

Leuven krijgt eerste mammacafé - 10/06/2009

Leuven - In een 'Mammacafé' kunnen (borstvoedende) mama's en papa's in een aangename en gezellige sfeer contacten leggen met andere ouders, ervaringen delen en vragen stellen over borstvoeding en alles wat komt kijken bij de opvoeding van kindjes van 0 tot 3 jaar. Vanaf 14 juni ook in Leuven. Elke 2e zondag van de maand kan je er voortaan tussen 10 uur en 12 uur binnenspringen in het Toverhuis op de Diestsesteenweg nr 552 in Kessel-Lo waar het Mammacafé doorgaat.



Het eerste "Mammacafé" in België zag het licht in Gooik op 30 april 2008. Sinds 29 september 2008 is het een vzw en ondertussen kent het concept onder deze noemer een sterke opgang in heel Vlaanderen. Mammacafé vzw wil drempelverlagend werken en borstvoeding meer zichtbaar maken in het openbare leven. Het biedt een offline, maar ook online forum voor (aanstaande) ouders, wat mede het succes van deze vernieuwende moedergroepen maakt.

Ervaringen uitwisselen tussen borst en luier

Steeds meer mama's zijn weer overtuigd van de natuurlijke voordelen van borstvoeding. Het geven van borstvoeding is echter heel persoonlijk, je leert het al doende en voor iedere moeder is de ervaring weer anders. Juist daarom is het heerlijk en nuttig om onderling ervaringen uit te wisselen. Vanuit deze behoefte is Mammacafé vzw ontstaan.

Een Mammacafé gaat steeds door op een openbare plaats waar ouders, maar ook vrienden en familie gratis en vrijblijvend binnen en buiten kunnen lopen, met of zonder kinderen. Er wordt gezorgd voor een aangename sfeer, een speelhoekje voor de kinderen, voorzieningen om baby of peuter te verschonen en een informatiehoekje met boeken en folders van diverse borstvoedingsorganisaties.

Het zijn steeds vrijwilligers (ervaringsdeskundigen en/of personen met een (para)medische opleiding) die voor een warm onthaal zorgen. De gezellige sfeer zorgt ervoor dat mama's zich meteen thuis voelen en er ook zorgeloos borstvoeding durven geven.

Extra activiteiten, al dan niet in samenwerking met andere initiatieven (bijvoorbeeld nocturne, opendeurdag, bezoek Stefan Kleintjes, auteur 'Van borst tot boterham' en 'Borstvoeding', ontmoetingsdag op 4 oktober...) zorgen ervoor dat het "café" bruist en telkens nieuwe mama's aanspreekt om langs te komen.

Schakel tussen mama's en professionele organisaties

Mammacafé wil met haar aanpak borstvoedingsmoeders uit hun isolement halen en borstvoeding bespreekbaar maken. Veel mama's durven bv. (nog) niet in het openbaar hun kindje voeden of stoppen sneller met borstvoeding dan ze willen door sociale druk.

Het doel is om de drempel van het Mammacafé zo laag mogelijk te houden zodat alle vragen durven gesteld worden en iedere mama een oplossing vindt voor haar probleem of bekommernis. Veel mama's hebben bv. kleine vragen bij borstvoeding en willen hiermee niet aankloppen bij professionele organisaties of ze vinden hun weg er niet naartoe of ze kennen de verenigingen niet. Mammacafé wil daarom een aanvulling zijn op de ondersteuning die er door professionele organisaties (bv. vzw borstvoeding, LLL en VBBB) wordt aangeboden. Heel belangrijk hierbij is dat de Mammacafé's mee worden begeleid door ervaringsdeskundigen of gewone mama's die zelf borstvoeding geven of hebben gegeven. Zij zorgen in eerste instantie voor een open, borstvoedingsvriendelijke omgeving. Wie specifiekere (medische) vragen heeft, wordt in het Mammacafé doorverwezen naar een arts, andere borstvoedingsorganisaties, vroedvrouwen of lactatiekundigen. Het is hierin dat Mammacafé vzw zich onderscheidt van andere initiatieven. Belangrijk is ook dat iedereen welkom is. Zo komen er in andere Mammacafés ook moeders over de vloer die geen borstvoeding meer geven, reeds gestopt zijn wegens een slechte begeleiding en die het door de gesprekken in het Mammacafé kunnen verwerken.

Kinderen in bed, mama op (online) café.

Daarnaast bewandelt Mammacafé vzw de weg die de doorsnee borstvoedingsmoeder volgt en is dus ook heel actief op het internet. Vandaag gaan ouders immers heel snel op zoek naar antwoorden via het wereldwijde web. Het virtuele Mammacafé bestaat uit verschillende kanalen en blijkt een echt succes te zijn.

De website www.mammacafe.be biedt heel wat antwoorden en interessante ervaringsverhalen. Ook op facebook.com heeft Mammacafé een actieve groep. Via deze weg groeit het netwerk zeer snel en kunnen kandidaat-begeleiders zich gemakkelijk en spontaan aanmelden én elkaar vinden om eventueel samen te werken. Daarnaast zijn de maandelijkse nieuwsbrieven een succes en worden deze actief door moeders doorgestuurd naar vriendinnen. Mammacafé heeft sinds kort ook een eigen forum. In dit online mammacafé (www.mammacafe.be/smf) babbelen bezoekers verder en maken moeders kennis met elkaar, waardoor de drempel om naar een fysiek Mammacafé te komen sterk verlaagt. Het forum is een

voltreffer en veel mama's vinden via daar ook de weg naar de moedergroepen.

Een roze toekomst?!

Het Mammacafé is een (ver)nieuw(end) concept, raakt bekend, zorgt voor een frisse wind en dat is welkom om borstvoeding positief in de schijwerpers te zetten en daarbij ook alle bijhorende borstvoedingsorganisaties.

Het Mammacafé is een vrijwilligersorganisatie en heeft in haar prille bestaan reeds zeer veel gerealiseerd. Er zijn nog heel wat plannen (ook internationaal), maar een eerste stap is het beeld van borstvoeding terug te brengen in het openbare leven. Borstvoeding is een gevoelig thema en het zichtbaar en aantrekkelijk maken lukt met dit nieuwe initiatief van Mammacafé vzw.

Mammacafés gaan intussen door in Aalst, Brakel, Berchem, Gent, Gooik, Ninove, Kluisbergen, Sint-Pieters-Leeuw, Sint-Niklaas, Kortrijk, Meise, Menen, Roeselare, Torhout en Zwijnaarde. En nu dus ook in Leuven!

Binnenkort start met zekerheid een Mammacafé Diest, Heist-op-den-Berg, Zottegem, Brugge en Brussel.

Mammacafé Leuven – Elke 2e zondag van de maand, telkens tussen 10u en 12u in het Toverhuis, Diestseteenweg 552, Kessel-Lo

www.mammacafe.be/Leuven.aspx

Stef Telen