

Nederlands Dagblad
1 oktober 2011

Kraamverzorgsters koken menu's van topkoks.
Zo kun je luxueus dineren na de bevalling.

LIA VAN DE MINKELIS BEELD.FR

Dineren in het kraambed

Veel kraamverzorgsters hebben er sinds kort een taak bij: het verzorgen van een exclusief driegangendiner voor de pas bevallen moeder.

Het MAMAdiner is een bijzonder menu, gebaseerd op exclusieve recepten van bekende topkoks en bereid door kraamverzorgsters. Sinds een paar maanden is het verkrijgbaar bij aangesloten kraamzorginstellingen in Rotterdam, Midden- en West-Brabant, Noord-Holland, Friesland, Drenthe, Groningen, Flevoland, Overijssel en Gelderland. Het idee komt van Marieke Sprietsma (43). Zij is zelfstandig zorgondernemer en werd een jaar geleden door de directeur van Kraamzorg Rotterdam gevraagd om na te denken over een nieuwe, onderscheidende activiteit in de kraamzorg. 'Vriendinnen met een baby vertelden me dat de kraamzorg bij hen extra zou scoren met een speciaal verwenmoment voor de moeder. Twee andere vriendinnen deden mee in een kookprogramma van Herman den Blijker en zo ontstond het MAMAdiner in mijn gedachten. Dit idee werd door Kraamzorg Rotterdam bijzonder enthousiast ontvangen. Ik heb hun voorgesteld dat ik dit concept als ondernemer uit ging werken en het vervolgens zou uitrollen over heel Nederland.' Elk MAMAdiner bestaat uit vijf bijzondere en gezonde recepten.

Aan elke kraamzorgorganisatie is een andere topkok verbonden, die een speciaal menu voor het MAMAdiner heeft bedacht. Voor Thebe Kraamzorg is dat Rudolph van Veen, voor De Kraamvogel bedacht Ron Blaauw een menu en voor Kraamzorg Rotterdam zijn dat Herman den Blijker en François Geurds. Deze 'Bekende Nederlanders' werken belangeloos mee aan het idee van Sprietsma. Niet alleen vanwege hun sympathie voor de kraamvrouwen, maar ook omdat het MAMAdiner € 5 per diner doneert aan Orange Babies. Sprietsma: 'Door deze bijdrage kan Orange Babies een aanstaande moeder in Afrika negen maanden lang hiv-medicatie geven, zodat haar kindje hiv-vrij geboren kan worden.'

workshop

Marianne Bos (49) uit Assen is kraamverzorgster bij De Kraamvogel. Ze is dol op koken. Toen tijdens een werkbespreking het MAMAdiner aan de orde kwam, was ze direct enthousiast om de workshop te gaan doen onder leiding van Leonie van Mierlo, een chefkok die opgeleid is door topkok Cas Spijkers. 'Met een aantal kraamverzorgenden leerden we alles koken wat Ron Blaauw bedacht had. Een voor- en nagerecht en drie hoofdgerechten: vlees, vis en vegetarisch. Wat klaar was, konden we bij elkaar proeven. Tussen-door kregen we tips om de tafel mooi te dekken.'

In juni was de lancering van het MAMAdiner voor De Kraamvogel in Amsterdam. Bos was een van de 25 kraamverzorgsters die kookten voor 90 verloskundigen en leidinggevenden. 'Ook dat was een geweldige dag.'

Toch zien niet alle kraamverzorgsters het zitten om een MAMAdiner te koken. 'Vaak zijn ze bang dat het teveel tijd kost. Maar dat valt erg mee', zegt Bos. 'Veel kun je een dag van tevoren klaarmaken. Naarmate je het vaker maakt, word je er handiger in. Tijdens de workshop leek het me wel moeilijk, maar na drie keer koken bleek het net zo makkelijk te maken als een pan macaroni. Het is wel veel lekkerder dan een gewone maaltijd. Je kunt merken dat het door een topkok bedacht is. Het is net even iets extra's en er zitten ook aparte ingrediënten in.'

druk

Marjon van Marie (35) uit Eelderwolde bestelde als kraamvrouw het MAMAdiner. De Van Marles kozen voor het vleesmenu. Hun oudste dochter Monize (anderhalf jaar) at mee en kraamverzorgster Marianne Bos ook. 'Het menu was voor vier personen. Zo'n kraamweek is al best druk, daarom wilden we liever geen bezoek bij het diner. We vonden het wel erg leuk om met Marianne Bos na te praten. Ook omdat ze eerder de kraamtijd bij onze oudste dochter heeft gedaan. Tussen de gangen door kun ik mijn zontje Minnz voeden. Het diner onderstreept het geluksgevoel van de kraamtijd.' Het MAMAdiner kost € 22,50, exclusief de ingrediënten. Voor het complete diner komen de kosten ongeveer op € 10,00 per persoon. Vond Van Marie de maaltijd niet duur? 'Het eten was voortreffelijk, echt enorm lekker. Als in de betere restaurants. De finesse proefde je heel goed. Zo'n diner is inderdaad niet goedkoop, maar als je uit eten gaat, ben je veel meer kwijt.'

Volgens Marieke Sprietsma kunnen de hoeveelheden van de ingrediënten aangepast worden aan de wens van het jonge gezin. Ook is het mogelijk voor één of twee gerechten te kiezen, of de gangen over meer dagen te spreiden door bijvoorbeeld een voorgerecht als lunch te serveren en een volgende dag het hoofdgerecht als warme maaltijd. Bos kan zich goed voorstellen dat die mogelijkheid een beter idee is als het met de baby of de moeder niet zo goed gaat. 'Dan staat je hoofd niet naar een uitgebreid diner.' Inmiddels zijn er 300 kraamverzorgsters getraind om een MAMAdiner te kunnen koken. 'Allemaal vrouwen die van koken houden. Alleen de kraamverzorgsters die het leuk vinden, hoeven de cursus te doen voor het MAMAdiner. Er zijn enkele honderden maaltijden aangevraagd en intussen zijn er zo'n vijftig geserveerd.' Als kraamvrouw dien je voor de bevalling al aan te geven dat je een MAMAdiner wilt; dan wordt ervoor gezorgd dat je een kraamverzorgster krijgt die is opgeleid om het diner te kunnen koken. Sprietsma heeft zich als ambitieus doel gesteld om in 2013 20 procent van alle kersverse ouders aan het MAMAdiner te hebben. 'Jaarlijks worden er 180.000 baby's geboren in Nederland. 20 procent

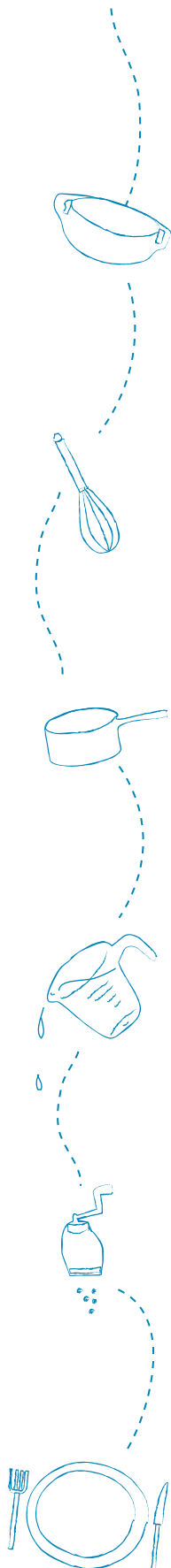
daarvan is 36.000. Van elk diner gaat vijf euro naar Orange Babies. Dat zou een geweldige bijdrage aan de hiv-bestrijding zijn.' ■

Informatie

Aanstaande moeders kunnen het MAMAdiner aanvragen bij een deelnemende kraamzorginstantie. Vanaf 1 oktober is het mogelijk het MAMAdiner cadeau te geven aan een kraamvrouw, als zij van een van de deelnemende instanties kraamzorg krijgt. Werkgevers kunnen het aanvragen voor werknemers vanaf november. De deelnemende kraamzorgorganisaties zijn: Kraamzorg Rotterdam en omstreken, De Kraamvogel (werkzaam in Friesland, Drenthe, Groningen en Noord-Holland en in Zwolle en Arnhem) en Thebe Kraamzorg (West- en Midden-Brabant). Marieke Sprietsma wil binnen een jaar landelijke dekking van het MAMAdiner. Vanaf 1 november is het mogelijk zelf een MAMAdiner te bereiden en cadeau te geven aan een moeder. Vanaf 1 november bieden de kraamzorgorganisaties ook een MAMAontbijt aan.

►► mamadiner.nl

'Sommige kraamverzorgsters zijn bang dat het koken teveel tijd kost'



Nederlands Dagblad
1 oktober 2011 - pag 2



Kraamverzorgster Marianne Bos kookt het MAMAdiner voor de familie Van Marle.

linksonder: De groep kraamverzorgsters die het MAMAdiner van topkok Ron Blaauw leerde koken. Vooraan in het midden zit Marieke Sprietsma, de bedenker van het MAMAdiner.

