



HOE IS HET OM TIENEROUDER TE ZIJN?

Door **Fara** | 11-24 jaar

Tienerouder zijn is **fijn**, maar het creëert ook **uitdagingen**. Je hebt **recht op ondersteuning**.

Wat maakt het leuk?

Je hebt een **kind waarvan je onvoorwaardelijk veel houdt**. Je krijgt ook **veel liefde terug** van je kind. Alles wat je kind doet, maakt je **gelukkig en trots**.

Je hebt een **doel** in je leven en je wordt heel snel **volwassen**.

Wat maakt het lastig?

Het is **veel werk** om een kind op te voeden. De combinatie **met school, opleiding of werk** vraagt veel planning en regel.

Een kind hebben is vermoeiend. Je zal veel **minder slaap** krijgen, en als ze ouder worden testen ze je grenzen en geduld. Als je baby ouder wordt moet je ook gaan **opvoeden**, dat vraagt wel wat vaardigheden. Naast het zorgen voor je kind, moet je ook je **huishouden** en **geldzaken** regelen.

Met een kindje in huis zal je **minder vrijheid** ervaren, en **meer zorgen** hebben.

Wat zijn mijn rechten?

Zwangerschapsverlof

Ben je **tienermoeder**? Dan heb je recht op **10 weken moederschapsverlof**. Je gynaecoloog geeft je dan een **afwezigheidsattest**.

Ben je **tienervader**? Voor jou bestaat er **geen vaderschapsverlof**. Wil je dat wel? Dan kan je proberen om met je school en huisarts een **overeenkomst** te maken.

School

Zit je in het **secundair onderwijs** en wil je van **thuis** uit les volgen? Dat kan via **Bednet** of **TOAH (Tijdelijk Onderwijs Aan Huis)**.

Financiële ondersteuning

Woon je in **Vlaanderen**? Dan heb je recht op het **Groeipakket**. Dat is geld van de overheid voor je kindje. Vraag het aan vanaf de **6de zwangerschapsmaand**. Je krijgt:

- een **startbedrag** van ongeveer 1200€.
- als je kindje geboren is krijg je iedere maand een **basisbedrag** van ongeveer 175€. Dat kan verhogen, afhankelijk van je gezinsinkomen.

Woon je **Brussel**? Dan heb je recht op:

- Kraamgeld (+1300 voor je eerste kind)
- Kinderbijslag (+ 180€)

PRAAT EROVER



Chat met Fara

Maandag, woensdag, vrijdag
13:00-16:00 uur



Bel met Fara

016 38 69 50. Maandag-vrijdag
9:00-12:00 uur



Mail met Fara



Ga langs bij Fara

Maandag-vrijdag, op afspraak

Je ouders krijgen ook elke maand **geld voor jou**. Je kan vragen of je dat geld mag gebruiken voor jezelf en je kindje.

Je kan ook een **leefloon** krijgen. Dat hangt af van je **thuisituatie**. Ga naar je plaatselijke OCMW om te zien waar jij recht op hebt.

Ga zeker langs bij je mutualiteit. Als je baby geboren is geven bijna alle ziekenfondsen een **cadeau** zoals een buggy, autostoel, pampers, verzorgingsproducten...

Kinderopvang

Ben je **jonger dan 18 jaar**? Dan betaal je **minder dan 2€ per dag** voor de kinderopvang.

Ben je **18 jaar of ouder**? Zoek dan een opvang met een "**inkomensgerelateerd**" tarief. Dan betaal je afhankelijk van je inkomen. Hoe **lager je inkomen**, hoe **minder je moet betalen**.

Waar kan ik andere tienerouders ontmoeten?

Op fara.be vind je [waar je andere tienermama's kan leren kennen](#).

Waar vind ik verhalen van andere tienerouders?

Bekijk deze video of een andere uit de [YouTube-playlist van Fara: Tienerzwangerschap en tienerouders](#).

FOTO: Nataliya Vaitkevich