

Meet the Parents Almere Poort Ontmoeten, ontspannen en ondersteunen

(versie 1.0, zomer 2018)



Welkom

Meet the Parents in Almere Poort richt zich op eenoudergezinnen die wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Doel van Meet the Parents is het versterken van eenoudergezinnen, want zij ervaren vaker dan meeroudergezinnen stress. Bijvoorbeeld doordat ze alleen staan voor de opvoeding, een krappe portemonnee hebben en, specifiek voor Almere Poort, een beperkt sociaal netwerk hebben waarop ze kunnen terugvallen. Dit heeft ook gevolgen voor het maken van keuzes bij een gezonde leefstijl. Gezond eten, voldoende slaap, bewegen, niet roken en weinig alcohol worden dan vaak vergeten.

Meet the Parents organiseert drie soorten activiteiten:

1. Wekelijks koffie-uurtje op maandag
2. Sportactiviteiten
3. Gezinsactiviteiten

Deelnemers aan Meet the Parents organiseren zelf activiteiten én stimuleren elkaar zoveel mogelijk aan te haken bij andere activiteiten in Almere Poort en elders in Almere.

Koffie-uurtje

Kernactiviteit van Meet the Parents is het wekelijkse koffie-uurtje op maandagochtend in De Sterrenschool. Kinderopvang is daarbij beschikbaar. Het koffie-uurtje is in de eerste plaats bedoeld als ontmoetingsplaats voor eenoudergezinnen. De opkomst is wisselend, soms zijn er twee of drie ouders, soms meer dan tien. Tijdens het koffie-uurtje komen onderwerpen op tafel die met het eenouderschap te maken hebben.

“Je kan je uiten. Je kan vragen, je kan praten. En je krijgt advies. Je krijgt informatie. Het is niet alleen maar gezellig er wordt echt veel gedaan. Er komt echt van alles aan de orde.”
Ouder, minstens vijf keer deelnemer aan het koffie-uurtje¹

Het koffie-uurtje wordt georganiseerd en begeleid door de opbouwwerker van het wijkteam en biedt:

- Een plek om gemeenschappelijke ervaringen te delen
- Doorverwijzingen bij hulpvragen en naar activiteiten in de wijk
- Een vertrouwde en veilige plek voor co-creatie van activiteiten (sinterklaasfeest, kerstdiner, Moederdag, fotoshoot, massage, beautymiddag)
- Uitbreiding van het sociaal netwerk
- Rustpunt en vraagbaak

De rol van de opbouwwerker is doorslaggevend voor het succes. Zij stimuleert dat deelnemers komen, brengt ideeën in en pikt ideeën op. Ook in de WhatsAppgroep (50-70 deelnemers) heeft zij een stimulerende en ondersteunende rol. De WhatsAppgroep is de online community van Meet the Parents.

Sport en bewegen

Van september 2017 tot april 2018 is wekelijks een sportactiviteit aangeboden door combinatiefunctionarissen voor ouders en kinderen. Deelnemers maakten kennis met verschillende balsporten, racketsporten en vechtsporten. Vanaf mei 2018 is een serie van tien kickbokslessen georganiseerd, daarna kunnen een of twee ouders via een bootcampprogramma worden opgeleid tot bootcamptrainer in de tweede helft van 2018. Voor deze twee sporten is veel belangstelling. Bij sport- en beweegactiviteiten laat de evaluatie zien dat de ouders het sporten waarderen. Alle deelnemende ouders vinden het heel fijn dat het sporten gratis is. Ook zien we dat er enerzijds ouders zijn die het erg leuk vinden om samen met hun kinderen te kunnen bewegen, anderzijds zijn er ouders die het juist prettig vinden zonder hun kinderen te kunnen sporten, zodat ze zelf aan hun sportieve trekken kunnen komen.

¹ Deze projectupdate is geschreven op basis van een procesevaluatie uitgevoerd door IVO (zie contact).



“Ik merk gewoon dat ik zelf behoefte heb om een uur te sporten, niet met die mama-vraag. Gewoon even echt contact maken met jezelf. Gewoon even vrij zijn van die mama-vraag.”
Ouder, minstens zes keer deelnemer aan een sportactiviteit

Evenementen en activiteiten

Meet the Parents organiseert uitstapjes naar bijvoorbeeld een pretpark, zwembad of speeltuin. Deze evenementen hebben een breder bereik dan de wekelijkse activiteiten. Ook alleenstaande ouders die werken of ouders die geen behoefte hebben aan het koffie-uurtje gaan mee.

“Ik ben niet naar de Efteling geweest omdat het gratis was, maar het is me aangeraden door de gastouder van mijn zontje. Die zei ‘doe het, je hebt het wel verdiend, even een dagje weg.’ Ik ben best wel teruggetrokken maar ze zei ‘je moet het gewoon doen’. Toen heb ik me aangemeld. Mijn zusje zat ook in de problemen met een scheiding en die moest op een wachtlijst, maar mocht toen toch mee. We hebben een leuke dag gehad.” **Ouder, deelnemer aan evenement**

Belangrijkste opbrengst van een activiteit of evenement voor de deelnemers is dat het leuk en niet duur is en dat het helpt de onderlinge banden te versterken. Ook helpt het Meet the Parents nieuwe deelnemers te werven. Mede daardoor is Meet the Parents in Almere Poort de plek waar eenoudergezinnen terecht kunnen voor ontmoeting, ontspanning en ondersteuning.

Meet the Parents' achtergrond

Meet the Parents is ontstaan naar aanleiding van een wijkverkenning in 2016 naar kwetsbare gezinnen in Almere Poort. Meet the Parents startte met een kerngroep van alleenstaande ouders. Zij bedachten ook de naam van de community. In deze eerste fase lag de regie grotendeels bij de deelnemende ouders en was de focus sterk gericht op gezondheid. Deze insteek bleek niet goed aan te sluiten bij de doelstelling stress verminderen. Vanaf medio 2017 kwam de regie en uitvoering meer bij het welzijnswerk van De Schoor te liggen en de centrale focus is verschoven naar ontmoeten en samen leuke dingen doen.

Een succesfactor van Meet the Parents is de rol van de opbouwwerker van het wijkteam. Niet alleen vanwege de verbindende kwaliteit die zij als persoon heeft; ook de functionele relatie met het wijkteam versterkt het project. Ouders worden naar Meet the Parents doorverwezen en omgekeerd vinden ouders via het koffie-uurtje ook het wijkteam. Bij Meet the Parents is er veel aandacht voor leuke dingen en activiteiten waar je energie van krijgt.

Meet the Parents in ontwikkeling

Gezien de eindigheid van de financiering door het FNO-programma Gezonde Toekomst Dichterbij² is het belangrijk dat Meet the Parents stevig is ingebed in het bestaande sociale wijknetwerk.

Meet the Parents wil graag met organisaties in Almere-Poort samenwerken om nog beter aan te sluiten bij de bijzondere behoeften van eenoudergezinnen (stress in relatie tot financiën, opvoeding, tijd). Voor het sporten en bewegen wil de community bijvoorbeeld intensiever samenwerken met Buurtsportcoach (De Schoor) en meer de mogelijkheden van de Playground Poort benutten.

Verder gaat Meet the Parents experimenteren met uitbreiding van het koffie-uurtje naar de woensdag, zodat meer werkende ouders worden bereikt. Daarnaast gaat de community een keer per maand een relevant thema op de agenda zetten waarvoor ook het wijknetwerk wordt aanspreken. Op deze manier wordt Meet the Parents een thuishaven voor zowel de meer zelfredzame eenoudergezinnen als gezinnen die in een fase zitten waarin ze wat meer ondersteuning kunnen gebruiken.

Een van de doelen van Meet the Parents is het versterken van informele netwerken van eenoudergezinnen. Om daaraan tegemoet te komen, wordt overwogen een aantal activiteiten ook open te stellen voor meeroudergezinnen.

Meet the Parents wil een 'open community' zijn voor ouders in Almere Poort met speciale aandacht voor eenoudergezinnen. Doet u mee?

Contact

Neem voor meer informatie contact op met Silvia Morren, per telefoon 06 132 98 712 of mail smorren@almere.nl. Actuele informatie staat op de Facebookpagina MTPAlmerePoort. De procesevaluatie van Meet the Parents staat op de IVO-website: www.ivo.nl/meettheparents.



² Meer informatie over dit programma staat op de website van FNO: www.fnozorgvoorkansen.nl/gezonde-toekomst-dichterbij.