



IK BEN ZWANGER! KAN IK WEL VOOR EEN KIND ZORGEN?

Door **Fara** | 16-24 jaar

Natuurlijk kan je voor een kind zorgen! Het is belangrijk om **in jezelf te geloven**, maar wel op een realistische manier. Het is heel normaal dat je nog niet alles over het moederschap kent. Dat moet groeien en dat kan alleen maar door te leren. **Vraag hulp als je niet weet hoe je iets moet doen.** Hulp vragen is geen teken van zwakte, maar een teken van kracht!

Opvoeden versus verzorgen

Een kind opvoeden **vraagt heel veel energie**. Het eerste jaar ga je vooral 'verzorgen': aankleden, wassen, eten geven. Eens je kind een peuter is moet je ook gaan opvoeden, geen makkelijke klus.

Als je een kind krijgt, voel je een hele **grote verantwoordelijkheid**. Dat is leuk, maar vaak ook beangstigend. Je kindje is immers continu afhankelijk van jou en zal het meeste van je tijd en energie vragen. Ouders voelen gelukkig meestal ook een immense liefde voor hun kind, wat de inspanning en uitputting helemaal goed maakt.

“Waar andere koppels van onze leeftijd met vrienden naar Tomorrowland gaan, of een reis boeken naar Ibiza, is onze wereld er één van middagdutjes, fruitpap en afwisselend de buggy duwen. We doen het goed en gráág. Maar gewoon eens onbezorgd zijn: dat kennen we niet meer.

Nathan, 17

Wat heb je nodig om voor een kind te zorgen?

Deze dingen heb je zeker nodig:

- **Geld:** een kind kost veel geld. Het moet eten, drinken, naar de dokter, naar de crèche, enz. [Hier kan je nalezen hoeveel een baby kost.](#)
- **Hulp:** een kind opvoeden kan je niet alleen. Het is **belangrijk dat iemand anders** af en toe **voor je kind kan zorgen**. In [een crèche of bij een onthaalouder](#), een familielid of je vrienden bijvoorbeeld.
- **Liefde en geduld:** kindjes kunnen je heel veel liefde geven, maar ook het bloed van onder je nagels halen. Je geduld zal vaak op de proef gesteld worden. Zowel nu als later, want die schattige baby wordt natuurlijk ooit een opstandige puber.

Maak je je zorgen?

PRAAT EROVER



Chat met Fara

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



Mail met Fara



Bel met Fara

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



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.

Misschien heb je nu al veel zorgen? Conflicten thuis, familie waar je niet of weinig kan op rekenen, financiële zorgen of een slechte relatie? Door de komst van een kindje worden die problemen soms nog groter. Er zijn heel wat hulpverleners die je kunnen helpen: [Hier kan je terecht als je het moeilijk hebt als jonge mama of papa](#).

Oefenbaby

Benieuwd **welke impact** een baby op je leven zou hebben? Test het eens uit! Leen bij [Fara](#) een [Real Care Baby](#). De pop vraagt aandacht en zorg zoals een echte baby.



Real Care Baby

FOTO: Marina Panadés