



8u45: Digitale deuren open

9u: Inleiding door Linde Merckpoel

(jonge moeder, vlogger bij Eén, ex-radiopresentatrice bij Stubru)

9u15: Plenair: Parent Infant Mental Health

(Dr. An-Sofie Van Parys – U(Z) Gent en Gwen Braxel – CGG De Drie Stromen/Connect 0-4)

Waarom is **perinatale mentale gezondheid** (PMG) zo belangrijk? Een zwangerschap is sowieso een ingrijpende verandering in het leven van een vrouw, van een koppel. Wat zijn normale emoties in die periode? En wanneer is het zorgwekkend? Hoe kan je psychische problemen in die periode (h)erkennen, bevragen en begeleiden? Wat zijn de gevolgen hiervan. Het stopt niet éénmaal het kindje geboren is, integendeel! Uit onderzoek blijkt dat hoe beter de kwaliteit van de relatie tussen ouders en kind is, hoe meer deze laatste opgewassen is tegen de uitdagingen in het leven. De multidisciplinaire **Infant Mental Health**-visie (IMH), die zich richt op de geestelijke gezondheid van baby's, peuters, kleuters en hun families, helpt professionals in hun doel om deze relatie te optimaliseren en zodoende de ontwikkeling van de infant te versterken. Een korte kennismaking met deze uitdagende, onmisbare visie.

10u10: Voorstelling oriëntatiefuncties van de netwerken GG ADS, Het PAKT en RADAR  
Ben je als professional op zoek naar geschikte hulp rond geestelijke gezondheidszorg? De verschillende netwerken geestelijke gezondheidszorg maken je wegwijs in het bestaande aanbod. De werking en regionale verschillen worden kort voorgesteld.

10u30: PAUZE *Na de pauze worden jullie in break-out rooms (= NEST) ingedeeld.*

10u45: NEST 1: Sociale kaart en samenwerking per regio

regio Meetjesland (ELZ Oost-Meetjesland en ELZ West-Meetjesland)

regio Groot-Gent / Deinze (ELZ Schelde-Leie, ELZ Gent, ELZ Scheldekracht)

regio Sint-Niklaas / Dendermonde (ELZ Dender + ELZ Waasland N-O + ELZ Z-W Waasland)

regio Vlaamse Ardennen (ELZ Vlaamse Ardennen + ELZ Panacea)

regio Aalst (ELZ Aalst + ELZ Dender Zuid)

11u45: NEST 2: Keuze van één thema (*vol = vol*)

**Thema 1: Taboe en Lotgenoten (De Veilige Driehoek vzw)**

Er wordt stil gestaan bij het belang van (h)erkenning om taboes rond perinataal mentaal welzijn te doorbreken en verbinding te creëren door het organiseren van praatgroepen en lotgenoten samen te brengen. Zo tracht De Veilige Driehoek vzw aan sensibilisering te doen en preventief het zwarte gat waar hulpverleners mee kampen aan te pakken.

## Thema 2: Parent Infant Mental Health? (Klaas Bauters – Moeder en Baby KARUS)

Dat de eerste 1000 dagen essentieel zijn als basis voor een veilige hechting en om optimale ontwikkelingskansen te vrijwaren, hoeft geen betoog. Psychische problemen in de perinatale problemen leggen een hypotheek op deze basis. Om die reden is het essentieel om gelijktijdig en evenredig in te zetten op therapeutische interventies naar de ouders én op het faciliteren en remediëren van het contact met de baby. Een mentaal evenwichtige ouder faciliteert een mentaal gezonde infant. Binnen een Moeder en baby-éénheid is deze diadegerichte benadering een evidentie. Hoe kunnen we dit vertalen binnen samenwerking en netwerking op de eerste en tweede lijn ?

## Thema 3: Verbinding met Infants

(Inge Devuyt – RTH Kwadrant en Tessa Vanderstylen – AZ Nikolaas)

Vervinding bevorderen bij jonge kinderen begint bij het als zorg/hulpverlener écht in relatie gaan met de ouders. Door hier tijd in te investeren en signalen op te pikken, leer je ouders sensitief te reageren op de noden van het kind. Door het mentaliseren van ouders te bevorderen, help je de verbinding tussen ouders en kind te vergroten. Binnen deze workshop gaan we nog wat dieper in op de begrippen van Infant Mental Health die in het plenair stuk aan bod kwamen, door middel van videofragmenten en uitwisseling.

## Thema 4: Zwanger en middelengebruik

(Fabienne Vandenstein – coördinator Connect 0 - 4 / MSOC)

Wat is de impact van middelengebruik op het ongeboren kind ? Heeft dit (blijvende) gevolgen na de geboorte ? En het belangrijkste, hoe ga je als hulpverlener om met zo een situatie?

## Thema 5: Psychofarmaca in de perinatale periode: starten, verderzetten of stoppen? (Prof. Dr. Gilbert Lemmens – diensthoofd psychiatrie UZ Gent)

Mentale stoornissen tijdens de perinatale periode hebben een negatieve invloed op de zwangerschap, de ontwikkeling van de foetus, baby en het jonge kind en de ouderkind interacties. Het stopzetten van psychofarmaca tijdens de zwangerschap verhoogt aanzienlijk het risico op herval. Hoewel psychofarmaca effectief zijn in de behandeling van de meeste mentale stoornissen, ontbreekt gerandomiseerd onderzoek naar hun veiligheid tijdens de zwangerschap en de borstvoeding. Aan de hand van onderzoekgegevens wordt gereflecteerd welke strategie het best gehanteerd wordt voor het behoud van de mentale stabiliteit van de vrouwen versus het relatieve risico van diverse psychofarmaca tijdens de zwangerschap en na de bevalling.

## Thema 6: Zuurstof voor jezelf

(Amber Pynket - CGG Eclips en Chris Eggermont - CAW Oost-Vlaanderen)

Vanuit je job ben je steeds bezig met de zorg voor een ander, maar hoe sterk ben je in zelfzorg? In deze sessie nemen we even een adempauze en kijken we hoe je de voorbije periode beleefd hebt. Hoe zorg jij dat je batterijen opgeladen blijven?

Intermezzo door Josefiën Tondelier (jonge moeder, fotograaf, realisatie 'Nest')  
13u: Einde