Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Factsheet Kansrijke Start Jeugdgezondheidszorg

Als jeugdverpleegkundige of jeugdarts kun jij het verschil maken voor een veilige, gezonde en liefdevolle start van een kind. Kansrijke Start geeft je praktische handvatten voor (toekomstige) gezinnen in kwetsbare omstandigheden. Door nu te investeren in de eerste 1000 dagen bouwen we samen aan een gezonde generatie. Ontdek wat jij kunt doen voor een kansrijke start voor ieder kind.



Kansrijke Start

Samen gezond, fit en veerkrachtig

Bijscholing Kansrijke Start



In de multidisciplinaire bijscholing Eerste 1000 dagen (SKJ geaccrediteerd) komen alle thema's van Kansrijke Start aan bod. In de e-learning leer je hoe je kwetsbaarheden en beschermende factoren signaleert, hoe je (toekomstige) ouders toeleidt naar passende ondersteuning en hoe je effectief samenwerkt met het medisch, sociaal en informeel domein. Afhankelijk van het aanbod in jouw regio volg je na de e-learning een (netwerk)bijeenkomst.

De eerste 1000 dagen

De basis voor een gezond leven wordt gelegd in de eerste 1000 dagen van een kind: vanaf drie maanden vóór de bevruchting tot de tweede verjaardag. Dit is hét fundament voor de fysieke en mentale ontwikkeling en de kansen voor later. Bekijk deze video over het belang van een kansrijke start.

Eén op de zes kinderen heeft géén kansrijke start. Sociale en omgevingsfactoren, zoals laaggeletterdheid, taalachterstand, geldzorgen of schulden en een migratieachtergrond hebben invloed op de kans op vroeggeboorte, een te laag geboortegewicht en zelfs perinatale sterfte.

Wat is Kansrijke Start?

Met de aanpak Kansrijke Start wil het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport gezinnen in een kwetsbare positie de best mogelijke start bieden, al vóór de zwangerschap tot het tweede levensjaar van het kind. Dit vraagt om een sterke lokale en regionale samenwerking tussen professionals in het medisch, sociaal, publiek en informeel domein. Kansrijke Start ondersteunt de samenwerking met interventies en tools voor vroegsignalering, samenwerking met ervaringsdeskundigen, domeinoverstijgend samenwerken en deskundigheids-bevordering van professionals. Gemeenten maken in lokale coalities Kansrijke Start afspraken over de samenwerking met professionals, organisaties en inwoners. Is de jeugdgezondheids-zorg in jouw gemeente al vertegenwoordigd in de lokale coalitie?

De rol van de JGZ

De JGZ bereikt ruim 95% van alle kinderen tussen 0 en 4 jaar en heeft hierdoor de meeste gezinnen in beeld. De positie van de JGZ binnen Kansrijke Start is uniek: waar andere (zorg) professionals vaak kort betrokken zijn, bouwt de JGZ een langdurige band op met een gezin en kan bevindingen proactief vertalen naar lokaal beleid. De JGZ versterkt de pedagogische basis van ouders en speelt zo een sleutelrol in de eerste 1000 dagen van een kind. Kansrijke Start wordt ondersteund door het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), GGD GHOR Nederland, ActiZ en het Nederlands Jeugdinstituut (NJi).

Inzicht in de eigen regio

Met de Indicatorenset Lokale Monitoring Kansrijke Start krijg je inzicht in de gezondheid van kinderen en ouders in je eigen werkgebied. Je vindt hier bijvoorbeeld cijfers over kwetsbare situaties, psychische problematiek of vroeggeboorte.

Wil je uitkomstmaten binnen de eigen regio selecteren? Gebruik dan de Kansenkaart. Tot slot brengt de Atlas Kwetsbaarheid het risico op kwetsbaarheid onder (potentiële) ouders in beeld.

Kinderwens en zwanger worden

Een kansrijke start begint al vóór de zwangerschap. Juist in deze preconceptiefase kun jij als JGZ-professional het verschil maken door aandacht te hebben voor leefstijl, mentale gezondheid, sociale problematiek en medische risico's. Omdat je gezinnen ook tussen zwangerschappen door ziet, kun je een eventuele kinderwens bespreken tijdens de reguliere contactmomenten. Kansrijke Start biedt hiervoor verschillende interventies en tools om de gezondheid voor een toekomstige zwangerschap te bevorderen.

Gezond Zwanger Worden

Maak een kinderwens bespreekbaar en verwijs gezinnen door naar preconceptievoorlichting en -zorg (Gezond Zwanger Worden). Dit is een belangrijke pijler binnen Kansrijke Start. Heb je behoefte aan concrete handvatten? De beslisboom voor professionals geeft je handelingsopties om het gesprek over een zwangerschapswens aan te gaan.

Hebben ouders opnieuw een kinderwens? Adviseer hen dan om ZwangerWijzer in te vullen. Met dit online screeningsinstrument krijgen zij direct betrouwbare informatie op basis van hun antwoorden.

Hebben ouders aanvullende vragen? Dan kun jij hen door-verwijzen naar naar een preconceptieconsult (kinder-wensspreekuur) bij de huisarts of verloskundige. Zij helpen bij het in kaart brengen van beschermende factoren en risico's en het geven van gericht advies over gezond zwanger worden.

Nu Niet Zwanger

Met Nu Niet Zwanger (NNZ) ondersteun je vrouwen én mannen in kwetsbare omstandigheden om een bewuste, geïnformeerde keuze te maken over het moment van hun kinderwens. Zo voorkom je onbedoelde zwangerschappen en geef je ouders de regie op kinderwens. NNZ biedt actieve begeleiding, dat begint met een open gesprek over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Alle GGD-en in Nederland bieden het programma NNZ aan. Dit gesprek kun je als JGZ-professional zelf voeren als je de e-learning NNZ - De Basis of geaccrediteerde training NNZ volgt.

Wat is kwetsbaarheid?



Bij kwetsbaarheid is er een disbalans tussen risico- en beschermende factoren. De gemeente Rotterdam en het ErasmusMC hebben een definitie van kwetsbaarheid geformuleerd om zwangere vrouwen in kwetsbare omstandigheden te kunnen identificeren.

Zwangerschap en ouderschap

Prenataal huisbezoek JGZ

Met het prenataal huisbezoek (PHB JGZ) biedt de JGZ al zo vroeg mogelijk in de zwangerschap ondersteuning aan aanstaande ouders. Meestal verloopt dit via een verwijzing van de verloskundige of huisarts, maar bij signalen van kwetsbaarheid kun je als JGZ-professional ook zelf direct het initiatief nemen.

Het gesprek kan bij de (aanstaande) ouders thuis plaatsvinden, maar ook elders. Zo kunnen ouders al vóór de bevalling kennismaken met de JGZ, hun vragen stellen en eventuele zorgen bespreken.

Bekijk de handreiking PHB JGZ op de NCJ-website, download de folder voor ouders of gebruik het aanmeld- en terugkoppelformulier. Wil je je kennis verdiepen? Volg dan de e-learning Prenataal Huisbezoek door de JGZ.

Tip: Ga in jouw organisatie na hoe de verwijzing naar het PHB JGZ op dit moment verloopt en wie het aanspreekpunt is.

CenteringZorg

CenteringZorg vervangt de individuele consulten door groepsbijeenkomsten voor (aanstaande) ouders. Voor de JGZ is dit een goede manier om bij te dragen aan een sterke pedagogische basis.

Bij Centering Zwangerschap komen zwangeren samen bij hun verloskundige voor hun medische controles. De bijeenkomsten bieden daarnaast veel ruimte voor vragen over zwangerschap, gezondheid, leefstijl, de bevalling en het ouderschap.

Bij Centering Ouderschap komen ouders na de bevalling met baby's van ongeveer dezelfde leeftijd bijeen. Samen met een jeugdarts of jeugdverpleegkundige bespreken zij de ontwikkeling van het kind en de uitdagingen van het ouderschap. Lees hoe jij binnen jouw organisatie kunt starten met CenteringZorg.

Stevig Ouderschap en VoorZorg

Soms heeft een gezin extra ondersteuning nodig. Met de preventieve interventies Stevig Ouderschap en VoorZorg bied je als JGZ-professional intensieve ondersteuning via meerdere huisbezoeken. Stevig Ouderschap is voor gezinnen die te maken hebben met omstandigheden die zwaarder dan gemiddeld zijn. VoorZorg is bedoeld voor gezinnen in zeer kwetsbare situaties met een opstapeling van risicofactoren. Deze infographic toont wanneer welke interventie het best passend is.

Praktijkvoorbeelden

Jeugdverpleegkundige Isabelle van de Vrede vertelt waarom het bespreken van een kinderwens een logische taak is voor de JGZ. Lees het interview met Isabelle over haar ervaringen.
Moeder Maryam wil haar trauma's verwerken en weer genieten van het leven, samen met haar dochtertje. Lees hoe de interventie VoorZorg het verschil maakte voor Maryam en haar kind.

In de spreekkamer

Stress

Langdurige stress is slecht voor ouder en kind. Het kan zelfs de ontwikkeling van het kind beïnvloeden. Als JGZ-professional kun je stress bespreekbaar maken en ouders praktische inzichten bieden. Bekijk het beeldverhaal Ouders, kinderen en stress om het gesprek met ouders te starten. Lees de handreiking Leven met ongezonde stress of bekijk de video: wat chronische stress doet met een kind.

Post-partumdepressie (PPD) en mentale gezondheid

Elf procent van de kraamvrouwen krijgt te maken met een Post-partumdepressie en één op de vijf vrouwen ervaart mentale problemen. Ook partners hebben kans op een PPD. Lees meer over risico- en beschermende factoren en preventie in de reader zwangerschap en mentale gezondheid. Download de toolkit Mentaal Gezonde Start voor jouw praktijk. Dit is een onderdeel van de Aanpak Gezonde Start

Alcohol en roken

Roken en alcohol zijn schadelijk voor de baby. Moedig ouders aan om te stoppen en verwijs zo nodig door. Met de gesprekstechniek Very Brief Advice (VBA+) neem je dit thema makkelijk op in je gesprek met ouders. Bekijk achtergrondinformatie, gesprekstechnieken en tips op Alcoholvrije Start en Rookvrije Start. Verwijs ouders makkelijk online door naar stophulp in de buurt.

Zorgpadentool

Wil je Inzicht krijgen in jouw sociale kaart en doeltreffend doorverwijzen? De online Zorgpadentool biedt professionals een passend lokaal zorgpad met directe contactpersonen voor kwetsbare situaties zoals tienerzwangerschappen, nieuwkomers of geldzorgen. Bekijk in deze korte video hoe de Zorgpadentool jou in je werk kan ondersteunen.

Geldzorgen

Een op de dertien kinderen groeit op in armoede en één op de acht wordt geboren in een gezin met schulden. Geldzorgen in de eerste 1000 dagen veroorzaken chronische stress, wat kan leiden tot sociale uitsluiting, gezondheidsklachten en slechtere schoolprestaties. Door tijdig armoede te signaleren en bespreekbaar te maken, voorkom je dat gezondheidsklachten en financiële problemen verergeren. Wijs ouders actief op ondersteuning zoals Geldfit of onafhankelijke cliëntondersteuning. Lees de NJC-handreiking vroegsignalering van armoede in de JGZ en bekijk de korte video over de impact van schulden op de gezondheid.

Taalbarrière

Voor goede zorg is het belangrijk dat je elkaar begrijpt. Een taalbarrière vergroot het risico op perinatale en maternale sterfte, vroeggeboorte en postnatale depressie. Controleer dus altijd of jouw informatie duidelijk overkomt en zet een tolk in als dat nodig is. Volg de richtlijn 'Omgaan met taalbarrières in de zorg en het sociaal domein' of bekijk de

instructie Zo schakel je een tolk in. In de online Talentool vind je betrouwbaar voorlichtingsmateriaal over zwangerschap en ouderschap in verschillende talen.

Kinderen van ouders met een (licht) verstandelijke beperking (KOVB)

In Nederland groeien ongeveer 23.560 kinderen op met ouders met een verstandelijke beperking. Zij lopen een verhoogd risico op hechtingsproblemen, verwaarlozing en ontwikkelingsproblemen. Gebruik de signalenkaart KOVBl om deze kinderen en hun ouders te herkennen. Lees meer over passende ondersteuning aan kinderen van ouders met een verstandelijke beperking.

Spraak-taalontwikkeling

Het aantal kinderen met een spraak-taalontwikkelingsachterstand op tweejarige leeftijd neemt toe, terwijl juist de eerste 1000 dagen essentieel zijn voor de taalverwerving van een kind. Bied ouders praktische ondersteuning of leid kinderen vanaf 2,5 jaar met (een risico op) een taalachterstand toe naar Voor- en Vroegschoolse Educatie (VVE). Download materialen en adviezen via Taalschatten en de richtlijn Taalontwikkeling.

Huilbaby's

Van de ouders ervaart 32 procent het huilen van hun baby als een probleem. Ouders van een huilbaby hebben een tot vijf keer hoger risico op het ontwikkelen van een depressie. Bekijk de NCJ-ichtlijn over excessief huilen. Informatie voor medisch professionals is ook beschikbaar via de cyberpoli onrustige en huilbaby's en het NJi. Gebruik het beeldverhaal voor ouders om met hun het gesprek te voeren over huilbaby's of tip deze podcast Ontroostbaar.

Mondzorg

Steeds meer kinderen hebben gaatjes in hun gebit. Gaatjes kunnen leiden tot pijn, abcessen en verminderde algehele gezondheid. Begeleid ouders naar de mondzorgverlener; professionele mondzorg en de mondzorgcoach voor kinderen worden grotendeels vergoed vanuit de basisverzekering. Bekijk achtergrondinformatie en hulpmiddelen in de JGZ-Richtlijn Mondzorg. Download praktische adviezen voor gezonde voedings- en poetsgewoontes voor ouders, zoals het GebitsGroeiBoekje, de Tandenpoetskaart en het stappenplan mondzorg voor de JGZ.

Onderwerpen bespreken

Om kwetsbare thema's bespreekbaar te maken en de zorgbehoefte van een gezin in kaart te brengen, kun je gebruikmaken van signalerings- en taxatiemethodieken zoals Kijk Mij!, de SPARK-methode of de GIZ. In de e-leaning GIZ-Methodiek leer je meer over het gebruik van de GIZ.

Dit is een uitgave van
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
www.kansrijkestart.nl
Oktober 2026

Samen werken we aan een kansrijke start voor ieder kind

Samenwerking

Sociale kaart

Als jeugdarts of jeugdverpleegkundige heb je een centrale positie in de sociale kaart van de regio. Je vormt de spil tussen het medisch domein en het aanbod in het sociaal, publiek en informeel domein. Door vroegsignalering en jouw goede overdracht naar ketenpartners kan een gezin tijdig de juiste ondersteuning krijgen.

Ga na of jouw organisatie al deelneemt aan een lokale coalitie Kansrijke Start en een Verloskundig Samenwerkingsverband (VSV) om de samenwerking in de wijk te versterken. In deze lokale coalities worden regionale kwetsbaarheden in kaart gebracht om de ondersteuning en samenwerking te verbeteren.

Gebruik de Zorgpadentool voor inzicht in de zorgpaden per gemeente. Een compleet landelijk overzicht vind je via Sociale kaart Nederland. In de digitale Mind-atlas staan meer dan 600 cliëntenorganisaties, jeugdorganisaties en samenwerkingsverbanden waarvan jij als jeugdverpleegkundige of jeugdarts én de ouder gebruik kunnen maken bij sociale kwetsbaarheden.

Ervaringsdeskundigheid

Impact maken met Kansrijke Start begint bij luisteren naar en samenwerken met de mensen om wie het gaat: (toekomstige) ouders in een kwetsbare situatie. Door samen te zoeken naar oplossingen sluit de hulp beter aan bij de behoeften van de ouder(s). Ook versterk je hiermee de autonomie en het probleemoplossend vermogen. Zijn ervaringsdeskundigen al vertegenwoordigd in jouw lokale coalitie Kansrijke Start of binnen jouw eigen JGZ-organisatie?

Alle interventies Kansrijke Start

Wil je een compleet overzicht van het aanbod in jouw regio of landelijk? Bekijk alle erkende interventies in het medische en sociaal domein waarvan je gebruik kunt maken.

Podcast 1000 dagen 1000 vragen
In de podcast '1000 dagen 1000 vragen' wordt aan de hand van persoonlijke verhalen van gezinnen in de eerste 1000 dagen gezocht naar tips en antwoorden op alle vragen in deze bijzondere tijd. De podcast is bedoeld voor alle ouders, aanstaande ouders of ouders met een kinderwens en biedt ook informatie voor de professionals in de eerste 1000 dagen. Beluister de podcast en tip deze aan ouders.