

## Totstandkoming van online zorg voor Eritrese zwangeren in coronatijd

*Met dank aan ZonMw konden wij in 2020 online CenteringZorg aanbieden aan vier groepen Eritrese zwangeren in verband met COVID-19. TNO maakte een verslag van de resultaten, dat we hier graag met jullie delen. Wij zijn trots op wat er in een korte periode is bereikt en mochten hiervoor zelfs de [Avicennaprijs 2020](#) in ontvangst nemen. Sinds 20 januari zijn we alweer een nieuwe groep gestart, in het vertrouwen dat het ons zal gaan lukken om hier financiering voor te vinden.*

De ZonMw-commissie kende ons subsidie toe, omdat zij overtuigd is van de impact en urgentie van dit project. Zij vond het vooral positief dat er mét in plaats van over de doelgroep van Eritrese zwangere vrouwen en moeders wordt gesproken.

De commissie adviseerde ons om een ervaringsdeskundige Eritrese vrouw toe te voegen aan de projectgroep, ook om te kunnen ondersteunen in het bereiken van de doelgroep. Blijkbaar was het in onze aanvraag niet meteen duidelijk, dat dit project samen met Amy Welde Selase is opgezet. Amy, die Eritrese en moeder is, is tolk en begeleidt de online Centering-groepen samen met de verloskundige.

### **Reactie ZonMw op eindrapportage**

“We hebben het verslag met interesse gelezen en zijn van mening dat u een goede invulling heeft gegeven aan de projectdoelstellingen. Het is mooi om te zien dat de CenteringPregnancy-methode (en het op deze wijze organiseren voor de doelgroep) van meerwaarde is voor de Eritrese zwangere vrouwen, zowel voor de informatie aangaande de zwangerschap en bevalling als de informatie over COVID-19. De vrouwen vinden steun bij elkaar en bij verloskundigen. Dit is een zeer mooi resultaat, in korte tijd en met een bescheiden budget.”

### **Wie namen er deel?**

44 vrouwen namen trouw deel aan de vijf groepsbijeenkomsten. De helft van hen woont in Amsterdam. De andere helft is afkomstig uit alle delen van Nederland: onder meer Leeuwarden, Haarlem/Bloemendaal, Almere, Delft/Den Haag. Enkele vrouwen woonden in een COA-locatie. Er waren ook uitgeprocedeerde asielzoekers bij.

### **De ervaringen van deelnemers**

De zwangeren waren erg tevreden met de online groepen, de verloskundige zorg en het programma. Bij de laatste bijeenkomsten spreken ze hun dankbaarheid uit naar de begeleiders en zeggen ze dat ze het al hun landgenoten zeker aanraden.

### *Netwerkvorming*

De vrouwen geven aan dat de groep veilig voelt, omdat zij in hun eigen taal kunnen praten met andere Eritrese vrouwen ‘die niks gek vinden’.

De bijeenkomsten leidden tot verbondenheid onder de deelnemende vrouwen, wat was af te leiden uit de actieve groepsapp. De vrouwen delen onderling hun bevalervaringen, foto's

van hun baby's, en nodigen elkaar uit voor toekomstige doopfeesten. Een Eritrese vrouw in Limburg dacht de enige Eritreeër in haar omgeving te zijn, tot ze tot haar verbazing en vreugde online een andere Eritrese Limburgse ontmoette.

#### *Kennistoename*

Alle vrouwen geven aan, dat alle informatie nieuw was en alle onderwerpen belangrijk waren. Aangezien er weinig tot geen voorkennis is, werden alle behandelde thema's zinvol gevonden. In het bijzonder geven vrouwen aan dat zij door het volgen van deze Centering-groep:

- Zich beter voorbereid voelen op de bevalling;
- Zich beter in staat voelen om de verloskundige te bellen;
- Meer inzicht hebben gekregen in (spoed)belinstructie
- Beter begrijpen wat het betekent om zwanger te zijn in Nederland, wat wel en niet mag in Nederland, waar het consultatiebureau voor is, waar je met welke klachten terecht kunt.

#### **Citaten van deelnemers**

*“De zorg in Nederland is goed geregeld en ik voel me niet eenzaam omdat de verloskundige van de groepsbijeenkomsten mij goed begeleidt, zij is echt net een moeder voor mij. Ik mis de groep, de bijeenkomsten waren heel gezellig”.*

*“Door de groepsbijeenkomsten heb ik meer kennis gekregen en dat helpt mij om minder onzeker te zijn. Ik weet nu ook wanneer ik de spoedlijn moet bellen”.*

*“Sinds de bijeenkomsten durf ik meer te vragen, dit viel mijn verloskundige ook op. Ik heb alle voorbereidingen gedaan en door de bijeenkomst wist ik wat ik in huis moest halen. Ik weet nu dat ik een keuze heb en dat ik het voor het zeggen heb. Ik ben nu ook goed voorbereid voor de bevalling. Ik vond het altijd heel gezellig en kon niet wachten totdat ik de groep weer zou zien.”*

#### **Voorlichtingsfilmpje voor Eritrese zwangeren over COVID-19**

In samenwerking met TNO maakten we een [eenvoudig voorlichtingsfilmpje in Tigrinya](#), gebaseerd op informatie van RIVM en Pharos. We deelden deze film via social media en via [www.centeringzorg.nl](http://www.centeringzorg.nl)

In de whatsapp-groepen met de zwangeren die Online Centering volgden, vroegen wij om feedback. Hierop hebben 10 zwangeren gereageerd.

- 1) Heb je iets geleerd van de film dat je nog niet wist? Alle zwangeren noemen iets dat ze geleerd hebben:
  - Dat je borstvoeding mag geven als je besmet bent met COVID-19 (2x)
  - Dat de baby niet besmet kan worden in de buik
  - Waar je om hulp kunt vragen in Tigrinya, bijvoorbeeld bij de helpdesk voor statushouders (2x)

- Dat je dezelfde weerstand voor COVID-19 hebt als niet-zwangeren
  - Dat de verloskundige in de kraamtijd komt als dat nodig is
  - Dat er meer klachten van COVID-19 zijn dan de zwangere dacht
  - Waarom je beter geen bezoek kunt krijgen als de kraamzorg er is
  - Dat elke verloskundige een eigen protocol kan hebben
- 2) Wat vond je het beste van de film?
- Dat het filmpje duidelijk en goed is (2x)
  - Dat het de informatie geeft waar je naartoe moet bellen als je getest wil worden
  - Dat het in hun eigen taal is (2x)
  - Dat het bevestiging geeft en betrouwbare informatie
  - Dat het veel informatie geeft die zij nog niet wist (2x)
  - De rustige vrouwenstem
  - Dat het fijn is dat dit Eritrese zwangeren is gemaakt
- 3) Wat vond je het slechtste van de film?
- Niets (7x)
  - Dat informatie over vaccinaties miste
- Twee zwangeren benoemen dat ze liever een animatie wilden met bewegende beelden

### **Factsheet voor verloskundigen en andere verwijzers**

We ontwikkelden een factsheet en deelden deze via netwerken van verloskundigen voor feedback. We ontvingen hierop 7 reacties. De inhoud van de factsheet wordt door de doelgroep gewaardeerd en motiveert hen om Eritrese zwangeren aan te maken voor online CenteringZorg. De komende periode gaan we dit [factsheet](#) aanscherpen.

### **Succesfactoren**

1. Online werkt laagdrempelig: vrouwen met kinderen kunnen ook makkelijk meedoen omdat zij geen opvang hoeven te regelen. Vrouwen geven aan dat ook wanneer er bezoek is, je gewoon mee kunt doen door in een andere kamer te gaan zitten. Verder wordt benoemd dat het prettig is dat je niet hoeft te reizen, qua reistijd en kosten.
2. De begeleiders hebben zich goed verdiept in de Eritrese cultuur: door Amy's kennis van de Eritrese cultuur kunnen de begeleiders goed aansluiten bij het kennisniveau en de gebruiken van de deelnemende vrouwen. De zwangeren geven dit soms ook aan: "haha, je weet echt hoe wij denken". Vrouwen reageren positief op typisch Eritrese dingen die de begeleiders inbrengen, dit wekt vertrouwen: de begeleiders nemen hen serieus en hebben zich in Eritrese zwangeren verdiept.
3. De Centering-gespreksmethodiek: door op de 'Centering manier' onderwerpen te bespreken worden vrouwen actief betrokken en wordt aangesloten op hun behoeften. Ook beklijft de kennis beter volgens de begeleiders.

4. Alleen Eritrese vrouwen: dikwijls werd door zwangeren aangegeven hoe fijn het is om “onder elkaar te zijn”, “met onze eigen landgenoten”. Dit geeft vrouwen de veiligheid die zij nodig hebben vragen te stellen en gevoelige thema’s te delen.
5. Actieve begeleiding en voorbereiding van een Eritrese sleutelpersoon (Amy Welde Selase). Amy kon de Eritrese vrouwen na aanmelding door de verloskundige actief telefonisch benaderen, uitleggen hoe alles -technisch- werkt. Zij kon hen nabellen indien ze toch niet aanwezig waren en hen motiveren om deel te nemen.
6. Samenwerking met professionals uit de praktijk (verloskundigen), waardoor de ontwikkelde materialen goed aansluiten bij de praktische uitvoering van zorg voor Eritrese zwangeren.
7. Bekendheid van het aanbod voor Eritrese zwangeren bij verloskundigen in het hele land, waardoor de groepen makkelijker vol te krijgen waren dan als dit alleen vanuit één gemeente beschikbaar zou zijn.

### **Belemmeringen en knelpunten**

1. Vijf bijeenkomsten zijn nog steeds te weinig om alle belangrijkste thema’s aan bod te laten komen;
2. Vrouwen geven aan dat het jammer is dat de bijeenkomsten stoppen en zouden graag doorgaan met de groep, ook na de zwangerschap.
3. Zoomuitleg heeft meer tijd nodig dan gedacht: eigenlijk is de eerste bijeenkomst er vooral om aan zoom te wennen.
4. Veranderende COVID-19 adviezen, waardoor het niet houdbaar was om een film te maken met specifieke maatregelen, omdat deze gedurende het project veranderden. Nu is de inhoud van de film algemener en wordt Eritrese zwangeren geadviseerd om aan hun verloskundige te vragen wat de actuele maatregelen zijn rondom de bevalling in verband met corona.
5. Een knelpunt voor de toekomstige uitvoering van Online Centering voor Eritrese Zwangeren is de financiering. Er is geen structurele financiering van deze vorm van voorlichting, terwijl er naar waarschijnlijkheid veel winst te behalen is met groepszorg in eigen taal en cultuur.

### **Conclusies**

- Het blijkt haalbaar om Online CenteringZorg uit te voeren met Eritrese zwangeren. Door intensieve begeleiding van de tolk en groepsbegeleider konden de vrouwen geïnstrueerd worden om Zoom (applicatie voor beeldbellen) te gebruiken. Dit is uiteindelijk ook bij alle vrouwen gelukt. Gezien het succes van Online Centering en het landelijke bereik van deze vorm van zorg heeft de online variant ook na COVID-19 de voorkeur. De begeleiders van de Centering-groepen geven aan dat het mogelijk behulpzaam zou zijn om een deel (bijvoorbeeld de eerste en laatste bijeenkomst) wel ‘live’ te organiseren. Eritrese zwangeren deelden de wens om elkaar ook in het echt te ontmoeten.
- De ontwikkelde voorlichtingsfilm wordt door Eritrese vrouwen gewaardeerd.
- De factsheet wordt door verloskundigen gewaardeerd en motiveert hen om nieuwe deelnemers aan te melden.

### **Onze aanbevelingen voor RIVM en VWS**

- Op dit moment ontbreekt structurele financiering voor Online Centering voor Eritrese zwangeren, terwijl deze kwetsbare doelgroep hier wel behoefte aan heeft. Overweeg structurele financiering beschikbaar te maken.
- Ontwikkel cultuursensitieve (groeps)voorlichting rondom actuele onderwerpen in eigen taal voor kwetsbare doelgroepen. Waarschijnlijk hebben niet alleen Eritrese zwangeren deze behoefte en werkt deze vorm van zorg ook voor andere doelgroepen.

Vanuit de Centering-methodiek is het wenselijk om gemengde groepen te organiseren: voor de onderlinge uitwisseling en netwerkvorming. Alleen wanneer zwangeren niet meekomen in reguliere groepen raden wij aan om doelgroepspecifieke Centering-groepen te starten.

Voor Eritrese zwangeren sluiten de reguliere Centering-groepen doorgaans niet aan, omdat zij niet goed mee kunnen komen door onder andere de taalbarrière en opleidingsachterstand.

- Er is bij de Eritrese doelgroep behoefte aan voorlichting over andere actuele onderwerpen, zoals vaccinaties tegen COVID-19.

### **Meer informatie**

Voor meer informatie over het onderzoek van TNO kun je contact opnemen met Eline Vlasblom, [eline.vlasblom@tno.nl](mailto:eline.vlasblom@tno.nl)

Meer informatie over het project is te vinden op [Centeringzorg.nl](https://centeringzorg.nl) of [volg ons via LinkedIn](#)

Wil je een Eritrese zwangere aanmelden? Stuur een mail naar [CPERitrea@gmail.com](mailto:CPERitrea@gmail.com)



Stichting Centering Nederland  
Van Giffenstraat 6  
8601 EX Sneek  
[info@centeringzorg.nl](mailto:info@centeringzorg.nl)  
[www.centeringzorg.nl](http://www.centeringzorg.nl)