

Meet the Parents, Almere Poort Ontmoeten, ontspannen en ondersteunen

Procesevaluatie 2018 - 2019



Cas Barendregt
Thomas Martinelli
Elske Wits

Den Haag, December 2019



Onderzoek
naar welzijn,
zorg &
verslaving

Rapportage

Met dank aan de ouders en aan alle betrokken medewerkers die openhartig hebben verteld over hun betrokkenheid bij, en ervaringen met Meet the Parents.

Dit onderzoek is gefinancierd door FNO.



2

Het onderzoeksinstituut IVO werkt op een enthousiaste manier samen met opdrachtgevers aan het beantwoorden van vragen rondom leefstijl, verslaving en zorg. Het verbeteren van de situatie van kwetsbaren in de maatschappij speelt daarbij een belangrijke rol.

IVO Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen en Verslaving
Koningin Julianaplein 10 (7de verdieping, ingang hal Centraal Station Den Haag)
2595 AA Den Haag

Postbus 30833
2500 GV Den Haag

070 3028 456
secretariaat@ivo.nl
www.ivo.nl

www.ivo.nl

Inhoud

Inhoud	3
Samenvatting	5
Achtergrond	5
Opzet en bereik van het project	5
Ontmoeten, ontspannen en ondersteunen	6
Gezonde leefstijl	6
Inbedding in de wijk	6
Welkome aanvulling	6
1 Inleiding	7
1.1 Meet the Parents, hoe is het ontstaan?	7
1.2 Context waarin Meet the Parents is ontstaan	9
1.3 Doel- en vraagstelling	9
1.4 Werkwijze	10
1.5 Leeswijzer	10
2 Resultaten	11
2.1 Doelstelling Meet the Parents	11
2.1.1 Wijkaanpak	11
2.1.2 Niet rechtstreeks inzetten op gezondheid	12
2.2 Drie soorten activiteiten en een WhatsAppgroep	12
2.2.1 Koffie-uurtjes	12
2.2.2 Sport en gezonde leefstijl	14
2.2.3 Activiteiten en uitjes	17
2.3 Bereik en doelgroep	17
2.3.1 Aantallen	17
2.3.2 Kenmerken	18
2.3.3 Soorten deelnemers	18
2.3.4 Ex-partners	19
2.3.5 Activiteiten voor eenouder- en meeroudergezinnen	19
2.4 Gezondheid en leefstijl, opvoeding	21
2.4.1 Leefstijl en gezondheid	21
2.4.2 Opvoeding	22
2.4.3 Ondersteunen	24
2.5 Betekenis van Meet the Parents en suggesties voor verbetering	24
2.5.1 Wat waarderen deelnemers het meest?	24
2.5.2 Verbeterpunten	24
2.6 Inbedding in de wijk	26
2.6.1 Het wijkteam	26
2.6.2 Wijknetwerk	27
2.6.3 Vindplaatsen	29
3 Conclusies	30
3.1 Doel en opzet van Meet the Parents	30
3.2 Bereik en doelgroep	31
3.2.1 Merendeel deelnemers kan wel wat steun gebruiken	31
3.2.2 Verbreding doelgroep	31
3.3 Gezondheid, leefstijl en opvoeding	32
3.3.1 Gezondheid	32
3.3.2 Opvoeding	33
3.4 Betekenis van Meet the Parents voor ouders	33
3.5 Inbedding in de wijk	34

4	Reflectie.....	35
4.1	Welke doelgroep bedienen?	35
4.2	Borgen	36
4.2.1	Almere-Poort groeit.....	36
4.2.2	Meet the Parents groeit.....	36
5	Referenties	38

Samenvatting

Achtergrond

Sinds 2016 wordt in Almere Poort met financiering van FNO (programma Gezonde Toekomst Dichterbij) gewerkt aan het ondersteunen van alleenstaande ouders in kwetsbare situaties. Het motto van Meet the Parents luidt: ontmoeten, ontspannen en ondersteunen. Zo kan bij deelnemers mentale ruimte ontstaan om aan een gezonde leefstijl te werken. De kern van Meet the Parents wordt gevormd door wekelijkse koffie-uurtjes. Enkele deelnemers bieden zelf sportactiviteiten en leefstijlcoaching aan. Meet the Parents is opgezet na een wijkverkenning ('Startfoto') door het IVO en welzijnsorganisatie De Schoor naar kwetsbare gezinnen in Almere Poort in 2016. Hieruit bleek dat vooral eenoudergezinnen kwetsbaar zijn. Dat komt doordat zij vaker dan meeroudergezinnen stress ervaren als gevolg van krappe financiën, de opvoeding waar ze alleen voor staan, en een beperkt sociaal netwerk hebben waar ze op terug kunnen vallen.



5

Onderzoek

Vanaf de aanvang van het project onderzoekt het IVO het verloop en de opbrengsten van het project Meet the Parents. Onderliggende eindrapportage geeft de onderzoeksresultaten weer over de periode september 2018 t/m augustus 2019. Hierin zijn de gegevens betrokken van semigestructureerde interviews met 30 deelnemers en zes direct betrokken medewerkers in Almere Poort, verslagen van bijeenkomsten en deelnemersregistraties.

Opzet en bereik van het project

Meet the Parents wordt gerund door de opbouwwerker van het wijkteam in Almere Poort en wordt bijgestaan door een activiteitenbegeleider. In 2018 en 2019 zijn op enig moment ongeveer 50 ouders verbonden aan Meet the Parents. Aan het eind van de evaluatieperiode (oktober 2019) namen 118 ouders deel aan de WhatsAppgroep. De samenstelling van de groep wisselt; er komen mensen bij en er gaan mensen weg. Na een periode van zoeken naar de juiste insteek heeft Meet the Parents zich ontwikkeld tot de huidige vorm, die in deze rapportage wordt beschreven. De in 2019 gehouden interviewronde onder 30 Meet the Parents deelnemers laat zien dat twee derde moeite heeft om rond te komen van het maandinkomen, waarvan de helft "grote moeite".

Ontmoeten, ontspannen en ondersteunen

Wekelijks zijn er twee vaste ontmoetingsmomenten: de koffie-uurtjes. In de praktijk blijken het vooral de ouders met vragen en zorgen te zijn die het koffie-uurtje bezoeken. Het koffie-uurtje op woensdag staat ook open voor andere ouders. De begeleiders van het koffie-uurtje creëren ontspanning, maar ook serieuze gesprekken. Als de zorgen van ouders wegebben of wanneer ouders werk vinden komen ze niet meer, of minder vaak. De alleenstaande ouders blijven bij Meet the Parents betrokken door de WhatsAppgroep, waar de begeleiders o.a. tips geven over geschikte activiteiten in de wijk. De WhatsAppgroep wordt door deelnemers ook gebruikt voor het uitwisselen van tips en spullen. Samen met de ouders worden activiteiten georganiseerd rondom Moederdag en de feestdagen. Het aantal volledig verzorgde (dag-)uitjes is afgenomen vanwege de relatief hoge kosten.

Gezonde leefstijl

Naast de koffie-uurtjes zijn er wekelijks sportactiviteiten. Een deelnemer is met financiële steun van Meet the Parents opgeleid tot bootcamptrainer en biedt dit nu (ook) aan Meet the Parents deelnemers aan. Een andere alleenstaande ouder heeft als ondernemer haar leefstijlcoaching opengesteld voor Meet the Parents deelnemers. Dankzij Meet the Parents kunnen ouders tegen een gereduceerd tarief deelnemen. Ook is er de maandelijkse kookworkshop 'Lekker en Gezond'. Deze wordt samen met ouders uitgevoerd door de leefstijlcoach. Het sportaanbod, de leefstijlcoaching en kookworkshop hebben een positieve impact op de deelnemende ouders, volgens de deelnemers én professionals. Zij voelen zich gezonder en dragen dit over op hun kinderen.

6

Inbedding in de wijk

Vanaf het begin van het project Meet the Parents is getracht het geheel in te bedden in de wijk. Tweemaal organiseerde Meet the Parents een netwerkbijeenkomst voor wijkpartners die (ook) te maken hebben met alleenstaande ouders. De netwerkpartners hebben de intentie uitgesproken elkaar waar nodig en waar mogelijk op te zoeken rondom eenoudergezinnen. Concreet voorbeeld van samenwerking met het wijkteam is dat een deel van de vrouwen aan het koffie-uurtje deelneemt op suggestie van medewerkers van het wijkteam. Soms schuift een (wijk)professional aan bij het koffie-uurtje om thematische input en adviezen te geven. Na afloop van het door FNO gefinancierde project zal in elk geval het koffie-uurtje blijven bestaan. Voor het blijven aanbieden van andere activiteiten zullen de begeleiders hiervoor uit de reguliere potjes voor sport en armoede moeten putten. Alleen ouders met een laag inkomen komen hiervoor in aanmerking.

Welkome aanvulling

Meet the Parents vormt een aanvulling op en invulling van het werk van het wijkteam en welzijnsorganisatie de Schoor. Dankzij Meet the Parents is het mogelijk om alleenstaande ouders in kwetsbare situaties een plek te bieden waar zij elkaar ontmoeten, ontspannen en tegelijkertijd korte lijntjes hebben met het wijkteam. Meet the Parents is uniek in haar aanbod: enerzijds de groepsgerichte aanpak van het welzijnswerk en anderzijds de individuele aandacht die soms nodig is, en die normaal gesproken alleen vanuit het wijkteam kan worden geboden.

1 Inleiding

Meet the Parents is een project in Almere Poort gericht op de ontwikkeling van een ondersteunend aanbod voor eenoudergezinnen. Deze ouders kunnen wat extra steun vaak goed gebruiken. Vanaf de start van het project evalueert onderzoeksinstituut IVO hoe het project verloopt en wat het de deelnemers oplevert. Over het eerste deel van de procesevaluatie is eerder een tussenrapportage verschenen (Barendregt & Lucas, 2018). In deze eindrapportage beschrijven we het tweede deel van de evaluatie, over de periode september 2018 tot en met augustus 2019. Hoe heeft Meet the Parents zich ontwikkeld? Wat kunnen we leren van de ervaringen met Meet the Parents? In deze inleiding beschrijven we allereerst iets over de achtergrond van Meet the Parents (paragraaf 1.1) en in welke context het is ontstaan (paragraaf 1.2). Vervolgens beschrijven we de doel- en vraagstelling van de procesevaluatie (1.3) en de werkwijze (1.4). Tot slot is in paragraaf 1.5 een leeswijzer te vinden.



7

1.1 Meet the Parents, hoe is het ontstaan?

Voordat we gaan kijken hoe het medio 2019 met Meet the Parents gaat, stellen we eerst het project voor. Hoe is het ontstaan, wat zijn de belangrijkste elementen en hoe is het georganiseerd?¹

Keuze voor eenoudergezinnen

Meet the Parents is ontstaan naar aanleiding van een wijkverkenning ('Startfoto') door het IVO en welzijnsorganisatie De Schoor naar kwetsbare gezinnen in Almere Poort in 2016. Hieruit bleek dat vooral eenoudergezinnen kwetsbaar zijn. Dat komt onder andere doordat

¹ Zie voor basisinformatie over Meet the Parents ook de tussenrapportage uit 2018.

zij vaker dan meeroudergezinnen stress ervaren als gevolg van krappe financiën, de opvoeding waar ze alleen voor staan, en een beperkt sociaal netwerk hebben waar ze op terug kunnen vallen (Barendregt, Wits, Van de Mheen, 2016). In Almere Poort, een relatief nieuw en sterk groeiend stadsdeel, speelt het beperkte netwerk extra sterk. Een aantal van de ouders (moeders) die we tijdens de wijkverkenning hebben ontmoet, wilde samen met het welzijnswerk van De Schoor een oudergroep starten waarin het verminderen van stress en aandacht voor een gezonde leefstijl een plaats hebben.

‘Voor en door’ niet haalbaar

- De geschiedenis van Meet the Parents kent twee belangrijke fasen. In de eerste fase lag de regie grotendeels bij de deelnemende ouders en was de focus sterk gericht op gezondheid. De insteek om een interventie ‘voor en door’ alleenstaande ouders op te zetten bleek te kwetsbaar. Ook de rechtstreekse focus op gezondheid bleek niet goed aan te sluiten bij de doelstelling om in de eerste plaats de stress in deze gezinnen te verminderen. Vanaf medio 2017 kwam het project in de tweede fase van zijn geschiedenis. Naar aanleiding van een zogenoemde Versnellingsessie van Platform31 (Duivenvoorden & Heemskerk, 2017) zijn ‘leuke dingen doen’ en ‘ontmoeten’ de belangrijkste inzet geworden van Meet the Parents, met als doel te ontspannen en het informele netwerk te versterken. Vanaf die tijd kwam het motto ‘ontmoeten, ontspannen en ondersteunen’ centraler te staan. De focus op gezondheid kwam iets meer op de achtergrond, zonder deze uit het oog te verliezen. De regie en uitvoering is bovendien meer bij De Schoor komen te liggen. Er zijn duidelijke ankerpunten in het project aangebracht door wekelijkse sportactiviteiten en een wekelijks koffie-uurtje. Cruciaal voor het koffie-uurtje is de inzet van de opbouwwerker van het wijkteam. In de sportactiviteiten is dankzij de inzet van combinatiefunctionarissen² vanaf september 2017 kennis gemaakt met verschillende takken van sport. Deze stopte in die vorm begin april 2018. Vanaf november 2018 kreeg het sportaanbod de vorm van een bootcamptraining. Deze vindt meerdere keren per week plaats en wordt gegeven door een ouder van Meet the Parents die haar bootcampopleiding ook via Meet the Parents deed. Dit aanbod loopt tot en met november 2019 (paragraaf 3.2.3).

8

Projectstructuur

Meet the Parents wordt gedragen door een welzijnsinstelling en is gesitueerd in een wijkteam. Het project wordt dagelijks gerund door twee medewerkers van De Schoor (opbouwwerker en kinderopbouwwerker). Ze nemen deel aan de projectgroep, die ongeveer zes keer per jaar bij elkaar komt en die wordt voorgezeten door de projectleider (GGD Flevoland). Deelnemers aan de projectgroep zijn: de GGD, De Schoor, IVO en Tactus verslavingszorg. De projectgroep reflecteert op lopende activiteiten en activiteiten die aan Meet the Parents zijn gekoppeld, zoals netwerkbijeenkomsten (paragraaf 2.6.2) en het evaluatieonderzoek. De stuurgroep wordt gevormd door projectverantwoordelijken van De

² Combinatiefunctionarissen werken op het snijvlak van sport en welzijn.

<https://sportbedrijf.almere.nl/sporten-in-almere/sport-cultuur-en-onderwijs-in-de-wijk/>

Schoor, GGD Flevoland en IVO. De gemeente neemt ook deel aan de stuurgroep, om Meet the Parents goed te laten aansluiten bij wat de gemeente wil en doet in Almere Poort.

1.2 Context waarin Meet the Parents is ontstaan

De financier van het project is FNO, vanuit het programma Gezonde Toekomst Dichterbij³. Het programma ondersteunt projecten die bijdragen aan het verkleinen van gezondheidsachterstanden van gezinnen met een lage sociaaleconomische status. De focus in het programma ligt op roken, alcoholgebruik, overgewicht en achterliggende psychosociale problematiek. Het activiteitenaanbod van Meet the Parents is in de huidige vorm vooral gericht op meer bewegen, gezond eten en ontspanning, om zodoende de gezondheid van de deelnemers te versterken.

De financiële ondersteuning door FNO van Meet the Parents loopt tot en met november 2019. Gezien de eindigheid van de financiering is al in de opzet van het programma gezocht naar manieren waarop de continuïteit van het project (doelstelling en activiteiten) kan worden geborgd. Hoe steviger Meet the Parents is ingebed in en aangehaakt bij het bestaande sociale wijknetwerk, hoe groter de kans dat Meet the Parents kan doorgaan zonder extra financiering.

9

1.3 Doel- en vraagstelling

Het doel van het tweede deel van de procesevaluatie, waarvan we in dit eindrapport verslag doen, is een beschrijving geven van het verloop en de opbrengsten van het project Meet the Parents in de periode september 2018 t/m augustus 2019. Naar aanleiding van de vorige periode (zoals beschreven in de procesevaluatie, Barendregt & Lucas, 2018) is een aantal veranderingen in het aanbod van activiteiten doorgevoerd. Het gaat om het sportaanbod, aanbod gezonde leefstijl, uitbreiding van het koffie-uurtje naar de woensdag. Wat zijn hierop terugkijkend de succesfactoren, wat zijn knelpunten en wat kunnen we daarvan leren?

De hoofdvragen van de evaluatie luiden:

- Wat is de doelstelling van Meet the Parents? Wat zien deelnemers en professionals als output en effect?
- Welke werkwijze en activiteiten typeren Meet the Parents?
- Welke doelgroep bereikt Meet the Parents? Wat is het bereik van de diverse activiteiten onder de doelgroep en onder eventuele andere doelgroepen?
- Hoe verloopt het project Meet the Parents gezien de doelstelling van het project? Wat zijn resultaten, succesfactoren en knelpunten?
- Zijn de betrokken deelnemers en wijkpartners tevreden met proces en inhoud van de wijkaanpak?

Daarnaast zijn er vragen over de borging van het project en de eventuele implementatie van een vergelijkbare aanpak in andere wijken van Almere. Daarvoor is het belangrijk te weten wat de werkzame elementen zijn die je elders wilt toepassen.

³ <https://www.fnozorgvoorkansen.nl/gezonde-toekomst-dichterbij/>

De belangrijkste vragen hierbij zijn:

- Wat zijn de werkzame elementen van Meet the Parents?
- Is Meet the Parents een af te bakenen interventie of is het meer een methodiek binnen het welzijnswerk?
- Wat voegt het openstellen voor meeroudergezinnen toe?

1.4 Werkwijze

Informatiebronnen

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden hebben we een interviewronde gehouden onder 30 deelnemers van Meet the Parents (juni 2019)⁴, interviews gehouden met zes bij Meet the Parents betrokken medewerkers (periode juni – augustus 2019) en informatie gebruikt uit verslagen van bijeenkomsten van de projectgroep. De projectgroep kwam in de periode september 2018 t/m juni 2019 vijfmaal bijeen. Er wordt een deelnemersadministratie bijgehouden (uitsluitend toegankelijk voor de twee medewerkers van Meet the Parents) waardoor we weten hoeveel mensen er in totaal contact hebben bij Meet the Parents. Tevens wordt een administratie bijgehouden van de deelname aan de koffie-uurtjes, zodat we weten hoeveel mensen daaraan deelnemen.

Interviewronde onder deelnemers

10

In mei 2019 hebben de uitvoerders van het koffie-uurtje en de beheerder van de WhatsAppgroep de deelnemerslijst geactualiseerd en de deelnemers op de hoogte gebracht van de voorgenomen interviews. Mensen die bezwaar hadden om door de onderzoekers te worden benaderd konden dat aangeven, maar er zijn geen bezwaren geuit. De lijst bestond uit 44 deelnemers die in het afgelopen half jaar in wisselende intensiteit betrokken waren bij Meet the Parents. Alle personen van de lijst zijn benaderd voor een telefonisch interview. In het interview is gevraagd naar de ervaringen met de verschillende activiteiten van Meet the Parents, naar leefstijl (roken, voeding en bewegen, alcoholgebruik) en zorgen over de opvoeding. Deelnemers kregen een Etos-bon van 5 euro als dank voor hun deelname. In totaal is met 30 personen een gesprek gevoerd. De vragenlijst bestond uit gesloten en open vragen.

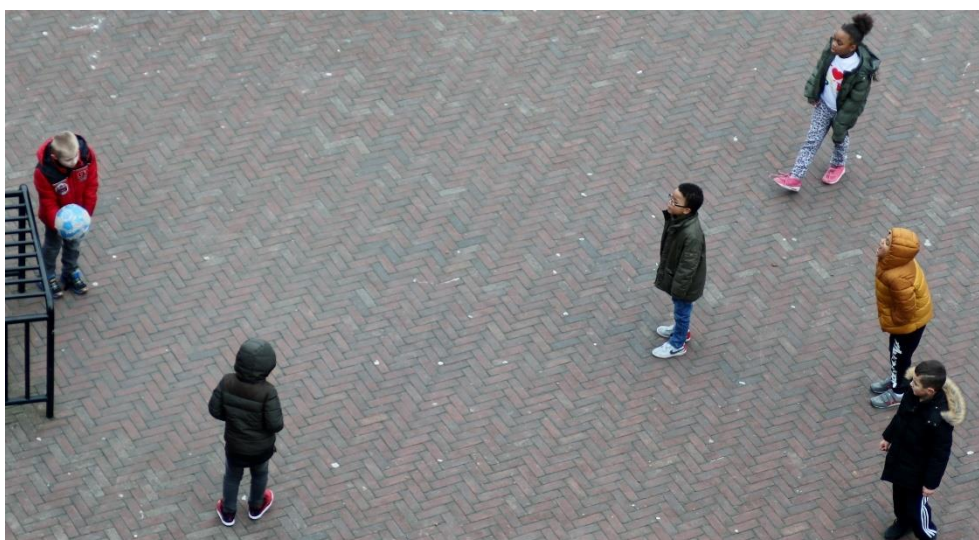
1.5 Leeswijzer

In het volgende hoofdstuk beschrijven we de resultaten van de procesevaluatie. In hoofdstuk 3 zijn de conclusies van het onderzoek te vinden en hoofdstuk 4 sluit af met een reflectie.

⁴ In 2017 hebben we bij wijze van nulmeting eveneens gegevens verzameld onder de deelnemers. We kunnen die cijfers niet vergelijken met de huidige cijfers, doordat het overgrote deel van de huidige deelnemers toen nog niet deelnam aan Meet the Parents.

2 Resultaten

In dit hoofdstuk gaan we in op de doelstelling van Meet the Parents (paragraaf 2.1), de activiteiten waarmee wordt geprobeerd de doelstelling te behalen (paragraaf 2.2) en op de doelgroep die Meet the Parents bereikt (paragraaf 2.3). We bespreken vervolgens wat Meet the Parents betekent voor de gezondheid van de deelnemers (paragraaf 2.4) en hoe zij deelname aan Meet the Parents ervaren (paragraaf 2.5). We sluiten af met het bespreken van de inbedding van Meet the Parents in de wijk.



11

2.1 Doelstelling Meet the Parents

2.1.1 Wijkaanpak

Het oorspronkelijke plan dat aan de basis ligt van Meet the Parents heette 'Nieuwe wegen naar een gezond Almere-Poort' en was in de basis een wijkaanpak. Weliswaar vormde Meet the Parents in dat plan de spil, maar de beoogde reikwijdte strekte zich ook uit tot fysieke aspecten van de wijk die samenhangen met een gezonde leefstijl (thema: infrastructuur/groene omgeving). Het doel van het plan 'Nieuwe wegen' was het verbeteren van de ervaren gezondheid van eenoudergezinnen in Almere-Poort door middel van interventies op het gebied van financiën, opvoeden, gezondheid en sociale contacten, en infrastructuur/groene omgeving. Een deel van deze interventies viel binnen de reikwijdte van het project, maar andere zouden moeten ontstaan doordat Meet the Parents ook binnen de gemeente en bij allerlei organisaties in de wijk de aandacht wil vestigen op de behoeftes van eenoudergezinnen. Uit de wetenschappelijke literatuur is bekend dat met activiteiten/interventies voor het verbeteren van de gezondheid van gezinnen in een kwetsbare positie niet alleen moet worden ingezet op (gezond) gedrag, maar vooral ook op risico- en beschermende factoren in het gezin en in de fysieke en sociale omgeving (Beenackers, Nusselder, Oude Groeniger & Van Lenthe, 2015). Het verbeteren van de (ervaren) gezondheid is de kerndoelstelling gebleven, en de aandacht is in de uitvoering van het project vooral uitgegaan naar het bijeenbrengen van de ouders (Meet the Parents) en

het organiseren van activiteiten met en voor deze ouders. Fysieke aspecten van de wijk zijn daarbij niet geagendeerd.

2.1.2 Niet rechtstreeks inzetten op gezondheid

In de eerste fase van het project lag de focus nog sterk op het rechtstreeks verbeteren van de gezondheid via bijvoorbeeld sportactiviteiten. Al snel bleek dat gezondheid niet 'leuk' is. Door te veel op gezondheid te focussen kreeg het project iets krampachtigs. In de tweede fase van Meet the Parents bleek dat het effectiever is om eenoudergezinnen aan het project te binden met leuke dingen doen, en om gezondheid daarbij integraal 'mee te nemen', zonder dat het de overhand krijgt. Om de gezondheid te verbeteren zijn in de tweede fase daarom intermediaire doelstellingen geformuleerd: ontmoeten, ontspannen en ondersteunen. Deze intermediaire doelstellingen in de huidige opzet van Meet the Parents geven professionals en ouders concrete handvatten om elkaar te vinden en activiteiten te organiseren. Deze doelstellingen passen ook beter in een project dat wordt gedragen door een welzijnsinstelling en is gesitueerd in een wijkteam.

2.2 Drie soorten activiteiten en een WhatsAppgroep

Meet the Parents biedt drie soorten activiteiten aan:

1. De koffie-uurtjes. Deze vormen de kern van Meet the Parents.
2. Sport- en leefstijlactiviteiten.
3. Uitjes en gezamenlijk vieren van feestdagen.

12

Meet the Parents kent tot slot een WhatsAppgroep waarvan vrijwel alle deelnemers lid zijn. Op basis van de interviews met de projectmedewerkers en observaties beschrijven we in deze paragraaf deze verschillende soorten activiteiten.

2.2.1 Koffie-uurtjes

Soorten koffie-uurtjes

Het wekelijkse koffie-uurtje is na de evaluatie van 2018 uitgebreid naar twee momenten: maandag- en woensdagochtend. Aan het koffie-uurtje op maandag namen in 2018 relatief veel vrouwen uit het Oranjestad deel, een opvanghuis voor slachtoffers van huiselijk geweld. In de loop van het jaar werd dat minder. Dat had te maken met taallessen die op maandag plaatsvonden én met activiteiten die het Oranjestad zelf op maandagochtend ging organiseren. Het aantal deelnemers aan het koffie-uurtje op maandag nam daardoor af. Het feit dat Oranjestad zonder enig overleg, afstemming of informeren zelf activiteiten ging aanbieden, zorgde destijds voor enige onduidelijkheid bij Meet the Parents.

Het koffie-uurtje op woensdag is gestart naar aanleiding van de procesevaluatie 2018, waaruit bleek dat maandagochtend voor werkende ouders een onhandige tijd is. Woensdag is een dag waarop in deeltijd werkende vrouwen relatief vaak vrij zijn. Omdat het koffie-uurtje op woensdag open is, komen er ook ouders van meeroudergezinnen (zie § 2.3.5).

Deelnemers

De deelname aan de koffie-uurtjes is in onderstaande tabel 2.1 weergegeven.

Tabel 2.1 Koffie-uurtje 1^e half jaar 2019

Maand	Dag	Totaal unieke deelnemers	Gemiddeld aantal per keer	Gemiddeld aantal kinderen
Januari 2019	Maandag	8	2.7	1.67
	Woensdag	4	4	0
Februari 2019	Maandag	9	3.5	1.75
	Woensdag	10	5.7	3
Maart 2019	Maandag	/	/	/
	Woensdag	8	8	4
April 2019	Maandag	9	4	2
	Woensdag	11	5.3	3
Mei 2019	Maandag	2	1.3	1
	Woensdag	10	5	2.3
Juni 2019	Maandag	/	/	/
	Woensdag	9	5	1.5

De methodiek van het koffie-uurtje

Het koffie-uurtje is een ijkpunt van Meet the Parents. Daar kunnen begeleiders en deelnemers elkaar ontmoeten zonder afspraak. Tijd en plaats zijn bekend. Niettemin is het nodig elke keer weer deelnemers via de WhatsAppgroep op te roepen langs te komen. Vrouwen die het moeilijk hebben, krijgen aparte aandacht en worden apart uitgenodigd.

13

De koffie-uurtjes worden ondersteund door een gastvrouw. Dat is een vrijwilliger die er voor zorgt dat de deelnemers koffie of thee krijgen en dat de worteltjes, komkommerschijfjes en mariakaakjes op tafel staan. De vrijwilliger verricht deze werkzaamheden in het kader van haar maatschappelijke activering. Dankzij de gastvrouw kunnen de begeleiders zich volledig concentreren op de gesprekken aan tafel.

Het karakter van het koffie-uurtje houdt het midden tussen een gezellig samenzijn en een open spreekuur. Het is gezellig, maar ook serieus. Er komen vragen op tafel die ook in een op-een gesprekken met een hulpverlener aan de orde kunnen komen, maar een kwartier later gaat het over een aanbieding bij de supermarkt. 'Goede gesprekken' ontstaan spontaan, maar de begeleiders houden inhoud en dynamiek van de gesprekken en van de groep goed in de gaten. Zij zetten bewust hun sociale vaardigheden in om het gesprek op gang te brengen en te houden. Ze beginnen inhoudelijke onderwerpen en stellen tactische vragen, zo simpel als 'hoe gaat het met je?' Soms worden mensen bewust voor het koffie-uurtje uitgenodigd wanneer ze eerder die week een vraag stelden via de WhatsApp.

Als ik contact heb via de App vind ik dat niet ideaal, dus zeg ik: 'Kom even langs bij het koffie-uurtje...'. Dan kan ik even verder praten en inschatten of aparte aandacht van mij of een collega van het wijkteam nodig is. Tegelijkertijd is die persoon er dan even uit en ziet weer andere mensen. (interview opbouwwerker)

De begeleiders zetten welbewust ook persoonlijke voorbeelden en ervaring in. Beide begeleiders hebben zelf kinderen, een van de begeleiders heeft ervaring als nieuwkomer in Nederland en zet deze ervaring in. Het open zijn over eigen ervaringen (zelfonthulling⁵) bevordert een vertrouwensband en de laagdrempeligheid van het koffie-uurtje. De begeleiders snijden serieuze onderwerpen aan en houden tegelijkertijd de toon enigszins luchtig. In die sfeer van openheid en vertrouwdheid van serieus, maar niet te zwaar delen de deelnemers lief en leed. De begeleiders maken een inschatting of doorverwijzing nodig is. Wanneer de groep groter is, blijft de sfeer vaak wat luchtiger dan bij kleinere groepen. Hieronder een voorbeeld uit de registratie van het koffie-uurtje op een maandag in juni 2019.

Afbeelding 2.1: fragment uit registratie van het koffie-uurtje

Aantal deelnemers	Volw. <u>41</u>
	Kinderen <u>3</u>
	Gastvrouw <u>Hering</u>
Onderwerpen & Bijzonderheden	= veel privé problemen / hart luchten - tips hoe om te gaan met de situatie - veel trauma's maar ook gelachen

14

2.2.2 Sport en gezonde leefstijl

De achterliggende gedachte om sportactiviteiten aan te bieden is enerzijds gekoppeld aan het algemene gezondheidsdoel dat Meet the Parents nastreeft anderzijds speelt ook het sociale aspecten (versterken informeel netwerk) een rol.

Tot mei 2018 werden sportactiviteiten aangeboden door de combinatiefunctionarissen⁶. De sportactiviteiten werden weliswaar gewaardeerd, maar matig bezocht. Min of meer aansluitend is een serie kickbokslessen verzorgd (ingekocht door Meet the Parents) en is in het najaar van 2018 een Meet the Parents ouder bootcamplessen gaan geven. Naar aanleiding van de gebleken belangstelling voor gezond gewicht en gezonde leefstijl is een arrangement overeengekomen met Hello to Healthy, een programma dat wordt aangeboden door een alleenstaande ouder uit Poort. In de verlenging is er een maandelijkse gezamenlijke maaltijd onder het motto "Lekker en Gezond" die ook open staat voor andere gezinnen.

⁵ Van Meekeren, E., Strijbos D., Van Deursen, S. & Ralston, A. (2017) Zelfonthulling: een overzicht In: Zelf onthulling openheid van professionals in de ggz. Van Meekeren (red.) pp 14-25. Amsterdam: Boom en Van Meekeren.

⁶ Combinatiefunctionarissen werken op het snijvlak van sport en welzijn.
<https://sportbedrijf.almere.nl/sporten-in-almere/sport-cultuur-en-onderwijs-in-de-wijk/>

Hieronder bespreken we de diverse sport- en leefstijlactiviteiten.

Bootcamp

Sinds november 2018 kunnen de Meet the Parents deelnemers driemaal per week 'bootcampen'. Kinderen zijn welkom. De trainer is een alleenstaande ouder die bij Meet the Parents opviel door haar belangstelling voor sporten. Toen ze een keer werd gevraagd om een les te geven zei ze dat ze geen leservaring of bevoegdheid had. Doordat er een gat was in het bewegingsaanbod van Meet the Parents, heeft Meet the Parents haar aangeboden om op kosten van Meet the Parents een korte opleiding tot bootcamptrainer te volgen. In ruil voor deze gift kunnen de ouders van Meet the Parents twee keer per week gratis meetrainingen. In totaal gaven zich veertien mensen op, er trainen regelmatig zo'n zeven à acht Meet the Parents ouders mee en per les zijn er daadwerkelijk zo'n vijf van aanwezig. In de wintermaanden huurde Meet the Parents een gymzaal voor de bootcamplessen. Ook een aantal werkende alleenstaande ouders neemt deel aan deze activiteit.

De bootcamptrainer heeft inmiddels ook een andere cursus gevolgd over gezonde voeding en wil als zelfstandig ondernemer een programma gezonde voeding en sport (bootcamp) gaan aanbieden aan de inwoners van Almere-Poort. Voordat de trainer zich als zelfstandig ondernemer registreerde konden de deelnemers van Meet the Parents gratis meedoen.

Vanaf september 2019, toen de trainer formeel zzp-er werd, heeft Meet the Parents deelname van de ouders vergoed. Wanneer de financiële ondersteuning van Meet the Parents ophoudt, zullen reguliere 'sport- en armoedepotjes' moeten worden aangesproken. De bootcamptrainer is bezig een samenwerking op te zetten met 'Hello to Healthy'.

15

Hello to Healthy

Net als de bootcamptrainer is de eigenaar/coach van Hello to Healthy al vanaf vrijwel het begin bij Meet the Parents betrokken. Zij heeft een workshop gegeven over gezonde voeding, maar kon destijds weinig tijd vrijmaken voor Meet the Parents vanwege een drukke baan. Later startte zij haar bedrijf 'Hello to Healthy' en werd begin 2019 opnieuw door Meet the Parents benaderd. Vanuit hier is een aangepast aanbod ontwikkeld voor de ouders van Meet the Parents. Het aanbod werd bekend gemaakt onder de naam 'Voor altijd slank', maar eigenlijk dekt dit niet goed de lading. Het gaat niet alleen om "kilo's kwijtraken", maar veel meer om een "mind set", gebaseerd op gedragstherapeutische principes. Naast bewustwording van het eigen gedrag, de motieven en de excuses, is er elke week aandacht voor kennis over gezonde voeding.

Anders dan de reguliere betalende klanten van Hello to Healthy, die wekelijks online worden gecoacht, ontmoeten de deelnemers van Meet the Parents elkaar fysiek. De groep bestaat voor een deel uit Meet the Parents deelnemers, uit deelnemers die via het wijkteam zijn aangemeld en enkele 'reguliere' klanten, die een tarief naar inkomen betalen. Er doen mannen mee en de groep is cultureel behoorlijk divers. Deelname van de Meet the Parents ouders is voor hen niet gratis. Zij betalen aan Meet the Parents wekelijks een kleine eigen bijdrage, de overige deelnamekosten worden betaald door Meet the Parents. Hello to Healthy vindt een eigen bijdrage noodzakelijk omdat gratis niet goed is voor het commitment

aan het programma. De coach merkt wel dat er bij Meet the Parents ouders soms meerdere problemen spelen, maar die drukken geen stempel op het programma.

Het programma duurde zes maanden en is in de zomer van 2019 afgerond. De coach zag dat deelnemers in wisselend tempo (de een wat eerder, de ander wat later) vruchten van het programma begon te plukken. Niet allemaal direct door gewichtsverlies, maar ook doordat mensen meer energie kregen en lekkerder in hun vel gingen zitten.

Aansluitend op de aanbeveling uit de afstudeerscriptie van de activiteitenbegeleider (zie 2.2.5) is Hello to Healthy opnieuw benaderd voor het organiseren van een maandelijkse workshop 'lekker en gezond én goedkoop'. Hierin wordt een gezamenlijke maaltijd bereid en gegeten in De Ruimte, de vaste verzamelplaats van Meet the Parents. Het is een workshop voor de ouders en hun kinderen samen.

Daar koken we heel erg op budget, met elkaar, gezond (...). Soms stelt de vrijwilliger een recept voor dat hij of zij goed kent, soms doen we het samen. Ik werk wel altijd het recept uit. We streven er naar het niet meer dan 2 à 3 euro per persoon te laten kosten.
(coach, Hello to Healthy)

16

De deelnemers aan het programma zijn door de begeleiders van Meet the Parents gevraagd om te helpen bij het halen van de boodschappen en als hulp in de keuken. Zo kon het tarief laag worden gehouden en zijn de deelnemers opnieuw betrokken. Overigens helpen ook andere ouders in de keuken.



Gezondheidsbeleving en kookworkshop

De per september 2018 aangenomen activiteitenbegeleider verving de coördinator sport van Meet the Parents. De activiteitenbegeleider liep op dat moment ook stage voor de studie Social Work. De afstudeerscriptie schreef zij over de gezondheidsbeleving van kinderen van deelnemende ouders bij Meet the Parents. De resultaten zijn gebaseerd op negen semigestructureerde interviews met vrouwen die deelnamen aan de leefstijlcoaching (Hello to Healthy) en/of kickboksen en/of bootcamp. Deze kwalitatieve studie beschrijft hoe deze activiteiten van Meet the Parents een bijdrage lijken te leveren aan de gezondheid van de ouders. Ouders zeggen dat hun gedrag positief verandert, dat ze zich bewuster zijn van een gezonde leefstijl en dat ze dit overbrengen op hun kinderen (Masomi, 2019).

Een van de aanbevelingen voortvloeiend uit dit scriptieonderzoek is het regelmatig organiseren van een maandelijkse kookworkshop voor ouders en kinderen. Deze aanbeveling is overgenomen door Meet the Parents en wordt maandelijks georganiseerd onder de naam "Lekker en Gezond".

2.2.3 *Activiteiten en uitjes*

Naast de wekelijks terugkerende activiteiten worden met enige regelmaat activiteiten en uitjes georganiseerd. Een uitje ging naar Nemo in Amsterdam, 17 ouders en hun kinderen gingen mee. Het uitje werd hoog gewaardeerd door de deelnemers. In vergelijking met de eerste jaren van Meet the Parents worden er minder uitjes georganiseerd. Enerzijds omdat ze relatief duur zijn (personeelsinzet, vervoer, entree, versnapering), anderzijds omdat dergelijke activiteiten nu minder nodig zijn om de aandacht op Meet the Parents te vestigen.

17

Er worden verder ook activiteiten georganiseerd in thuisbasis De Ruimte. Dit gebeurt altijd in samenwerking met de deelnemers van Meet the Parents, die soms met het idee komen en helpen bij organisatie en uitvoering. Denk aan de organisatie van het sinterklaasfeest (17 deelnemende ouders), de herfstparty (7 ouders), cursus 'grip op stress' (3 ouders). De maandelijkse kookworkshop "Lekker en Gezond" kan ook worden gezien als een activiteit in huis. Andere activiteiten zijn: Moederdag met fotoshoot ouder en kind, workshop visagiste (kinderen opgevangen met sport en creatieve activiteit).

2.3 **Bereik en doelgroep**

2.3.1 *Aantallen*

Op basis van de deelnemersadministratie en interviews met professionals verkregen we inzicht in aantallen deelnemers. Op de cumulatieve lijst die loopt van september 2017 tot en met november 2019 staan 116 volwassen deelnemers en 165 kinderen (niet alle kinderen zijn geregistreerd). Maar ouders komen en ouders gaan. Deelnemende ouders worden wel ingeschreven, maar zij melden zich meestal niet af, niet als ze verhuizen en niet als niet meer komen. Dat past ook niet bij het open ontmoetingskarakter van Meet the Parents. Hierdoor is het niet mogelijk om precies te zeggen hoeveel mensen precies aan Meet the Parents deelnemen. Af en toe wordt de deelnemers lijst preciezer bekeken. In maart 2018 waren er 59 deelnemers bekend en had de WhatsAppgroep ongeveer 70 leden. In mei 2019

stonden er op een opgeschoonde⁷ versie van de deelnemerslijst van Meet the Parents 46 mensen. Aan het eind van de evaluatieperiode (oktober 2019) namen 118 deel aan de WhatsAppgroep.

Uit de interviewronde in 2019, waaraan 30 vrouwen deelnamen, blijkt dat de jongste vrouw 26 jaar is en de oudste 50 jaar; de gemiddelde leeftijd is 38 jaar. Gemiddeld hebben zij twee kinderen die jonger zijn dan 19 jaar. Vier vrouwen zijn al vanaf het begin bij Meet the Parents betrokken, dus al meer dan drie jaar. Eveneens vier vrouwen zijn korter dan een half jaar bij Meet the Parents. De ene helft van de vrouwen is korter dan 14 maanden (mediaan) bij Meet the Parents en de andere helft langer.

2.3.2 Kenmerken

Niet alleen het aantal mensen dat wordt bereikt is relevant, maar ook de achtergrond van deze mensen. Welk type eenoudergezinnen voelt zich thuis bij Meet the Parents?

Vooropgesteld dient te worden dat Meet the Parents vrijwel uitsluitend eenoudergezinnen bereikt met een vrouwelijke ouder. De opbouwwerker merkt verder dat betrokkenheid van deelnemers bij Meet the Parents in fases verloopt. Wanneer ouders het zwaar hebben, bijvoorbeeld omdat ze net in Poort zijn komen wonen, de verbroken relatie nog zwaar op ze drukt of schulden niet onder controle zijn dan is de behoefte om naar het koffie-uurtje te komen groot. Vaak hebben ze dan ook contact met het wijkteam, de opvoedadviseur van JGZ⁸ of een POH-GGZ. Wanneer er meer stabiliteit komt en problemen meer onder controle raken, neemt op den duur ook de behoefte af om wekelijks bij het koffie-uurtje aan te sluiten. Er is minder informatiebehoefte en minder behoefte om ervaringen te delen. Deze ouders blijven wel betrokken via de WhatsAppgroep of nemen nog deel aan activiteiten of uitjes. Sommigen laten zich ook door de opbouwwerker 'verleiden' om nog eens op het koffie-uurtje te komen. Vaak naar aanleiding van een vraag via de WhatsApp die de opbouwwerker liever niet digitaal afhandelt, maar gebruikt als aanleiding om iemand uit te nodigen. Tijdens het koffie-uurtje wordt dan even bijgepraat en schat de opbouwwerker aard en ernst van de vraag in.

18

2.3.3 Soorten deelnemers

Meet the Parents kan worden beschouwd als een netwerk met schillen of ringen. In de binnenste ring zitten de mensen die nieuw zijn of mensen die problemen ervaren en/of ervaringen willen delen. Als er minder problemen zijn, neemt de afstand tot de kern toe. Afhankelijk van de situatie zijn deelnemers meer of minder intensief bij Meet the Parents betrokken.

1. Hulpbehoevende moeders
 - nemen deel aan koffie-uurtje, uitjes en activiteiten.
2. Moeders die redelijk grip hebben op hun situatie
 - nemen (vooral) deel aan uitjes en activiteiten.
3. Moeders met weinig affiniteit met 'problemen'
 - nemen vooral deel aan uitjes.

⁷ De lijst werd opgeschoond t.b.v. een interviewronde onder deelnemers.

⁸ Jeugdgezondheidszorg (jgzalmere.nl)

Deze indeling die we in 2018 maakten, staat nog overeind - met dien verstande dat iemands situatie kan veranderen en daarmee ook de intensiteit van deelname. Het gebeurt dat iemand aanvankelijk met veel vragen op het koffie-uurtje komt, maar na verloop van tijd zich daar minder laat zien en vooral bij activiteiten komt. Omgekeerd werkt het ook zo. Vrouwen die weinig affiniteit met problemen hebben en liever alleen voor de gezellige uitjes komen, weten via Meet the Parents de opbouwwerker en via haar het wijkteam prima te vinden als ze vragen hebben of problemen waar ze zelf niet uitkomen.

Niet genoemd als doelgroep, maar wel bereikt door Meet the Parents, zijn de kinderen van de ouders. Kinderen nemen vooral deel aan de uitjes en aan de activiteiten. Voor moeders die aan de koffie-uurtjes deelnemen is er opvang voor de kinderen beschikbaar. Aanvankelijk werd dit georganiseerd via de Droomspeelbus⁹ (sport en spel). In het seizoen 2018/2019 was dit niet meer mogelijk. Het aanbod fluctueerde te veel. Nu wordt er, indien nodig en vrijwilliger ingezet die de kinderen onder haar hoede neemt. Dit gebeurt in dezelfde ruimte als waar het koffie-uurtje plaatsvindt. Aanvankelijk was er een spel en sport aanbod voor de kinderen als ze meegingen naar het koffie-uurtje. Tegenwoordig mogen de kinderen in de buurt blijven en vermaken zich daar met spel/bewegen.

De derde groep is het minst betrokken bij Meet the Parents. Deze ouders houden wel de Whatsappgroep bij, maar komen alleen wanneer er in hun beleving iets interessants wordt georganiseerd, bijvoorbeeld een uitje of een activiteit. Voor hen is het prettig op die momenten zich te laten meenemen, zonder daarin zelf allerlei dingen te moeten regelen. Het zijn ouders die redelijk grip op hun situatie lijken te hebben. Ze werken (hard) en hebben de opvang van de kind(eren) en het huishouden geregeld, maar dit kost ze ook veel energie. Voor deze groep is in de nazomer van 2018 het koffie-uurtje op woensdag gestart. Uit de interviewronde onder deelnemers komt naar voren dat een deel van deze ouders zich desondanks onvoldoende gezien voelt door Meet the Parents. Zij vinden dat er veel aandacht uitgaat naar ouders met problemen en weinig naar ouders die zich met veel kunst en vliegwerk beter weten te redden. In de paragrafen 2.5.2. en 4.3.3 staan we hier uitgebreider bij stil.

19

2.3.4 Ex-partners

De ex-partners worden weinig bereikt door Meet the Parents. De vaders zijn vaak niet actief betrokken bij de opvoeding van hun kind. Soms is de relatie met 'de ex' gespannen. Begeleiders denken bovendien dat het delen van zorgen, het praten over opvoeding, gewicht, gezondheid en uiterlijk iets is wat vrouwen meer en gemakkelijker doen dan mannen. Een deelnemer zei in 2018 over mannen: "Ze hebben een andere visie en een andere benadering." Deze moeder zou het koffie-uurtje minder aantrekkelijk vinden als er meer mannen bij kwamen.

2.3.5 Activiteiten voor eenouder- en meeroudergezinnen

Een aantal activiteiten van Meet the Parents is langzamerhand opengesteld voor niet-eenoudergezinnen, zoals het koffie-uurtje op woensdag. Die keuze is gemaakt vanuit de gedachte dat een meer gemengde groep versterkend zou kunnen werken voor de

⁹ <http://droomspeelbus.nl/>

eenoudergezinnen. Enerzijds doordat hiermee het eventuele stigma eraf wordt gehaald, anderzijds omdat meeroudergezinnen ondersteunend kunnen zijn - zowel praktisch als moreel. Een 'open' koffie-uurtje heeft als bijkomend voordeel dat het een ontmoetingsplek wordt waar wijkteammedewerkers nieuwkomers en soms ook sociaal geïsoleerde mensen in Almere Poort naartoe kunnen verwijzen. Een heel andere overweging om enkele activiteiten voor meeroudergezinnen open te stellen is dat het de kans op borging van het project vergroot. Door de activiteit niet exclusief voor eenoudergezinnen open te stellen wordt de relevantie van het koffie-uurtje groter voor het wijkteam. Niet langer staat de doelgroep centraal, maar 'verbinding' en 'sociale inclusie'. Eenoudergezinnen blijven wel een belangrijk onderdeel uitmaken van de activiteiten.

Ouders uit meeroudergezinnen worden naar het koffie-uurtje verwezen via het wijkteam, of kennen het via de 'wijkglossy' Poortnieuws. De begeleiders van het koffie-uurtje zijn enthousiast over de mix van deelnemers. De meerwaarde van het 'open koffie-uurtje op woensdag is om eenoudergezinnen andere gezinnen te laten ontmoeten, hoewel die ook wel wat problemen of issues hebben, hebben zij de zaken meer op orde dan eenoudergezinnen. Ze zijn meer ontspannen en brengen een positieve *vibe* met zich mee. De nieuwe deelnemers zijn vooral vrouwen die nog maar kort in Nederland zijn. De alleenstaande moeders kennen vaak al wat beter de weg in Almere Poort en vinden het fijn als zij tips kunnen geven. Even zijn de rollen omgedraaid.

20



In tabel 2.2 geven we de activiteiten van Meet the Parents weer. Achter elke activiteit is aangegeven of deze exclusief is voor eenoudergezinnen, of een meer open karakter heeft.

Tabel 2.2 Activiteiten van Meet the Parents en hun toegankelijkheid

Activiteit	Toegankelijk voor
Koffie-uurtje maandag	Alleen eenoudergezinnen
Koffie-uurtje woensdag	Ook meeroudergezinnen
WhatsAppgroep	Alleen eenoudergezinnen
Activiteiten	Ook meeroudergezinnen
Uitjes	Alleen eenoudergezinnen
Hello the Healthy	Ook 'andere deelnemers'
Kookworkshop (maandelijks)	Ook 'andere deelnemers'
Bootcamp	Ook 'andere deelnemers'

2.4 Gezondheid en leefstijl, opvoeding

Op één na hebben alle 30 vrouwen die we in de interviewronde van 2019 hebben gesproken het afgelopen jaar aan één of meer activiteiten deelgenomen. Degene die nergens aan meedeeld is pas recent weer in Almere Poort komen wonen. Zij kent Meet the Parents al vanaf het begin. Drie vrouwen zitten alleen in de WhatsAppgroep. Het zijn vrouwen die lang bij Meet the Parents betrokken zijn. Als we de WhatsAppgroep niet meetellen, zien we dat de vrouwen in het afgelopen jaar gemiddeld aan drie activiteiten deelnamen. Het koffie-uurtje¹⁰, het Sinterklaasfeest en het uitje naar Nemo (Amsterdam) waren het meest populair en werden ook goed gewaardeerd.

21

Ongeveer de helft heeft deelgenomen aan het koffie-uurtje op maandag en een kwart aan het koffie-uurtje op woensdag. Beide koffie-uurtjes worden door zo'n driekwart als belangrijk gewaardeerd. Bijna iedereen zit ook in de WhatsAppgroep die door een ruime meerderheid belangrijk wordt gevonden. Andere dingen die worden genoemd als belangrijk aan Meet the Parents zijn: socializen, activiteiten voor de kinderen, praktische hulp (zoals moeilijke brieven lezen), ontmoeten van andere ouders en het aanbieden van spullen via de WhatsAppgroep.

2.4.1 Leefstijl en gezondheid

Het hoofddoel van Meet the Parents is het verbeteren van de ervaren gezondheid. Uit de interviews in 2019 onder deelnemers van Meet the Parents bleek dat driekwart (77%) van de alleenstaande ouders hun gezondheid als goed of zeer goed beoordeelt. Ter vergelijking: in Nederland ervaart 83% van de vrouwen tussen de 18 en 44 jaar een (zeer) goede gezondheid (CBS). In tabel 2.3 is te zien dat van de 30 geënquêteerde deelnemers ruim een kwart rookt. Bijna een kwart heeft ooit gerookt. De huidige rokers roken gemiddeld acht à negen sigaretten per dag. In tabel 2.4 is te zien dat vrouwen gemiddeld op bijna 3 dagen per week een half uur of meer bewegen. Op gemiddeld ongeveer 5 dagen per week staat er groente of fruit (2 stuks) op het menu. Om na te gaan hoeveel deelnemers mogelijk (beginnende) alcoholproblematiek hebben of probleemdrinker zijn is de Audit-C¹¹ afgenomen. Hierin wordt gevraagd naar hoe vaak en hoe veel men drinkt. Een score van 4

¹⁰ We rekenen hier ook eenmalige deelname toe.

¹¹ https://assets.expertisecentrumalcohol.trimbos.nl/docs/eb3eb5d2-c405-445f-a207-a930a3eedd20.pdf?_ga=2.135466418.2001539403.1574342444-2085020865.1526571348

of hoger bij vrouwen betekent dat er mogelijk sprake is van problematisch alcoholgebruik. Dit is bij 10% van de vrouwen het geval (zie tabel 2.5).

Tabel 2.3 Roken onder deelnemers Meet the Parents in 2019 (n=30)

	Percentage/aantal (gemiddeld)
Rookt u?	8 (27%)
Heeft u ooit gerookt?	7 (23%)
Hoeveel sigaretten rookt u gemiddeld per dag?	8,5 sigaretten

Tabel 2.4 Bewegen en eten (gemiddelden) door deelnemers in 2019 (n=30)

Hoeveel dagen van de afgelopen week..	Gemiddeld aantal dagen
Bewoog u 30 minuten of meer	2,7
At u voldoende groente	5,1
At u 2 stuks fruit	5,0

Tabel 2.5 Problemen door het drinken van alcohol onder deelnemers in 2019 (n=30)

	Aantal deelnemers (%)
Score Audit-C: 4 of meer punten	3 (10 %)

22

Deelnemers is ook gevraagd hoe het gaat met hun financiën. In tabel 2.6 geven we deze cijfers weer. Een derde van de deelnemers blijkt grote moeite te hebben om rond te komen. Een kwart kan niet zelf, of alleen met hulp hun financiële zaken afhandelen. Bijna de helft heeft niet (altijd) voldoende geld om familie of vrienden te bezoeken.

Tabel 2.6 Financiën van deelnemers Meet the Parents in 2019 (n=30)

Heeft u moeite gehad met rondkomen van uw inkomen?	Aantal deelnemers (%)
Nee, geen enkele moeite	5 (17%)
Nee, maar ik moet wel opletten	5 (17%)
Ja, enige moeite	10 (33%)
Ja, grote moeite	10 (33%)
Kunt u uw financiële zaken zelf afhandelen?	
Ja, dat doe ik zelf	23 (77%)
Ja, met hulp	5 (17%)
Nee, dat doet iemand anders	2 (7%)
Heb je voldoende geld om...	
Je huis goed te verwarmen	27 (90%)
Lidmaatschap van een vereniging te betalen	12 (40%)
Familie en vrienden te bezoeken	16 (53%)

2.4.2 Opvoeding

Een van de veronderstellingen achter Meet the Parents is dat eenoudergezinnen meer stress ervaren als gevolg van het feit dat ze alleen voor de opvoeding van de kinderen staan. Daarom is ook nagegaan hoe de deelnemers de opvoeding van hun kinderen ervaren. Ruim een derde van de 30 geïnterviewde vrouwen heeft in het jaar voorafgaand

aan de enquête geen vragen of zorgen gehad over de kinderen. Eveneens ruim een derde heeft soms vragen gehad en een kwart vaak. Meestal gingen de vragen die zij hadden over “moeilijk gedrag”, minder vaak over de ontwikkeling van het kind. Daarnaast worden uiteenlopende onderwerpen genoemd als gepest worden, huisvesting, traumaverwerking, scheiding er alleen voor staan. De meeste vrouwen klopten voor hun opvoedingsvragen aan bij een professionele organisatie, variërend van huisarts, schoolmaatschappelijk werk en professionele opvoedondersteuning. In mindere mate werden ook familie en vrienden ingeschakeld. Tweemaal wordt ook Meet the Parents genoemd, o.a. als bemiddelaar naar professionele ondersteuning.

Wanneer we het rechtstreeks aan de ouders vragen zegt 90% de opvoeding niet gemakkelijker (ook niet moeilijker) te ervaren sinds ze met Meet the Parents meedoen. Drie vrouwen (10%) zeggen dat ze de opvoeding nu minder zwaar vinden. In de interviews is hierop doorgevraagd. Een van deze drie vrouwen zegt dat het met elkaar praten “ontstrest” en haar “op andere ideeën” brengt. Een andere vrouw zegt: “Het gaat beter met mij, dus de opvoeding gaat ook minder zwaar.” De andere vrouwen zeggen dat ze geen opvoedvragen hebben, of dat ze bij Meet the Parents zijn voor de ontspanning en gezelligheid. Een vrouw zegt dat ze niet de behoefte heeft om advies te vragen rondom de opvoeding, omdat de manier waarop er bij Meet the Parents tegen opvoeding wordt aangekeken anders is dan zij gewend is.

23

Ik ben Surinaams opgevoed en dat wil ik bij mijn kind ook. Bij ons zit bijvoorbeeld respect heel hoog. Ouders worden met u aangesproken dat is met Meet the Parents anders. Andere normen en waarden. (moeder 28 jaar met één kind)

Een aantal vrouwen zegt dat opvoeding geen thema is bij de koffie-uurtjes. En één vrouw zegt dat ze “eigenlijk opvoedingstips heeft gemist”. Niettemin is opvoeding weldegelijk een terugkerend onderwerp tijdens de koffie-uurtjes. Dit blijkt onder andere uit de registratie, waarin opvoeding regelmatig als thema wordt genoemd. Maar volgens de begeleiders is het logisch dat ouders niet altijd opvoeding als thema herkennen.

Het is geen cursus, ouders ervaren het vaak ook niet als ‘ik heb informatie of advies gekregen’. Het gaat tussen neus en lippen door, informeel. Er komen tijdens het koffie-uurtje heel veel opvoedingsvragen over tafel. Maar omdat wij het zo gemoedelijk en informeel bespreken ervaren mensen het niet als opvoedingsondersteuning.” (Silvia)

Ook de opvoedadviseur van JGZ Almere¹² heeft een aantal keer deelgenomen aan het koffie-uurtje. Daaruit is minstens twee keer ook een huisbezoek voortgevloeid. Tactus verslavingszorg heeft tijdens het koffie-uurtje tweemaal een thema verzorgd over ‘schermgebruik’ en hoe hiermee om te gaan in de opvoeding.

¹² <https://www.jgzalmere.nl>

2.4.3 Ondersteunen

Het onderdeel 'ondersteunen' - van het Meet the Parents drieluik: ontmoeten, ontspannen en ondersteunen - gaat als een satéprikker door de activiteiten heen. Door een open en belangstellende houding proberen de begeleiders bij de deelnemers na te gaan wat er goed gaat en waar eventueel ondersteuning bij nodig is. Deze ondersteuning kan moreel zijn, emotioneel en ook praktisch. De vrouwen die de koffie-uurtjes bezoeken hebben vaak (tijdelijk) wat meer ondersteuning nodig. Op informele wijze kunnen vragen en problemen worden voorgelegd. De begeleiders schatten in of extra ondersteuning nodig is van (een collega van) het wijkteam. Indien nodig zorgen ze voor een warme overdracht. Ook ouders die niet regelmatig op het koffie-uurtje komen, weten de begeleiders van Meet the Parents te bereiken als er sprake is van "iets heftigs". De uitstraling en de professionele inbedding van de begeleiders zorgen ervoor dat ouders weten dat ze terecht kunnen met vragen en zorgen.

2.5 Betekenis van Meet the Parents en suggesties voor verbetering

2.5.1 Wat waarderen deelnemers het meest?

We hebben in de interviews met deelnemers geprobeerd de betekenis van Meet the Parents te kwantificeren, door de vrouwen een aantal stellingen voor te leggen en te vragen in hoeverre ze het met die stelling eens waren. In tabel 2.7 staan de stellingen in volgorde van de hoogste naar de laagste gemiddelde score. Uit de cijfers valt af te leiden dat ontmoeten en ontspannen de belangrijkste betekenisgevers van Meet the Parents zijn.

24

Tabel 2.7 Betekenis voor ouders van het meedoen met Meet the Parents (n=30)

Meedoen met Meet the Parents betekent voor mij...	Antwoordmogelijkheden:
	1 = niet mee eens 2 = een beetje mee eens 3 = mee eens 4 = helemaal mee eens
	Gemiddelde score (van hoog naar laag)
..dat ik andere vaders/moeders leer kennen	2.97
..dat ik leuke dingen kan doen met mijn kind(eren)	2.60
..dat ik mijn ervaringen kan delen met anderen	2.60
..dat ik iets kan betekenen voor anderen	2.37
..dat ik even kan ontspannen	2.33
..dat ik minder het gevoel heb er alleen voor te staan	2.17
..dat ik beter bekend raak in Almere Poort	2.13
..dat ik werk aan mijn gezondheid	1.97
..dat ik kan sporten met mijn kind(eren)	1.90
..dat ik tips krijg over financiën	1.73
..dat ik meer grip heb op mijn leven	1.70
..dat ik tips krijg over de opvoeding	1.53

2.5.2 Verbeterpunten

We vroegen de deelnemers ook wat Meet the Parents zou kunnen veranderen om het voor hen nog aantrekkelijker te maken. De suggesties die deelnemers deden, zijn ondergebracht in twee categorieën: 1) bereik/doelgroep en 2) inhoud.

Tabel 2.8 Verbeterpunten, verwoord door een aantal deelnemers

Bereik/doelgroep	Inhoud
- De locatie 'De Ruimte' is te ver. - De tijden zijn niet voor iedereen handig. Zo krijg je moeilijk de werkende en 'behoefte moeders' bij elkaar. Activiteiten in de avonduren. Meer variatie in tijden. - Voor werkende ouders zijn de ochtenden lastig. - De groep 'behoefte' is erg groot en doet weinig mee aan de positieve activiteiten (zoals sporten). Sluit niet goed aan bij mij (werkende moeder). - Meer aanbod en aandacht voor werkende moeders i.p.v. alleen de 'zielige moeders'. - Voor meer bekendheid zorgen in Almere Poort om meer mensen te bereiken.	- Activiteiten voor kleine kinderen. - Meer uitjes met kinderen. - Meer persoonlijke steun, duwtje in de rug - Vrouwen in hun kracht zetten, niet alleen maar <i>feelgood</i>. - Activiteiten buiten Almere. - Meer aandacht voor opvoedtips. - Zwemles of fietsles voor ouders. - De activiteiten overzichtelijk maken (niet in WhatsApp) in een lijst, zodat je kunt plannen.

In de antwoordcategorie bereik/doelgroep zien we dat enkele werkende ouders vinden dat zij minder goed worden bediend, doordat de tijden van de koffie-uurtjes niet aansluiten op hun werktijden. Een van de ouders, bij wie we hierop hebben doorgevraagd, vindt dat Meet the Parents zich te veel richt op ouders met problemen. Het imago en aanbod is te veel gericht op problemen. De ouders die keihard werken om de eindjes aan elkaar te knopen, tijdstress hebben, worden onvoldoende gezien, zegt zij daarover. Deze ouder zou het waarderen wanneer Meet the Parents zich zou inspannen de werkende alleenstaande ouder te bereiken en te onderzoeken wat deze ouders nodig hebben en hoe Meet the Parents iets voor hen kan betekenen. Niet alleen qua timing van een koffie-uurtje of ander ontmoetingsmoment, maar ook qua inhoud. Los van de vraag of deze ouder spreekt voor alle alleenstaande werkende ouders, raakt het punt dat zij maakt aan de doelgroep waarop Meet the Parents zich wil richten en hoe 'kwetsbaarheid' wordt gedefinieerd (zie reflectie 3.1.1).

25

De opmerking over de ligging van Sterrenschool De Ruimte wordt nog relevanter nu Almere Poort verder groeit. De begeleiders van Meet the Parents hebben weliswaar regelmatig deelnemers opgehaald, maar deze service is maar beperkt mogelijk. De mogelijke nieuwe aanwas van eenoudergezinnen die gaat wonen in de nieuwbouw en nieuw te bouwen buurten is vrijwel altijd verder verwijderd van De Ruimte dan waar de huidige deelnemers wonen. Lag De Ruimte aanvankelijk centraal in Almere Poort, door de verder uitbreiding komt ze steeds meer aan de rand te liggen. Voor ouders met beperkte vervoersmogelijkheden worden het koffie-uurtje en activiteiten moeilijker bereikbaar. Wat betreft de inhoud wil een aantal ouders meer aandacht, uitjes of activiteiten voor kinderen. Het is de vraag of Meet the Parents die zelf moet organiseren (professionals en/of deelnemers) of dat het bestaande aanbod in Almere Poort goed in kaart moet worden

gebracht en gecommuniceerd. Het laatste gebeurt in de WhatsAppgroep. Enkele vrouwen vinden dat Meet the Parents nog iets meer kan doen aan ondersteuning.

2.6 Inbedding in de wijk

Belangrijk aspect van Meet the Parents is de inbedding in de wijk. Zoals eerder besproken is van meet af aan ingezet op deze inbedding, om de kans op continuering na afloop van de projectsubsidie zo groot mogelijk te maken. Meet the Parents vraagt in zijn huidige vorm de volgende inzet:

- 0,2 – 0,3 fte begeleiding (met verbindende en 'empowerende' kwaliteiten)
 - Aandacht voor flexibele beschikbaarheid i.v.m. modereren van de WhatsAppgroep.
 - Verbinding met wijkteam, in verband met doorverwijzen (vice versa).
- Ontmoetingsruimte (huur + catering)
- Activiteitenbudget – geormerkt (aanbod bewegen, aanbod leefstijl, activiteiten en uitjes)

In deze paragraaf bespreken we de inbedding van Meet the Parents in de wijk, de plaats in het wijknetwerk en de vindplaatsen van nieuwe deelnemers. De in deze paragraaf gepresenteerde resultaten komen voort uit de interviews met betrokken professionals (periode juni – augustus 2019) en de informatie uit diverse bijeenkomsten.

26

2.6.1 Het wijkteam

De opbouwwerker die Meet the Parents coördineert is lid van het wijkteam. Daarmee is ook de verbinding gelegd met andere leden van het wijkteam. Wijkteammedewerkers kennen Meet the Parents en nemen een Meet the Parents foldertje mee als ze een keukentafelgesprek gaan doen met een alleenstaande ouder. Sinds het koffie-uurtje op woensdag ook openstaat voor niet eenoudergezinnen, letten de wijkteammedewerkers ook op andere personen en situaties waarin het koffie-uurtje van toepassing kunnen zijn, bijvoorbeeld voor mensen die sociaal geïsoleerd zijn. Het wijkteam promoot het koffie-uurtje op woensdag als ontmoetingsmoment.

Als ik een keukentafelgesprek heb over bijvoorbeeld dagbesteding of hulp in het huishouden en die persoon zegt ook meer mensen te willen leren kennen of eenzaam te zijn wijs ik ze op het koffie-uurtje. (Wmo-consulent wijkteam)

Op deze manier heeft Meet the Parents voor het wijkteam toegevoegde waarde. Een probleem dat aan de keukentafel wordt besproken, is soms ingebed in andere problemen, waaronder sociaal isolement. Door naar het Meet the Parents koffie-uurtje te verwijzen, kan dit worden doorbroken. Tegelijkertijd wordt de afstand tot het wijkteam klein gehouden.

De lijntjes zijn kort, zoals dat heet. Toen bleek dat een aantal nieuwe deelnemers taalles wilde volgen, regelde de opbouwwerker dat een week later iemand bij het koffie-uurtje aanschoof om de inschrijvingen op te nemen. Al eerder is genoemd dat het koffie-uurtje ook dient om in te schatten of iemand apart ondersteuning nodig heeft van een (collega)

wijkteammedewerker. Voordat iemand naar een collega wordt doorverwezen, wordt dit eerst overlegd met de betreffende ouder. Maar het is meer dan overleggen:

Meet the Parents is kneden, voorbereiden, informeren. Soms pak ik het zelf op, als wijkteammedewerker, omdat dat gewoon efficiënt is, soms zet ik het door aan een collega. Maar ik breng het ook in casuïstiekoverleg want ik vind het belangrijk dat mijn collega's ook meedenken. (Opbouwwerker, juli 2019)

Het werk voor het wijkteam en het werk voor Meet the Parents vullen elkaar naadloos aan. Dit komt mede doordat Meet the Parents een brugfunctie heeft naar het wijkteam. De opbouwwerker richt zich niet alleen op de groep als kerntaak, maar zet zich zo nodig ook in voor een specifieke persoon van Meet the Parents. Deze rollen (groep/individueel) wisselen elkaar bij Meet the Parents af: het ene moment praat de opbouwwerker met een ouder over haar persoonlijke situatie en het andere moment wordt besproken wat nodig is om een 'beauty middag' te organiseren. Verbinden is hier het sleutelwoord.

2.6.2 Wijknetwerk

Meet the Parents is inmiddels goed bekend in Almere Poort. In de zomer van 2018 en in het voorjaar van 2019 stond er een artikel in "Poortnieuws", het glossy huis-aan-huis-magazine voor bewoners en ondernemers van Almere Poort¹³. Deze artikelen dragen bij aan de algemene bekendheid van Meet the Parents bij bewoners.

27

Er zijn tussen Meet the Parents (en het wijkteam) doorverwijscontacten van JGZ (Jeugdgezondheidszorg), het Oranjehuis, het wijkpastoraat en basisscholen. De beoogde samenwerking met Humanitas (Gezin en Verlies, Homestart) is blijven steken in de oriëntatiefase.

De contacten met JGZ zijn goed te noemen. Een JGZ-medewerker doet mee aan het casuïstiekoverleg van het wijkteam. In dit overleg worden regelmatig eenoudergezinnen besproken (na toestemming). Casussen worden ingebracht door o.a. JGZ, het wijkteam en Meet the Parents. Als het gaat om ontmoeten en ontspannen, naast het werken aan problemen, is Meet the Parents de logische optie. Door JGZ ingebrachte ouders zijn vaak positief over Meet the Parents; ze vertellen de JGZ medewerker(s) wat ze er doen en meemaken.

¹³ <https://www.almerepoortnieuws.nl/>

In november 2018 organiseerde Meet the Parents een netwerkbijeenkomst voor wijkpartners rondom het thema eenoudergezinnen. Achter de schermen was Meet the Parents projectleider GGD-Flevoland de organiserende kracht achter deze bijeenkomsten. Het doel was: "Het versterken van de samenwerking in het (professionele) sociaal netwerk van Almere Poort om eenoudergezinnen te ondersteunen en de 'empoweren'." Professionals en vrijwilligers waren uitgenodigd waarvan er iets meer dan vijftien personen ook daadwerkelijk kwamen. De wethouder Jeugd, Onderwijs, Ouderen en Gezondheid opende de bijeenkomst. Ervaringsdeskundige ouder Satcha Maduro¹⁴ vertelde over haar worsteling met eenouderschap en schulden. De aanwezige organisaties werden door middel van een 'slide show' geïntroduceerd en aansluitend werden er twee rondes speeddaten gehouden.

De evaluatieformulieren werden door tien personen ingevuld. De bijeenkomst werd goed of zeer goed beoordeeld. Gewaardeerd werd de inbreng van de ervaringsdeskundige, de mogelijkheid nieuwe contacten te leggen en de verschillende perspectieven die werden belicht. Verbeterpunten waren: netwerk had nog gevarieerder gekund (relatief veel deelnemers van De Schoor), nadruk had nog meer op uitwisseling kunnen liggen en minder op 'zenden'. Een aantal organisaties gaf aan nu Meet the Parents beter op het netvlies te hebben en de 'eigen' deelnemers te gaan enthousiasmeren of doorverwijzen naar Meet the Parents. Er werd gesuggereerd dat Meet the Parents exclusiviteit voor eenoudergezinnen zou mogen loslaten om integratie en participatie te bevorderen. Ander tip was om meer sociale media in te zetten om het wijknetwerk te versterken. Ook werd gevraagd om een sociale kaart.

De netwerkbijeenkomst van 2018 beviel goed en daarom is in 2019 een 2^e editie georganiseerd. De doelstelling is geconcretiseerd naar: inventarisering van activiteiten waarin netwerkpartners elkaar kunnen aanvullen en versterken ter ondersteuning van eenoudergezinnen. Het aantal deelnemers bedroeg vijftien personen van twaalf verschillende organisaties. Deze keer werd er minder plenair gedaan en meer tijd genomen om netwerkpartners met elkaar te laten spreken (inventariseren activiteiten). Verder is er met enig ceremonieel een intentieverklaring getekend waarin wordt uitgesproken te investeren om beter 'in beeld' te zijn bij elkaar en bij de doelgroep (zie afbeelding hierboven).

Intentieverklaring Netwerkbijeenkomst 2019



8

¹⁴ <https://www.satcha.nl/satchas-verhaal/>

2.6.3 Vindplaatsen

Meet the Parents wordt gevonden door medewerkers van JGZ en medewerkers (collega's) van het wijkteam. De netwerkbijeenkomsten laten zien dat Meet the Parents een brede bekendheid heeft in het wijknetwerk en dat er de intentie is om samen te werken op 'eenouder-issues'. Een partij die niet is gezien bij de netwerkbijeenkomsten zijn de basisscholen. Deze vormen volgens een geïnterviewde wijkteammedewerker een belangrijke vindplaats voor eenoudergezinnen. Het gaat dan zowel om eenoudergezinnen die het moeilijk hebben en via de Intern Begeleiders worden verwezen, als om ouders die dagelijks veel stress ervaren maar nog wel het hoofd boven water kunnen houden (via de leraren en ouderavonden). Wel wordt via Het Jonge Kind Overleg, waar ook interne begeleiders van de scholen aanwezig zijn en andere organisaties die zich bezighouden met jonge kinderen, een paar keer per jaar info en een update gegeven over Meet the Parents (door opbouwwerker).

3 Conclusies

In de projectorganisatie wordt de opvatting breed gedeeld dat Meet the Parents belangrijk is voor de deelnemende ouders, en een waardevolle aanvulling is op het huidige aanbod van het wijkteam in Almere Poort. We hebben in deze rapportage geprobeerd om de kern van Meet the Parents goed weer te geven en de voorwaarden te benoemen waarmee het op een goede manier kan worden uitgevoerd. Met deze procesevaluatie verkregen we inzicht in het verloop en de opbrengsten van het project Meet the Parents in de periode september 2018 t/m augustus 2019. In die periode zien we de uitwerking van het veranderde aanbod van activiteiten (het sportaanbod, aanbod gezonde leefstijl, uitbreiding van het koffie-uurtje naar de woensdag). In dit hoofdstuk gaan we in op de opbrengsten, de succesfactoren en de knelpunten, en de lessen die we uit het project kunnen trekken.

3.1 Doel en opzet van Meet the Parents

Het motto van Meet the Parents is: ontmoeten, ontspannen en ondersteunen. Dit is de basis voor het organiseren van contactmomenten (koffie-uurtjes) en activiteiten voor met name alleenstaande ouders, gericht op ontspannen, bewegen en gezond eten. Zo wil Meet the Parents bijdragen aan het verbeteren van de gezondheid van deze doelgroep. De verwachting is dat ouders via ontmoeting en deelname aan activiteiten een groter netwerk krijgen en relevante informatie over allerlei zaken waar ze in hun leven tegenaan lopen. Dit vergroot de ruimte in het leven van deze ouders om (samen) op een positieve manier bezig te zijn met een gezonde levensstijl. Ondersteuning is soms nodig, omdat er concrete zorgen en problemen zijn die je als alleenstaande ouder niet gemakkelijk zelf oplost. Of de gezondheid van deelnemers aan Meet the Parents daadwerkelijk is verbeterd kunnen we op basis van dit rapport niet vaststellen, maar we weten wel wat het bereik is van de diverse activiteiten en hoe de deelnemers de activiteiten ervaren. Hieronder geven we in vogelvlucht weer hoe Meet the Parents wordt uitgevoerd, wat het activiteitenaanbod is en wie de deelnemers zijn.

30

Meet the Parents wordt gerund door de opbouwwerker van het wijkteam in Almere Poort en wordt bijgestaan door een activiteitenbegeleider. Wekelijks worden er twee ontmoetingsmomenten georganiseerd: de koffie-uurtjes. Ook als ouders hier niet meer komen, kunnen ze door de WhatsAppgroep betrokken blijven bij Meet the Parents. Hierin geven de begeleiders o.a. tips over activiteiten in de wijk. De WhatsAppgroep wordt door de deelnemers ook gebruikt voor het onderling uitwisselen van tips en spullen. In maart 2018 had de WhatsAppgroep ongeveer 70 leden. Aan het eind van de evaluatieperiode namen ruim 100 ouders deel aan de WhatsAppgroep. Samen met de ouders worden ook activiteiten georganiseerd rondom Moederdag, Sinterklaas en de feestdagen. Voor de werving van nieuwe deelnemers werden aanvankelijk uitjes georganiseerd (Efteling, Oud Valkeveen, Nemo), maar deze hebben aan belang ingeboet, dat wil zeggen dat Meet the Parents voldoende naamsbekendheid heeft gekregen. Dit gebeurt via diverse kanalen, zoals flyers en informatie in de huis-aan-huisbladen.

Een deelnemer is met financiële steun van Meet the Parents opgeleid tot bootcamptrainer en biedt dit nu (ook) aan Meet the Parents deelnemers aan. Een andere alleenstaande ouder heeft als ondernemer haar leefstijlcoaching opengesteld voor Meet the Parents deelnemers. Dankzij Meet the Parents kunnen ouders tegen een gereduceerd tarief deelnemen. De maandelijkse kookworkshop “Lekker en Gezond” wordt samen met ouders uitgevoerd door de leefstijlcoach.

3.2 Bereik en doelgroep

In deze paragraaf gaan we in op het bereik bij specifieke doelgroepen van de verschillende activiteiten van Meet the Parents. Wat zijn succesfactoren? Wat zijn knelpunten?

3.2.1 *Merendeel deelnemers kan wel wat steun gebruiken*

In de praktijk blijken het vooral de ouders met vragen te zijn die het koffie-uurtje bezoeken. De meerderheid van de deelnemers zit financieel krap. Een belangrijke verklaring hiervoor is dat de meeste deelnemers via het wijkteam bij Meet the Parents komen. Het bereik past daarmee in de doelstelling om Meet the Parents te richten op eenoudergezinnen die wel wat steun kunnen gebruiken. Uitzondering is een aantal werkende ouders, die deelnemen aan de wekelijkse bootcamp op woensdagochtend. Dat hiermee ook een aantal meer zelfredzame en veerkrachtige vrouwen regelmatig meedoet, ondersteunt en verrijkt het project. Zij spelen soms een rol in de organisatie van activiteiten.

31

Mannen worden weinig bereikt door Meet the Parents. Enerzijds omdat zij vaker ‘weekendpapa’ zijn dan ‘co-ouder’, anderzijds omdat het aanbod inhoudelijk meer past bij hoe vrouwen met problemen en met elkaar willen omgaan. Het op dezelfde manier investeren in alleenstaande vaders ligt daarom vooralsnog niet voor de hand.

Door de keuze van de tijdstippen waarop het koffie-uurtje en andere activiteiten van Meet the Parents plaatsvinden, vindt een selectie plaats naar vrouwen die niet werken. Ondanks dat een extra koffie-uurtje op woensdag is geïntroduceerd, omdat veel vrouwen op woensdag niet werken, wordt dit uurtje relatief weinig bezocht door werkende vrouwen. Uit de deelnemerssurvey leren we dat een aantal werkende ouders zich minder gezien en erkend voelt door Meet the Parents. Deze ouders weten vooral de georganiseerde uitjes (en de bootcamp) te vinden. De verklaring hiervoor zit deels in de timing en deels in het feit dat door en tijdens deze uitjes zij zich wel erkend en ‘ontzorgd’ voelen. In hun drukke bestaan tussen werk en kind(eren) is een volledig verzorgd uitje een verademing. Tegelijkertijd is het aantal uitjes afgenomen. De ervaring van de opbouwwerker is echter dat ook werkende vrouwen die zich weinig laten zien Meet the Parents weten te vinden als de nood hoog is.

3.2.2 *Verbreiding doelgroep*

Meet the Parents heeft een aantal activiteiten opengesteld voor meeroudergezinnen en andere mensen die via het wijkteam worden verwezen. Deze verbreding begon met het koffie-uurtje op woensdagochtend en bleek vrij snel een succes, zowel qua deelnemersaantallen als dynamiek. Plotseling konden eenoudergezinnen aan de nieuwkomers (bij Meet the Parents en vaak ook in Almere Poort) hun kennis en kwaliteiten

laten zien. Deze gemengde benadering past in het sociale beleid van de gemeente Almere¹⁵ dat niet met zoveel woorden op eenoudergezinnen is gericht, maar op een “sterk en inclusief stadsleven” waarin “ontmoeten” en “gezondheid” belangrijke elementen zijn.



32

3.3 Gezondheid, leefstijl en opvoeding

Deze paragraaf bespreekt wat Meet the Parents voor de gezondheid van deelnemers betekent.

3.3.1 Gezondheid

Eén van de opvallende ontwikkelingen in het jaar waarop deze evaluatie betrekking heeft, is dat gezondheid bij Meet the Parents opnieuw op de kaart staat. In 2017 werd het doel om de gezondheid van deelnemers te verbeteren enigszins geforceerd nagestreefd. Dit was een van de redenen waarom het project wat moeizaam van de grond kwam. Naar aanleiding van de genoemde ‘Versnellingssessie’ in het voorjaar van 2017 (Duivenvoorden en Heemskerk, 2017) is de focus op gezondheid losgelaten, ten gunste van meer aandacht voor ‘leuke’ activiteiten en het ontwikkelen van het (informele) netwerk. Gezondheid is integraal onderdeel van wat Meet the Parents doet, zonder dat het per se over gezondheid gaat. De aandacht voor sport en bewegen en het aanbod leefstijlcoaching hebben een zeer duidelijke gezondheidscomponent. En toch is ‘aandacht voor gezondheid’ niet wat Meet the Parents definieert. Het zijn activiteiten die Meet the Parents toegankelijk maakt en voor de deelnemers ook aantrekkelijk maakt, maar de kern blijft ontmoeten, ontspannen en ondersteunen.

Zo staat gezondheid en gezonde leefstijl goed op de kaart bij Meet the Parents. Hoewel beide activiteiten ook open staan voor niet-Meet the Parents deelnemers, staan ze bekend

¹⁵ Anticiperen op wat nodig is. Beleidskader sociaal domein 2019-2022 (p.7).

als Meet the Parents activiteiten en ze worden uitgevoerd door Meet the Parents ouders. Het lijkt erop dat het *labelen* van deze activiteiten als activiteiten van Meet the Parents de drempel verlaagt voor eenoudergezinnen. Bovendien, en niet onbelangrijk, slaagt Meet the Parents erin eventuele deelnamekosten te onderhandelen tot een gereduceerd tarief. De deelnamekosten worden betaald uit het Meet the Parents activiteitenbudget. Deelnemers betalen zelf een kleine (symbolische) bijdrage. Deze constructie werkt: concreet doordat ouders kunnen deelnemen, en communicatief doordat het Meet the Parents een gezond imago geeft onder (potentiele) deelnemers. Ook geven deze activiteiten Meet the Parents meer 'body' dan wanneer er alleen een koffie-uurtje zou zijn.

3.3.2 Opvoeding

Opmerkelijk is de discrepantie tussen wat ouders zeggen over 'opvoedingstips' en wat de begeleiders erover zeggen. Ouders zeggen dat het onderwerp niet of weinig aan de orde komt (bij koffie-uurtje en in WhatsAppgroep). De begeleiders zeggen dat het wel vaak aan de orde is, maar dat het niet als zodanig opvalt. Dat komt door de informele manier waarop zij opvoedproblemen bespreken. Dit is een subtiele manier om ouders te ondersteunen. Tegelijkertijd is er kennelijk bij een aantal ouders behoefte om meer expliciet opvoeding bij Meet the Parents te agenderen.

33

3.4 Betekenis van Meet the Parents voor ouders

Het motto 'Ontmoeten, ontspannen en ondersteunen' is een samenvatting van wat Meet the Parents voor veel deelnemers betekent. Waarbij het accent voor de ene ouder meer ligt op ontmoeten en bij de ander op ondersteunen. Deze functies zijn vooral van belang voor ouders die op meerdere leefgebieden problemen ervaren. Voor hen is het fijn ervaringen te delen, zich ondersteund en aangemoedigd te weten door de begeleiders en hun netwerk in de wijk te vergroten.

Ouders die meedoen met de leefstijlcoaching en gebruik maken van het sportaanbod zijn daarover zeer tevreden. Ze krijgen zo toegang tot iets dat ze normaal gesproken niet zouden kunnen betalen. En de scriptie van de activiteitenbegeleider laat zien dat geïnterviewde deelnemers aangeven dat hun ervaren gezondheid toeneemt en dat ze een gezonde(re) leefstijl overbrengen op hun kinderen. Voor hen is Meet the Parents belangrijk.

De ouders waarderen vooral het ontmoetingskarakter van Meet the Parents. Meet the Parents biedt deelnemers gelegenheid een (informeel) netwerk op te bouwen in de wijk. Het ontbreken van een (informeel) netwerk was een van de hoofdredenen om eenoudergezinnen in Almere Poort als kwetsbaar te benoemen (Barendregt, Wits. & Van de Mheen, 2016). De keuze om sterk in te zetten op ontmoeting en ontspanning is een belangrijke strategische keuze geweest. De koffie-uurtjes en de gezamenlijke activiteiten trekken deelnemers aan en markeren het ontmoetings- en ontspanningskarakter. Langs deze lijnen lukt het om eenoudergezinnen te bereiken. De inhoud van de ontmoetingen en de gesprekken is vaak serieus. De inhoud van het extra aanbod is meer expliciet op gezondheid en gezonde leefstijl gericht. Het werkt als de sandwichformule: serieuze zaken luchtig verpakken.

Het aantal georganiseerde uitjes is zoals gezegd afgenomen. Meet the Parents heeft voldoende bekendheid in Almere Poort waardoor dergelijke 'lokkertjes' minder nodig zijn. Bovendien is het relatief duur (vervoer, entree, personeelskosten) en weinig participatief. Bij activiteiten zoals Sinterklaas, de herfstparty of *fotoshoot* kunnen ouders worden betrokken in de organisatie en uitvoering, waardoor ze meer passend zijn in een activerende opvatting van welzijnswerk. De keerzijde is dat een aantal hardwerkende ouders, die met veel moeite alle ballen hooghouden, zich minder gezien voelt door Meet the Parents. Voor hen zijn de uitjes juist de erkenning voor hun dagelijkse stress om aan alle verplichtingen en verwachtingen te voldoen.

3.5 Inbedding in de wijk

Tweemaal organiseerde Meet the Parents een netwerkbijeenkomst voor wijkpartners die (ook) te maken hebben met alleenstaande ouders. De opkomst was bij beide bijeenkomsten goed. Dit laat zien dat Meet the Parents goed bekend is en wordt gevonden door de partners in het bredere wijknetwerk. De netwerkkpartners hebben de intentie uitgesproken elkaar waar nodig en waar mogelijk op te zoeken rondom eenoudergezinnen.

Meet the Parents vormt een aanvulling op en invulling van het werk van het wijkteam en welzijnsorganisatie de Schoor. Dankzij Meet the Parents is het mogelijk om eenoudergezinnen en geïsoleerde meeroudergezinnen een plek te bieden waar zij elkaar ontmoeten en ontspannen en tegelijkertijd korte lijntjes houden met ondersteunende kracht van het wijkteam. Hierbij valt vooral het ontmoeten en ontspannen op als meerwaarde naast meer specialistische ondersteuning door de wijkpartners. In het domein van ontmoeten en ontspannen heeft Meet the Parents ook een ondersteunende functie (aanmoedigen, empoweren, doorverwijzen).

Als het gaat om borging van Meet the Parents zonder subsidie van FNO, is het noodzakelijk dat er een activiteitenbudget beschikbaar blijft, om een aanbod georiënteerd op gezonde leefstijl te kunnen blijven aanbieden. Na afloop van de FNO-financiering putten de begeleiders hiervoor uit de reguliere potjes voor sport en armoede. Alleen ouders met een laag inkomen komen hiervoor in aanmerking.

De gemeente Almere neemt de *lessons learned* en de succesfactoren van Meet the Parents mee in de ontwikkeling van de wijkteams en jeugd en gezinsteams. In 2020 vindt de doorontwikkeling van deze teams plaats.

4 Reflectie

4.1 Welke doelgroep bedienen?

In de doorontwikkeling van Meet the Parents ligt er onder meer de vraag of en hoe Meet the Parents moet investeren in het binden van werkende ouders. Zij hebben behoefte aan (dag)uitjes, maar die zijn relatief kostbaar. Zijn deze ouders 'kwetsbaar genoeg' om de tijd, geld en energie die erin gestoken wordt te legitimeren? Een argument vóór is dat ze weldegelijk kwetsbaar zijn, zeker wanneer ze in laagbetaalde of in omvang kleine functies werken. Een tegenslag kan het evenwicht verstoren en flinke consequenties hebben (werk, financieel, voor de kinderen). Als er zich zoiets voordoet of dreigt voor te doen, lijkt het dat deze ouders Meet the Parents of het wijkteam wel weten te vinden. Maar eigenlijk weten we nog onvoldoende van deze ouders en hun noden en behoeften om daar een gefundeerde uitspraak over te kunnen doen. Een suggestie zou zijn om een uitje of activiteit (misschien exclusief gericht op werkende alleenstaande ouders) te gebruiken om dit te inventariseren.

De naam Meet the Parents hoeft niet alleen te slaan op onderlinge ontmoeting, maar kan ook breder worden opgevat, zoals ontmoetingen met meeroudergezinnen en wijkpartners. Niettemin lijkt het verstandig niet de link met eenoudergezinnen te verliezen: dit vormt de kern van Meet the Parents. Juist in die groep is ook de behoefte aan ontmoeting, ontspanning en ondersteuning. Het is daarom goed om niet alle Meet the Parents activiteiten voor een bredere doelgroep open te stellen, maar voldoende activiteiten hun eigenheid en identiteit (ontmoeten en ontspannen voor eenoudergezinnen) te laten behouden.

35



4.2 Borgen

Omdat eind 2019 de externe financiering van Meet the Parents ten einde komt, wordt de vraag hoe de activiteiten van Meet the Parents kunnen worden geborgd steeds urgenter. Er is bij de betrokken lokale partners (De Schoor, GGD, gemeente en wijkteam) een breed gevoelde intentie om Meet the Parents voort te zetten. Het voegt iets toe aan het bestaande werk van het wijkteam en welzijnswerk van De Schoor. Zeker is dat het koffie-uurtje in 2020 blijft bestaan. Hoe zal de behoefte aan het aanbod van Meet the Parents zich ontwikkelen?

De werkwijze van Meet the Parents en de geleerde lessen zijn overdraagbaar gemaakt door ze te vatten in een handboek. De beschreven aanpak in het handboek kan daarmee onderdeel worden van de werkwijze van bijvoorbeeld een andere welzijnsorganisatie, of van interventies van andere partijen gericht op kwetsbare eenouders. Hiervoor is een implementatieplan van Meet the Parents voor andere wijken noodzakelijk.

4.2.1 Almere-Poort groeit

Begin 2015 woonden er in Almere Poort bijna 10.000 mensen. Bij de meest recente telling (1 september 2019) zijn dat er 14.998. Met de instroom van nieuwe bewoners komen er ook nieuwe eenoudergezinnen het stadsdeel in en ontstaan er ook meer eenoudergezinnen. Per 1 januari 2018¹⁶ kende Almere Poort 11% eenoudergezinnen, het hoogste percentage van alle stadsdelen in Almere. Deze demografische ontwikkelingen lijken de noodzaak van extra aandacht voor eenoudergezinnen te rechtvaardigen.

36

Bij aanvang van Meet the Parents lag de Sterrenschool, de ontmoetingsplek voor de koffie-uurtjes, nog enigszins centraal. Met de uitbreiding van buurten komt deze locatie steeds meer aan de rand van Almere-Poort te liggen. Het is goed dat Meet the Parents zich afvraagt of een meer centraal gelegen locatie wenselijk is of dat een tweede locatie nodig is om ook geografisch laagdrempelig te blijven.

4.2.2 Meet the Parents groeit

Door samenwerking met wijkpartners, voortgaande publiciteit en het nog beter benutten van vindplaatsen kan Meet the Parents groeien. Als Almere Poort groeit, en Meet the Parents groeit mee, dan komt de vraag aan de orde: hoe groot kan Meet the Parent zijn om nog effectief te zijn? De dynamiek van het koffie-uurtje vraagt dat één persoon een groep van maximaal tien tot twaalf mensen kan modereren, maar ook met deze aantallen is het moeilijk om op informele wijze verdieping in de gesprekken aan te brengen. Een tweede gespreksbegeleider heeft bij acht deelnemers of meer daarom de voorkeur.

Meet the Parents heeft dankzij externe financiering kunnen zoeken naar een geschikte vorm om eenoudergezinnen te bereiken. Het leverde de noodzakelijk focus, waardoor gedurende een paar jaar eenoudergezinnen in beeld konden blijven en een aanbod kon worden ontwikkeld. Het opzetten van een vergelijkbare aanpak in een andere wijk zal niet gemakkelijk zijn zonder extra financiering of tenminste commitment op managementniveau. Cruciaal onderdeel van dit project was 'de startfoto' (Barendregt, Wits, Van de Mheen,

¹⁶ <https://www.almere.nl/over-almere/feiten-en-cijfers/sociale-atlas-almere/> (geraadpleegd 26-9-2019).

2016). Dit vooronderzoek legde niet alleen een kennisbasis, maar vormde ook het startpunt van het netwerk van ouders en professionals dat Meet the Parents is geworden. In een andere wijk met een andere geschiedenis, andere bewoners en een ander voorzieningenaanbod spelen misschien vergelijkbare problemen, maar zullen accenten verschillen. Daarom is een vooronderzoek nodig om de juiste insteek te vinden en de juiste mensen te verzamelen, om zo een goede start te maken.

5 Referenties

Barendregt, C. & Lucas, P. (2018). Nieuwe wegen naar een gezond leven in Almere-Poort Tussenrapportage procesevaluatie Meet the Parents September 2017 – mei 2018. Den Haag: IVO. <https://ivo.nl/publicaties/nieuwe-wegen-naar-een-gezond-leven-in-almere-poort/>

Barendregt, C., Wits, E. & Van de Mheen, D (2016). De Poort open voor een gezonde wijk Een startfoto van eenoudergezinnen in Almere Poort. Rotterdam: IVO. <https://ivo.nl/wp-content/uploads/2018/01/2016-01-Startfoto-Almere-Poort.pdf>

Beenackers, M., Nusselder, W., Oude Groeniger, J., & Van Lenthe, F. (2015). Het terugdringen van gezondheidsachterstanden: een systematisch overzicht van kansrijke en effectieve interventies. Rotterdam: Erasmus MC.

Duivenvoorden, A. & Heemskerk, J. (2017). Uitkomsten versnellingssessie Nieuwe wegen naar gezond leven in Almere Poort. Den Haag: Platform31 (intern document).

Masomi, A. (2019). Meet the Parents. Een kwalitatief onderzoek naar de ervaringen van alleenstaande ouders met de interventies van Meet the Parents en de invloeden daarvan op hun kinderen (afstudeerscriptie Social Work). Almere: Hoge School Windesheim.

Projectgroep Meet the Parents (2016). Nieuwe wegen naar gezond leven in Almere Poort. Plan van aanpak fase 2, 1 juni 2016 - 31 december 2019. Rotterdam: IVO.