

# Ouders kunnen veel aan elkaar hebben

**Ouders Lokaal is een platform voor en door ouders in de gemeenten Stichtse Vecht en Ronde Venen. Het is een samenwerking met het CJG (Centrum voor Jeugd en Gezin), met als doel dat ouders elkaar ontmoeten, met elkaar praten over opvoeding, hun ervaringen delen en van elkaar leren.**

Esther Smid

**BREUKELEN** - Ouders Lokaal is afgelopen najaar gestart met verschillende activiteiten voor en door ouders van kinderen tot 18 jaar. Angélique Davis is projectcoördinator van Ouders Lokaal en heeft het concept mede ontwikkeld. "Vanuit de gemeente kwam de wens om een omgeving te creëren waar ouders bij elkaar komen en elkaar ondersteunen in de opvoeding. We organiseren bijvoorbeeld Mama Lokaal, een wekelijkse ontmoeting voor zwangere vrouwen en moeders met jonge kinderen. Zij blijken behoefte te hebben aan contact met andere jonge moeders en herkennen zich in de verhalen over bijvoorbeeld de bevalling, (borst)voeding, huilbaby's of vaccinaties. Soms komt er een deskundige om iets te vertellen over een be-

paald thema; laatst hadden we een yogadocent voor een les yoga op schoot."

## Mama Lokaal

Hilde Spaan is een van de vijftien vrijwilligers van Ouders Lokaal; zij is coördinator van Mama Lokaal in Breukelen. In de oneven we-

## OUDERS LOKAAL IS EEN PLATFORM VOOR EN DOOR OUDERS

ken is er op woensdag van 10.00 tot 11.30 uur een gratis bijeenkomst van Mama Lokaal in Bibliotheek Breukelen. In de even weken gebeurt dat in Bibliotheek Maarssenbroek. "Ik open de bibliotheek, zet thee en koffie klaar en praat natuurlijk met de moeders die komen. Het is heel laagdrempelig en informeel, iedereen is welkom! Mijn dochter van 3 gaat graag mee want er zijn ook altijd andere kindjes. Een jonge moeder die als vluchteling naar Nederland is gekomen, probeert bij Mama Lokaal andere vrouwen te leren kennen. Een andere moeder helpt haar nu met het invullen van formulieren. Dat vind ik mooi!"

Eens in de maand organiseert Ouders Lokaal een inspirerende workshop of lezing over een interessant thema zoals social media, communiceren met je pu-



Hilde Spaan, coördinator Mama Lokaal Breukelen met haar twee kinderen en Angélique Davis, projectcoördinator van Ouders Lokaal.

Foto Esther Smid

ber, seksualiteit of alcohol. Ouders krijgen tips en ideeën aangereikt en gaan aan het eind van de avond geïnspireerd naar huis. Angélique Davis heeft nog veel meer plannen. "We willen onder de naam School Lokaal ontmoetingsplekken voor ouders maken in de school. Ook willen we met

ouders activiteiten voor kinderen organiseren, zoals huttenbouwen. We roepen ouders op om vooral contact op te nemen wanneer ze een leuk idee hebben of ook een Mama Lokaal willen organiseren in hun dorp. Dan kijken we samen welke initiatieven we kunnen realiseren."

## Wijs Met Alcohol

Workshops Lokaal organiseert op woensdagavond 25 maart een inspirerende workshop voor ouders die willen dat hun (bijna) puber niet te vroeg met alcohol begint en er verstandig mee omgaat. Van 20 tot 22 uur is iedereen van harte welkom in de Bibliotheek in Maarssenbroek. Deelname is gratis na aanmelding via de website [www.ouderslokaal.nl](http://www.ouderslokaal.nl).