen. Van de ene op de andere dag ging het licht uit: een burn-out. En dat is met twee peuters en een kleuter is geen ideale combinatie. Toen stond ik ineens aan de andere kant van de streep.”

#### Over de drempel

“Aarzelend heb ik bij Steunouder aangeklopt. Was dat ook iets voor ons misschien? Dat was best een drempel maar ik ben zó blij dat ik daar overheen ben gestapt. We werden gekoppeld aan een ouder echtpaar dat nog geen kleinkinderen had. Ze gingen lekker veel naar buiten met de kinderen. Zelf had ik daar geen energie voor. Geleidelijk aan ging het beter met mij. Toen zijn ze nog een jaar lang om de veertien dagen naar Gert en Gerda gegaan. Inmiddels zitten ze allemaal op school, ben ik er weer bovenop en is het niet meer nodig. Maar we gaan nog regelmatig even op bezoek.”

\*om privacy redenen een fictieve naam



COÖPERATIE SOCIAAL WERK MEIERIJSTAD

“Elke dinsdag eet  
Ayla met ons mee  
Marieke en Bas

“Ik heb zelf geen kinderen en  
op deze manier kan ik toch  
iets voor een kind betekenen  
Brigitta



Kinderen grootbrengen is een hele klus. Soms kun je daar als ouder wel wat helpende handen bij gebruiken. **Heb jij tijd en ruimte om een gezin een hart onder de riem te steken** door heel praktisch een dagdeel per week een gastvrij thuis te bieden aan een of meer kinderen? Meld je dan aan als vrijwillige steunouder!

“Op zaterdagmiddag loopt  
naast mijn eigen kinderen ook  
Rick hier rond in huis

familie Nowak

“Voor hem ben ik opa  
Teun, prachtig toch?!

Teun

steun  ouder  
helpt kinderen en ouders

# steunouder zijn is leuk en belangrijk

*It takes a village to raise a child* is niet voor niets een beroemde uitspraak geworden. Voor alle ouders is het fijn om het niet alleen te hoeven doen. Maar niet iedereen krijgt een helpende hand toegestoken als hij of zij die nodig heeft. Steunouders zijn volwassen vrijwilligers die één of twee dagdelen per week een gastvrij thuis bieden aan een kind. Zo geven ze gezinnen een steuntje in de rug.

Jouw hulp als steunouder helpt te voorkomen dat problemen in gezinnen ontstaan of verergeren. Je biedt een kind een vertrouwde plek waar het welkom is en kind kan zijn. Daarmee geef je ouders ruimte om op adem te komen en het is fijn om te ervaren hoe je de zorg voor kinderen samen kunt delen.

## Hoe lang?

Hoe lang je een steentje bijdraagt hangt af van de behoefte van het gezin en jouw mogelijkheden. Dus dat kan kort of lang zijn, maar meestal niet korter dan drie maanden. De steunoudercoördinator onderzoekt met de ouder welke mogelijkheden er zijn om een eigen vangnet te creëren.

*“Al mijn familie woont ver weg, nu hebben ze toch een soort oom en tante om de hoek”*  
Dewi

## Praktisch

Om steunouder te kunnen worden heb je (en indien van toepassing je partner) een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) nodig. Daar zijn geen kosten aan verbonden. Voordat je begint is er een kennismakingsgesprek en krijg je een training van twee dagdelen, boordevol tips en ervaringen om je voordeel mee te doen. Gedurende het hele traject blijft de coördinator beschikbaar om op terug te vallen bij vragen of problemen.

*“Dat iemand ons zomaar wil helpen, dat is zo bijzonder, echt super!”*  
Jesse en Anouk

De steunoudercoördinator matcht vraag en aanbod zorgvuldig, zodat jullie goed bij elkaar passen. Natuurlijk is het wennen over en weer. Daarom starten we altijd met een wenperiode waarin iedereen elkaar leert kennen en het vertrouwen kan groeien.

## Iets voor jou?

Kijk op [www.steunouder.nl/meerijstad](http://www.steunouder.nl/meerijstad) of neem contact op met Anne van Dinther | *steunoudercoördinator* | 06 35 11 18 47  
[meerijstad@steunouder.nl](mailto:meerijstad@steunouder.nl)

een initiatief van steunouder nederland

steun  ouder



*“Al mijn familie woont ver weg, nu hebben ze toch een soort oom en tante om de hoek  
Dewi*

*“Dat iemand ons zomaar wil helpen,  
dat is zo bijzonder, echt super!  
Jesse en Anouk*



Kinderen grootbrengen is een hele klus. Soms kun je daar als ouder wel wat helpende handen bij gebruiken. **Zou jij geholpen zijn met een vertrouwd adres** waar je kind een of twee keer per week terecht kan? Laat het ons weten!

*“Mijn dochter speelt nu beter met andere kinderen.  
Van haar broer had ze veel negatief gedrag overgenomen.  
Nu leert ze spelenderwijs hoe het anders kan  
Milena*

steun  ouder  
helpt kinderen en ouders

# steunouders staan naast jou en je kind

Steunouders zijn volwassen vrijwilligers met een groot hart voor kinderen en ouders. Een gezin, een echtpaar (jong of oud) of iemand die alleen woont met ruimte in huis, leven en hart. Eén of twee dagdelen per week bieden ze een gastvrij thuis aan een kind. Zo geven ze gezinnen een steuntje in de rug.

## Voor wie?

Je wil het liefste zelf voor je kind zorgen maar soms is dat lastig.

Dan kun je wel wat extra hulp gebruiken. Bijvoorbeeld

- als het zorgen voor je kind(eren) je even teveel is
- als je zelf geen mensen kent waarop je kunt terugvallen

“Elke dinsdag  
eet Ayla  
met ons mee

Marieke en Bas

## Hoe?

Je spreekt af dat je kind een of twee keer per week naar de steunouder gaat. We zoeken iemand dicht bij jou in de buurt. Om te beginnen voor drie maanden, maar vaak ook langer. Altijd in overleg met jou. Natuurlijk is het wennen over en weer. Daarom starten we met een wenperiode waarin iedereen elkaar leert kennen en het vertrouwen kan groeien. De meeste kinderen vinden het leuk extra aandacht te krijgen en nieuwe ervaringen op te doen en genieten van hun uitjes naar de steunouder. En als ouder kun je de zorg voor je kind een beetje delen met iemand anders en sta je er minder alleen voor.

## Praktisch?

Steunouder is vrijwillig en gratis. Je maakt samen met de steunouder en de organisatie die de steunouder begeleidt afspraken. Bijvoorbeeld over het halen en brengen en wat je kind meeneemt.

“Voor hem ben ik opa  
Teun, prachtig toch?!”  
Teun

## Veilig?

De veiligheid van jouw kind is ook voor ons belangrijk! Steunouders krijgen daarom allemaal een uitgebreide screening. Ze moeten een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) hebben en zijn verplicht onze training te volgen.

## Iets voor jou?

Kijk op [www.steunouder.nl/meerijstad](http://www.steunouder.nl/meerijstad) of neem contact op met

Anne van Dinther | [steunoudercoördinator](mailto:steunoudercoördinator) | 06 35 11 18 47

[meerijstad@steunouder.nl](mailto:meerijstad@steunouder.nl)

een initiatief van steunouder nederland

steun  ouder

