



## Tips voor vader\* inclusief werken

### Algemeen

- maak communicatie op website, in flyers of andere uitingen geschikt voor alle partners (let op: dus geen 'jij-vorm' naar alleen de zwangere of moeder toe)
- vermijd het woord 'ouders', gebruik daarvoor in de plaats bijvoorbeeld 'moeders, vaders, co-ouders en andere verzorgers'
- gebruik naast foto's van moeders, ook foto's van vaders, met name ook in verzorgende rol
- richt de communicatie niet alleen op traditionele 'moeder-taken', zoals borstvoeding, verzorging
- zorg voor contactlegging naar beide ouders
- richt borstvoedingsvoorlichting ook op de rol van de vader
- bied eventueel specifieke informatie aan gericht op vaders, verwijs bijvoorbeeld naar websites hieronder
- ken vaders zoals je moeders kent
- ga bij het organiseren van activiteiten voor vaders niet alleen uit van "typische mannenactiviteiten" (denk aan de pashokjes)

### Specifiek post partum periode

- gebruik de eerste tijd na het 'gouden uur' om ook in vader-kind binding te investeren: moedig huid op huid contact aan (in optimale post partum periode kan onderzoek neonat, verzorging, etc ook daarna)
- betrek de vader actief bij het verzorgen van het kind, moedig hem aan veel zelf te doen onder begeleiding
- leer de vader zo nodig hoe hij de borstvoeding kan ondersteunen
- zorg post partum voor goede toegankelijkheid van moeder en kind (denk b.v. aan bezoeken, rustmogelijkheden)

### Organisatie

- communiceer vader-inclusief
- zorg voor bewustzijn bij alle betrokken professionals (verpleegkundigen, verloskundigen, gynaecologen, kinderartsen, kinderopvang, gemeente) van het belang van betrokken vaderschap voor moeder, kind, maatschappij en vader
- richt je op het rekruteren van mannelijke professionals

Onderstaande websites, boeken en podcasts kunnen een plaats krijgen op bijv. een deel van een website die zich richt op vaders.

### Websites voor vaders

- [www.platformvaderschap](http://www.platformvaderschap)
- [www.vadercursus.nl](http://www.vadercursus.nl)
- State of the Dutch Fathers 2019, zoekwoorden: rutgers, state dutch fathers
- [www.vaders.nl](http://www.vaders.nl)
- Werkzorg verdeling hulp <https://www.womeninc.nl/actueel/wat-is-jouw-ideale-werk-zorgverdeling>

- Eerste Hulp bij Gezinsmanagement: [www.eh-bg.nl](http://www.eh-bg.nl)
- Verlofregelingen: [www.vaderzoektverlof.nl](http://www.vaderzoektverlof.nl)
- Werkzorgberekenaar: <https://werkzorgberekenaar.nibud.nl/#/panel/0>
- Interessante artikelen en informatie voor vaders: [www.vadermagazine.nl](http://www.vadermagazine.nl)

#### Boeken:

- **Je Eerste 1000 Vaderdagen**, David Borman  
[www.vadercursus.nl/je-eerste-1000-vaderdagen/](http://www.vadercursus.nl/je-eerste-1000-vaderdagen/)
- **Aanpakken voor Aanstaaende Vaders**, David Borman  
[www.vadercursus.nl/aanpakken-voor-aanstaande-vaders/](http://www.vadercursus.nl/aanpakken-voor-aanstaande-vaders/)
- **Kickstart je vaderschap**, Robin van Tilburg  
[vadermagazine.nl/het-boek/](http://vadermagazine.nl/het-boek/)
- **Vader op komst**, Willem Bisseling  
[www.youbedo.com/boeken/vader-op-komst-9789022595336](http://www.youbedo.com/boeken/vader-op-komst-9789022595336)
- De thuisblijfvader: Waarom mannen net zo goed voor hun kinderen kunnen zorgen – Tim Gouw
- Vadervuur – Jeroen de Jong
- Babymanagement voor mannen – Henk Hanssen
- Zwangerschapsboek voor mannen – Gerard Jansen
- Vaderschap voor beginners – Tjeerd van der Weijden
- Daddycation – Stephen van der Leij

#### Podcasts/audio

- De papa podcast – Barend en Wijnand
- Plotse Papa's – Bert Bentsink
- De Praktijkvader Podcast – Jeroen de Jong
- Vadersessies – Romano Haynes