

BRUGGE



EEN GIDS VOOR ZWANGERE VROUWEN IN BRUGGE

GB*i* Brugge
Geïntegreerd Breed Onthaal



**Meer weten over
het Geïntegreerd
Breed Onthaal?**

**Contacteer ons:
gbo@ocmw-brugge.be**

Verantwoordelijke uitgever:

Colin Beheydt
algemeen directeur
Stad en OCMW Brugge
Burg 12, 8000 Brugge

Ontwerp

Cel creatie - Stad Brugge

Editie 2021

INHOUD

Wat kan je aanvragen tijdens jouw zwangerschap?	5
maand 1 tot maand 3	5
maand 3 tot maand 6	7
maand 6 tot maand 9	8
Welke diensten kunnen jou ondersteunen?	11
Extra ondersteuning nodig? Deze sociale voordelen zijn er voor jou	18
Nuttige adressen	22
Extra informatie	27



Pablo Annys
*Schepen van
sociale zaken*

Beste (aanstaande) mama

Binnenkort komt er een kleintje bij in je gezin. We wensen je nu al van harte proficiat. Daarnaast helpen we je graag op weg, want met de komst van een baby verandert er heel wat in je leven.

Wist je dat er ondersteuningspremies en tal van organisaties bestaan waarop je als ouder een beroep kunt doen? Tijdens je zwangerschap en de eerste levensjaren van je kind is dat een broodnodige en welkome ruggensteun. Zo heb je onder andere recht op een geboortepremie, een groeipakket en kraamzorg na de geboorte.

In Brugge willen we elk jong gezin bovendien de beste groeikansen geven. Wie nood heeft aan basiszorg kan bij ons terecht voor advies. We helpen je zoeken naar geschikte kinderopvang en reiken ook de meest kwetsbare mama's de hand. Wie met een beperkt budget leeft, laten we dus niet in de kou staan. Via een goed uitgebouwd netwerk helpen we je aan baby-uitzet of andere spullen wanneer dat nodig is.

We hebben alle info in deze brochure overzichtelijk gebundeld. Op elke pagina staat vermeld welke dienst je waarvoor kunt contacteren

We wensen jou en je kleine spruit samen een fijne en warme toekomst!

Met vriendelijke groeten

GBO Brugge



WAT KAN JE AANVRAGEN TIJDENS JOUW ZWANGERSCHAP?



MAAND 1 TOT MAAND 3

Ongepland zwanger

Ben je ongepland zwanger en heb je extra ondersteuning nodig?

Of wil je weten waar je hulp kunt krijgen?

Neem dan contact op met het CAW Noord-West-Vlaanderen, JAC Brugge of Fara vzw.

CONTACTEER: CAW Noord-West-Vlaanderen, JAC Brugge en Fara vzw

Kinderopvang

Ben je zwanger? Ga zo snel mogelijk op zoek naar kinderopvang, bij voorkeur in het begin van jouw zwangerschap.

Je kan zelf een plaatsje zoeken of een aanvraag indienen bij een Brugse kinderopvang via www.kinderopvangbrugge.be. Als je hulp nodig hebt, contacteer dan het Loket Kinderopvang Brugge.

CONTACTEER: Loket Kinderopvang Brugge

MAAND 1 TOT MAAND 3

MAAND 3 TOT MAAND 6

MAAND 6 TOT MAAND 9





Aangifte zwangerschap werkgever

Ben je zwanger en aan het werk? Breng je werkgever dan zo snel mogelijk op de hoogte van je zwangerschap. Dit doe je door het doktersattest met de vermoedelijke bevallingsdatum af te geven. Zo ben je meteen beschermd tegen ontslag en kan je werkgever rekening houden met je afwezigheid.

CONTACTEER: je werkgever

Aangifte zwangerschap ziekenfonds

Tijdens je zwangerschap bekijk je best of je aangesloten bent bij een ziekenfonds en je de bijdragen betaald hebt. Zij betalen namelijk een deel van de kosten van je ziekenhuisverblijf én je bevallingsverlof. Via je ziekenfonds ontvang je ook een geboortepremie en andere voordelen voor je pasgeboren baby.

CONTACTEER: je ziekenfonds

MAAND 1 TOT MAAND 3

MAAND 3 TOT MAAND 6

MAAND 6 TOT MAAND 9





Erkenning kind

Ben je niet getrouwd? Dan kan je partner officieel verklaren dat er een ouderschapsband bestaat tussen hem/haar en jullie toekomstige baby. Voor deze erkenning ga je samen naar de burgerlijke stand van je woonplaats met een bewijs van zwangerschap, afgeleverd door een arts of vroedvrouw. Je partner krijgt door de verklaring dezelfde rechten en plichten ten aanzien van het kind als jijzelf.

CONTACTEER: [het Huis van de Bruggeling](#)

MAAND 3 TOT MAAND 6

Kraamzorg aan huis

Vraag kraamzorg tijdig aan, ten laatste in de zesde maand van je zwangerschap. Een kraamverzorger komt bij je thuis in de kraamperiode na de bevalling. Hij of zij biedt hulp bij de verzorging van je baby en eventuele andere kinderen. Je krijgt tips bij de (borst)voeding en hulp in het huishouden.

De prijs is afhankelijk van jouw inkomen. In sommige gevallen krijg je een tegemoetkoming van het ziekenfonds of je hospitalisatieverzekering.

CONTACTEER: [Expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg'](#)

MAAND 1 TOT MAAND 3

MAAND 3 TOT MAAND 6

MAAND 6 TOT MAAND 9





MAAND 6 TOT MAAND 9

Startbedrag Groeipakket

Bij de geboorte of adoptie van je kind, ontvang je een eenmalig bedrag. Dit startbedrag kan je ten vroegste 4 maanden voor de geschatte bevallingsdatum aanvragen bij een organisatie die het Groeipakket uitbetaalt. Bezorg hen hiervoor het doktersattest met de vermoedelijke datum.

Er zijn in Vlaanderen 5 organisaties die het Groeipakket uitbetalen. Surf naar www.groeipakket.be voor meer informatie.

CONTACTEER: een uitbetaler van het Groeipakket of Kind en Gezin

Aanvraag moederschapsrust

Elke moeder die moet bevallen, heeft recht op moederschapsrust. Dit wordt opgesplitst in zwangerschapsverlof en bevallingsverlof. In totaal kan je maximaal 15 weken verlof opnemen voor een kind en 19 weken voor een meerling.

De regeling hangt af van je werksituatie. Tijdens de moederschapsrust betaalt jouw ziekenfonds een moederschapsuitkering uit. Dit bedrag hangt af van je loon.

CONTACTEER: je ziekenfonds

MAAND 1 TOT MAAND 3

MAAND 3 TOT MAAND 6

MAAND 6 TOT MAAND 9





Geboorteverlof voor partners

Is je partner werknemer in loondienst? Dan heeft zij/hij recht op geboorteverlof, volgens het aantal werkuren dat zij/hij per week presteert. Het loon wordt tijdens deze periode volledig door de werkgever doorbetaald.

Aanvullend kan je partner bijkomend geboorteverlof opnemen. Dit moet binnen de 6 maanden na de geboorte van jullie kindje.

CONTACTEER: de werkgever en ziekenfonds van je partner

Aanvraag perinatale kinesitherapie

Zowel voor als na de bevalling kan je lichaam extra ondersteuning en zorg gebruiken (prenatale oefeningen, rugoefeningen, bekkenbodetraining). Een kinesist helpt je hierbij.

Vraag je huisarts om een voorschrift voor deze behandeling. Het ziekenfonds betaalt tot 9 sessies terug.

CONTACTEER: je kinesist of www.pelvired.be

MAAND 1 TOT MAAND 3



MAAND 3 TOT MAAND 6



MAAND 6 TOT MAAND 9





WELKE DIENSTEN KUNNEN JOU ONDERSTEUNEN?



Kind en Gezin

Je kunt bij Kind en Gezin terecht voor opvolging van je baby en je gezin. Een team van verpleegkundigen, gezinsondersteuner, sociaal werker en psycholoog of pedagoog biedt deze hulp gratis aan.

Dit krijg je:

- een startgesprek tijdens de zwangerschap;
- huisbezoeken en ontmoetingen op een consultatiebureau na de bevalling;
- vaccinaties voor je baby;

- een gehoor- en oogtest;
- advies over gezondheid, opvoeding, ouderschap, veiligheid en voeding van je baby. Je krijgt extra ondersteuning voor het gezin als je dat wil.

De opvolging van Kind en Gezin loopt tot je kindje naar school gaat. Vanaf dan gebeurt de verdere opvolging door het CLB (Centrum voor leerlingenbegeleiding).

CONTACTEER: Kind en Gezin



Vroedvrouw aan huis

Een vroedvrouw kan je begeleiden tijdens de zwangerschap, de bevalling en na thuiskomst met je baby. Deze begeleiding is mogelijk tot 1 jaar na de geboorte van je kindje.

Het aantal bezoeken hangt af van je zwangerschap en hoe lang je in het ziekenhuis verbleef.

Als de vroedvrouw geconventioneerd is, betaal je een bedrag dat het ziekenfonds nadien volledig kan terugbetalen.

Wil je meer informatie? Of ben je op zoek naar een vroedvrouw?

CONTACTEER: Expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg' - www.vroedvrouwen.be of www.tiendemaand.be.

Expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg'

Het expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg' biedt je deze ondersteuning:

- info en advies over zwangerschap, geboorte en kraamtijd
- info over en doorverwijzing naar een vroedvrouw, kraamzorg, kinderopvang
- hulp bij meerlingen
- info over administratie en het Groeipakket
- gratis infosessies voor zwangere en jonge ouders en hun familie
- kraamspullen en borstvoedingshulpmiddelen

CONTACTEER: Expertisecentrum Kraamzorg 'De Wieg'



Huis van het Kind Brugge

Bij het Huis van het Kind Brugge kan je terecht met al je vragen over opgroeien en opvoeden (bv. kinderopvang, studietoelage, onderwijscheques, de kindcode). Ze bieden ook ontmoetingen aan met andere ouders, groepsactiviteiten voor gezinnen en gesprekken over de opvoeding van je kind(eren).

CONTACTEER: [Huis van het Kind Brugge](#)

Centrum voor Kinderzorg en Gezinsondersteuning Sint-Clara

Het Centrum voor Kinderzorg en Gezinsondersteuning Sint-Clara (= CKG Sint-Clara) biedt vroegtijdige intensieve begeleiding via huisbezoeken. Dit kan vanaf de achtste maand van je zwangerschap.

Ze bieden vrijwillige hulp aan en advies over de relatie met je baby. Doe tijdig je aanvraag, want er is een wachtlijst.

Daarnaast voorziet CKG Sint-Clara opvang voor kinderen in een veranderende gezinssituatie. Deze opvang is semi-residentieel, zonder overnachting.

CONTACTEER: [CKG Sint-Clara](#)



Sociale dienst ziekenhuis

De sociale dienst van het ziekenhuis biedt begeleiding tijdens je zwangerschap en je verblijf in het ziekenhuis. Ze geven ook uitleg bij de tegemoetkomingen en de ondersteuning die je kunt krijgen zoals bevallingsrust, het vader- en ouderschapsverlof en het Groeipakket.

CONTACTEER: de sociale dienst van jouw ziekenhuis

Huisarts

Je huisarts biedt ondersteuning gedurende je volledige zwangerschap. Je kan er ook met je baby terecht na de geboorte. Als je baby ernstig ziek is, zal de huisarts de kinderarts (specialist) verwittigen.

Wanneer heeft je baby dringend medische zorg nodig?

- je baby heeft hoge koorts (38°C of meer) die niet meteen zakt
- je baby eet niet meer, plast te weinig, wordt moeilijk wakker, ademt moeilijk

In het weekend en 's avonds kan je de huisarts van wacht opbellen via het nummer 1733.

CONTACTEER: je huisarts



Kinesist

Tijdens je zwangerschap en na de bevalling kan je terecht bij je kinesist voor prenatale oefeningen, ondersteuning bij rug-of bekkenpijn of algemene oefeningen.

Met een kinevoorschrift van je huisarts betaalt je ziekenfonds tot 9 sessies kine terug.

CONTACTEER: je kinesist of een kinesist uit jouw regio

Dienst Maatschappelijk Werk ziekenfondsen

De Dienst Maatschappelijk Werk van het ziekenfonds biedt:

- informatie en advies over sociale voorzieningen en diensten, vrijstellingen en financiële steun
- begeleiding en inschakeling van zorg indien nodig
- emotionele ondersteuning

Deze hulpverlening is volledig gratis. Huisbezoeken zijn mogelijk.

CONTACTEER: de Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds



CAW Noord-West-Vlaanderen

Het CAW luistert als je vragen hebt over je mentaal welzijn, gezondheid of relatie. Je kunt er ook praten over je gezin en omgeving, administratie, geld, wonen, werken en vrije tijd.

Er zijn drie soorten hulpverlening:

- informatie en advies
- langere begeleidingstrajecten
- opvang of crisishulp wanneer de nood hoog is

Jij bepaalt hoe de zorg en contactmomenten verlopen.

CONTACTEER: [CAW Noord-West-Vlaanderen](#)

OCMW Brugge

Het OCMW maakt je wegwijs in het welzijnsaanbod van Brugge. Je kunt er terecht voor financiële hulpverlening, budget- en schuldhulpverlening, woonbegeleiding, hulp bij administratie of de aanvraag van een referentie-adres.

De dienst Eerste Onthaal in Hoogstraat 9 beantwoordt je hulpvraag.

CONTACTEER: [Eerste onthaal OCMW Brugge](#)



EXTRA ONDERSTEUNING NODIG? DEZE SOCIALE VOORDELEN ZIJN ER VOOR JOU.

Recht op leefloon als zwangere minderjarige

Ben je minderjarig, zwanger en heb je het financieel moeilijk? Dan kom je misschien in aanmerking voor het leefloon. Het bedrag dat je eventueel krijgt, hangt af van het inkomen van het gezin waar je woont.

Wil je weten of je recht hebt op deze tegemoetkoming? Contacteer het Eerste onthaal van OCMW Brugge.

CONTACTEER: [Eerste onthaal OCMW Brugge](#)

Verminderd tarief kinderopvang

Heb je het moeilijk om de kinderopvang (inkomenstarief) te betalen? Dan kan je zelf een individueel verminderd tarief aanvragen ofwel een OCMW-tarief kinderopvang.

CONTACTEER: [Eerste onthaal OCMW Brugge](#) en [Loket Kinderopvang Brugge](#)

Geboortepremie & andere voordelen ziekenfonds

Wanneer je aangesloten bent bij een ziekenfonds en daar de geboorte van je baby meldt, ontvang je een geboortepremie. Dit bedrag is bij elk ziekenfonds anders, net als de verschillende voordelen die ze aanbieden. Neem hiervoor contact op met jouw ziekenfonds.

CONTACTEER: [je ziekenfonds](#)



Televestiaire Brugge

Heb je extra kledij (ook voor je baby) of huishoudspullen nodig? Of heb je nood aan babyspullen maar is je budget beperkt? Kom dan langs bij Televestiaire.

Na doorverwijzing door een maatschappelijk werker van het CAW, het OCMW of je ziekenfonds, kun je bij Televestiaire een voordeelpakket en/of gratis materiaal verkrijgen.

CONTACTEER: [Televestiaire Brugge](#)

MamaStart

MamaStart biedt materiële hulp aan zwangere vrouwen en kinderen tot 12 jaar. Je kunt er op doorverwijzing gratis speelgoed, kledij en klein materiaal verkrijgen. Grote stukken kosten € 1. Afhankelijk van je inkomen biedt Mamastart ook verzorgingspakketten en pampers aan.

Je kunt terecht bij MamaStart met een doorverwijsformulier. Kind en Gezin, het OCMW, onderwijsinstanties of een andere sociale dienst kan hierbij helpen.

CONTACTEER: [MamaStart](#)



Sociale kruidenier 'De KABA'

De KABA is een kruidenierswinkel in Brugge met een basisaanbod kwalitatieve voeding, onderhouds- en verzorgingsproducten.

Gezinnen met een beperkt inkomen kunnen er inkopen doen na doorverwijzing door het OCMW, CAW of een andere sociale dienst.

CONTACTEER: De KABA, Eerste onthaal OCMW Brugge OF CAW Noord-West-Vlaanderen

WeggeefWinkel Brugge

In de WeggeefWinkel is iedereen welkom zonder doorverwijzing. Je vindt er kleding, huisraad, schoenen, boeken, speelgoed, babyspullen en elektro.

Per weggeefmoment mag je maximum 2 grote shoppingtassen per persoon vullen. Neem enkel mee wat je dringend nodig hebt. De richtprijs per volwassen persoon is €2 (vrije bijdrage).

Tijdens de weggeefmomenten is er tussen 14u en 18u soep met brood verkrijgbaar, aan een voordeelprijs.

CONTACTEER: WeggeefWinkel Brugge



NUTTIGE ADRESSEN



AZ Sint-Jan Brugge

Sociale dienst AZ Sint-Jan
Ruddershove 10
8000 Brugge
T. 050 45 20 40
socialedienst.brugge@azsintjan.be

AZ Sint-Lucas

Sociale dienst AZ Sint-Lucas
Sint-Lucaslaan 29
8310 Brugge
T. 050 36 58 22
sociale.dienst@stlucas.be

CAW Noord-West-Vlaanderen

Onthaal Brugge
Ruddershove 8
8000 Brugge
T 050 66 30 01
onthaal.brugge@cawnoordwestvlaanderen.be

CKG Sint-Clara

Garenmarkt 9
8000 Brugge
T. 050 33 82 06
ckg@sint-clara.be

Fara vzw

Geldenaaksebaan 277
3001 Heverlee
T 016 38 69 50
vragen@fara.be

Huis van de Bruggeling

Frank Van Ackerpromenade 2
8000 Brugge
T 050 44 80 00
geboorte@brugge.be



Huis van het Kind Brugge

Huis van de Bruggeling
Frank van Ackerpromenade 2
8000 Brugge
T 050 47 55 15
info@huisvanhetkindbrugge.be

JAC Brugge

Vlamingdam 36
8000 Brugge
T 0478 99 00 37
jac.brugge@cawnoordwestvlaanderen.be

Kind en Gezin

Lokaal Team Brugge
Sint-Godelievedreef 20
8310 Sint- Kruis
T. 078 150 100 (KindenGezinlijn)
brugge@kindengezin.be

Expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg'

(initiatief van Familiezorg West-Vlaanderen vzw)
Ezelpoort 5
8000 Brugge
T. 050 33 38 53
info@dewieg.be

Loket Kinderopvang Brugge

Huis van de Bruggeling
Frank Van Ackerpromenade 2
8000 Brugge
T 050 47 55 14
loket@kinderopvangbrugge.be

MamaStart

Torhoutsesteenweg 136
8200 Sint-Andries
T 0483 07 99 23
info@MamaStart.be



OCMW Brugge

Dienst Eerste onthaal
Hoogstraat 9
8000 Brugge
T 050 32 77 70
eerste.onthaal@ocmw-brugge.be

Sociale kruidenier 'De KABA'

Welzijnsvereniging 't Sas
Professor Dr. J. Sebrechtsstraat 2
8000 Brugge
T 050 32 76 75
dekaba@sasbrugge.be

Televestiaire Brugge

Ronsaardbekestraat 55
8000 Brugge (Sint-Jozef)
T 050 66 30 00
(contactpersoon: Benedicte Ongenae)

WeggeefWinkel Brugge

Project W2 vzw
Gistelsesteenweg 22
8200 Brugge
T 0491 89 87 89
projectw2vzw@gmail.com



UITBETALERS GROEIPAKKET

FONS

Koning Albert I-laan 1
8000 Brugge
T 078 79 00 07

Infino

T 078 15 12 30
vlaanderen@infino.be

KidsLife Vlaanderen

Sint-Clarastraat 48bis
8000 Brugge
T 078 48 23 45
vlaanderen@kidslife.be

MyFamily

T 050 74 02 08
info@myfamily.be
Gistelsesteenweg 294 bus 201
8200 Sint-Andries

Parentia

Gistelse Steenweg 17
8200 Brugge
T 050 47 19 19



ZIEKENFONDSEN

Bond Moyson Brugge

Dienst Maatschappelijk Werk
Zilverstraat 43
8000 Brugge
T 050 44 79 18
dmw.wvl@bondmoyson.be

CM Brugge

Dienst Maatschappelijk Werk
Oude Burg 19
8000 Brugge
T 050 20 76 76
brugge@cm.be

Helan (onafhankelijk ziekenfonds)

Dienst Maatschappelijk Werk
Gistelsesteenweg 294
8200 Brugge
T 09 269 85 77
dmw@helan.be

LMPlus

Dienst Maatschappelijk Werk
Revillpark 1
8000 Brugge
T 050 89 15 20
DMW_4@LMPlus.be

Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen

Dienst Maatschappelijk Werk
Torhoutse Steenweg 104 bus 1
8200 Brugge
T 053 76 99 71
brugge@nzvl.be

Vlaams en Neutraal Ziekenfonds

Dienst Maatschappelijk Werk
Koning Albert I-laan 98B bus 1
8200 Brugge
T 03 491 86 50
dmw@vnz.be

EXTRA INFORMATIE

Extra informatie kan je terugvinden via:

- www.kindengezin.be
- www.groeimee.be
- www.gezondzwangerworden.be
- www.moederzorg.be

B R U
G G E

GBO Brugge
Geïntegreerd Breed Onthaal


OCMW BRUGGE