

# Online ondersteuning van Eritrese zwangeren in Nederland

drs. L. Jansma *Stichting Centering Nederland*

**Bekend is dat vrouwen met een niet-westerse migratieachtergrond vaker complicaties hebben in de zwangerschap en een aanzienlijk hoger risico lopen op perinatale sterfte. Dit geldt ook voor vrouwen uit Eritrea. Voor zorgverleners is het moeilijk om deze zwangeren goed te informeren en begeleiden door de taal- en cultuurbarrière. Daarom is er nu groepsgewijze online ondersteuning op basis van het Centering-model. Je kunt een Eritrese zwangere eenvoudig aanmelden voor deelname.**

Elke maand start er weer een nieuwe online Centering-groep voor Eritrese zwangeren. De vrouwen mogen kosteloos meedoen en iedereen is welkom. Het maakt niet uit waar iemand woont of hoe lang ze zwanger is. Dit succesvolle landelijke project is een initiatief van Stichting Centering Nederland en TNO bekijkt de resultaten. Het wordt voortsnog mogelijk gemaakt door subsidie van de Bernard van Leer en Fred Foundation en cofinanciering van de gemeente Amsterdam. In 2022 biedt een aantal grote gemeenten cofinanciering.

## Waarom dit aanbod?

Eritrese zwangeren spreken vaak nog geen Nederlands; ze weten nog weinig van de Nederlandse cultuur en geboortezorg, en het verschil met hun eigen land is groot. Tegelijk blijken ze in de geboortezorg heel kwetsbaar: zwangere vluchtelingen in Nederland lopen meer risico op moedersterfte, babyssterfte en complicaties rond zwangerschap en geboorte. Het is daarom extra belangrijk dat deze zwangeren op tijd in beeld zijn en weten bij welke klachten ze de verloskundige of gynaecoloog moeten bellen.

## Wat is CenteringZorg?

CenteringZorg is een andere manier van zorg verlenen: groepsgewijs, inter-

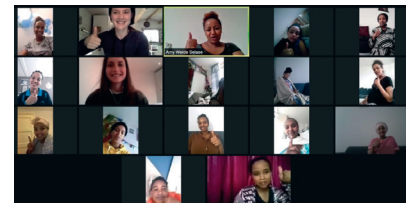
actief en patiëntgedreven. Een aanpak van gezondheidszorg die patiënten daadwerkelijk de regie geeft en leidt tot betere gezondheidszorg en betere uitkomsten. Groepsgewijze zorg op basis van het Centering-model leidt bij zwangeren en jonge gezinnen tot meer reflectie, bewustwording, empowerment, sociale support en veerkracht. Uit zowel nationaal als internationaal onderzoek blijkt het positieve effect van deze zorg op de gezondheid van moeder en kind, vooral bij vrouwen met een lage sociaaleconomische status. Kijk voor meer informatie op [www.centeringzorg.nl](http://www.centeringzorg.nl)

## Tien online sessies

Het aanbod bestaat op dit moment uit 10 interactieve online Centering-bijeenkomsten van twee uur. Deze worden aangeboden door een verloskundige en een cultuur-mediator. De vrouwen praten met elkaar in de eigen taal over thema's rond zwangerschap, bevalling en geboorte. Zo wordt bijvoorbeeld gesproken over wie ze kunnen bellen als ze vragen hebben of als de bevalling begint. Ook COVID-19, vaccinaties en thema's als huiselijk geweld en besnijdenis komen aan bod.

## Winnaar van de Avicennaprijs

Voorheen werden de groepen 'live' aangeboden aan Eritrese vrouwen uit Amsterdam. Door corona schakelden de verloskundige en de cultuur-mediator met succes over naar online. Dit project won in november 2020 de Avicennaprijs, een prijs voor projecten die een bijzondere bijdrage leveren aan



*Schermafbeelding van een bijeenkomst. Met toestemming van de vrouwen op deze foto.*

het verbeteren van de gezondheid van mensen met een migratieachtergrond in Nederland. 'Ik ben dankbaar dat ik mocht meedoen, want ik wist bijna niks en nu wel, de groep voelt als familie', zei een deelnemer.

## Aanmelding

De aanmelding is heel simpel en kan door iedereen worden gedaan: zowel uit de eerste als de tweede lijn, maar ook uit de informele zorg. De verwijzer vraagt toestemming aan de zwangere om in haar eigen taal gebeld te worden voor uitleg over een programma speciaal voor Eritrese zwangeren. Als zij daar toestemming voor geeft, volstaat een e-mail naar [CPERitrea@gmail.com](mailto:CPERitrea@gmail.com) met voornaam, 06-nummer en zwangerschapsduur van de vrouw. Ze besluit na de telefonische uitleg zelf of ze meedoet. De verwijzer ontvangt een bevestiging.

*Heb je een vraag? Stuur een e-mail naar [CPERitrea@centeringzorg.nl](mailto:CPERitrea@centeringzorg.nl) of volg de LinkedIn-pagina CenteringZorg voor Eritrese zwangeren.*

## Informatiesheet voor verwijzers

Op [www.centeringzorg.nl](http://www.centeringzorg.nl) vind je meer informatie en artikelen over dit project (zoek: project Eritrese zwangeren). Hier staat ook de Informatiesheet voor verwijzers. Deel deze sheet actief binnen het VSV en IGO, met je collega's en op de afdeling. De sheet bevat ook informatie over wat je zelf voor een Eritrese zwangere kunt betekenen. Schakel bij de zorg voor migranten, een kwetsbare groep patiënten, steevast een professionele tolk in om miscommunicatie te voorkomen!