

Kære forældre

Jeg vil gerne fortælle jer om et nyt tiltag for forældre i Vesthimmerland. I Folkekirkens Familiestøtte vil vi gerne støtte forældre i at skabe trivsel i hjemmet til glæde for hele familien. Derfor tilbyder vi nu en række kursusforløb og andre trivselsfremmende tiltag.

Vi henvender os til helt almindelige familier med helt almindelige udfordringer. Vi kender alle til, at vi i perioder af vores liv er lidt ekstra sårbare eller presset. Der kan være mange forskellige grunde til, at vi pludselige befinder os i en situation, hvor tingene vokser sig lidt op over ørerne på os. Det kan betyde, at man som familien er endt i nogle u hensigtsmæssige mønstre, som har indvirkning på forældre og børns trivsel. Eksempler på dette kunne være, at man som forældre har mange konflikter med børnene eller hinanden eller, at det begynder at knibe med overskuddet til at være nærværende med børnene i det omfang, man selv ønsker sig.

Her er vores tilbud her i efteråret. Læs mere og tilmeld dig på [www.folkekirkensfamiliestotte.dk](http://www.folkekirkensfamiliestotte.dk)  
Læs også her om vores tilbud til forældre, der er skilte.

De bedste hilsner

Anne Marie Nedergaard. Din lokale koordinator

## Sæt fokus på familiens trivsel i efteråret

Vores tilbud er til dig, som ønsker at skabe udvikling i familielivet. Hos os kan du som forælder få sparring og kvalificerede input til at skabe de forandringer, som du ønsker i din familie.

Det kan være hverdagsstrukturen, der halter. Det kan være konflikter, der fylder for meget, eller det kan være børn, som ikke trives i deres hverdag. Eller måske er det noget helt andet, som fylder i jeres familie.

Vi vil gerne hjælpe din familie med at bryde dårlige vaner, få et bedre fællesskab i familien eller få fokus på god kommunikation. Vi tager altid udgangspunkt i din situation og dine ønsker, og vi har ingen holdning til, hvordan du vælger at opdrage dine børn.



For alle forældre

### Forældreven

En forældreven er en godkendt frivillig, som er god til at lytte. Forældrevennen kan bakke op om de forandringer, du ønsker at skabe eller sparre med dig om de ting, der fylder for dig.

Kontakt koordinatoren for mere information



For par

### PREP: Kommunikationsforløb for par

Styrk jeres parforhold til gavn for jeres børn med et forløb, hvor I får fokus på styrker og udfordringer i jeres parforhold og får redskaber til at tale bedre sammen og forstå hinanden.

Dato 28. og 29. september kl. 9.00 – 16.00. Sted: Løgstør Sognehus

Tilmeldingsfrist: 20.09.18



For forældre

### Familiefokus: Få styr på familiens skærmforbrug

Hvem styrer skærmforbruget hjemme hos jer? Få faglig viden, erfaringsudveksling med andre forældre og arbejd på nye skærmvaner i familien. Forløb for forældre med børn i alderen 8-13 år.

3 aftener + 1 opfølgning kl. 18.30-21.30., 25.10. og 28.11.

Sted: Toppedalskolen

Tilmeldingsfrist: 28.09.18

Kontakt koordinator Anne Marie Nedergaard på tlf. 40 11 96 80 eller mail [anne@km.dk](mailto:anne@km.dk)



Folkekirkens  
Familiestøtte