

# Moeders informereren Moeders (MIM)

Brengt zwangeren  
en beginnende  
moeders in contact  
met andere (ervaren)  
moeders.



[www.jongjgz.nl/mim](http://www.jongjgz.nl/mim) —

**jong jgz**  
groeit met je mee.



# Net je eerste kind gekregen of nog zwanger?

## Kom in contact met een andere moeder

Ben je zwanger of kort geleden voor het eerst moeder geworden? Vind je het prettig om met een andere moeder te praten over opvoeden en verzorgen en ervaringen te delen? Doe dan mee met Moeders Informeren Moeders (MIM).

## Hoe werkt het?

- Vanuit jouw voorkeur brengt MIM je in contact met een andere moeder bij jou in de buurt.
- Jullie spreken 1 à 2 keer per maand thuis af of gaan samen iets ondernemen.
- Je woont in Dordrecht.
- Meedoen met MIM is gratis.





# Ervaren moeders gezocht!

## Word vrijwilliger bij Moeders Informeren Moeders (MIM)

Ben je zelf moeder, woon je in Dordrecht en lijkt het je leuk om ondersteuning te bieden aan een beginnende moeder bij jou in de buurt? Kun je goed luisteren, deel je graag je eigen ervaringen en ken je als geen ander de wensen en twijfels van moeders met een eerste kind? Word dan vrijwilliger bij MIM!

### Wat ga je doen?

- 1 à 2 keer per maand bezoek je een zwangere of een moeder met een (pasgeboren) eerste kind.
- Je deelt je ervaringen over het moederschap.
- Je bent een steuntje in de rug.

### Wat krijg je hiervoor terug?

- Een goede training ter voorbereiding
- Begeleiding en ondersteuning
- Interessante themabijeenkomsten met andere vrijwilligers
- Plezier en een mooie ervaring rijker

# Interesse? Meld je aan als deelnemer of vrijwilliger.

Wil je meedoen als deelnemer, vrijwilliger worden of heb je vragen?  
Neem contact op met:

**Marieke Samoedj, MIM-coördinator**

**[mim@jongjgz.nl](mailto:mim@jongjgz.nl)**

**06-46 64 29 63** (whatsappen mag ook )

## Jong JGZ

Moeders Informeren Moeders Dordrecht wordt aangeboden door Jong JGZ, de jeugdgezondheidsorganisatie voor kinderen 0-18 jaar in Zuid-Holland Zuid. Hier kun je gratis terecht met vragen over de gezondheid, opvoeding en ontwikkeling van je kind.

## Contact

**[contact@jongjgz.nl](mailto:contact@jongjgz.nl)**

**088 - 566 45 49**

**[www.jongjgz.nl](http://www.jongjgz.nl)**



MIM is een toegankelijk, cultuursensitief en preventief programma voor opvoedondersteuning: voor moeders door moeders.  
MIM is ondergebracht bij Families Foundation.

