



# HOME-START


## Familiekontakt

### DANMARK



**HOME-START**

Støtte til småbørnsfamilier under pres



*"Home-Start er overskud, nærvær,  
tid og overlevelse"*

*En mor og far*

# HOME-START

## Familiekontakt

*HOME-START Familiekontakt tilbyder praktisk og personlig støtte fra frivillige familievenner til småbørnsfamilier, som mangler overskud til at få hverdagen til at hænge sammen.*

Formålet med den frivillige støtte er at forebygge kriser og sammenbrud i familier med små børn.

Støtten skal styrke familiens egne ressourcer ved at give forældrene overskud og selvtillid og bygge bro til nye netværk.

Målet er, at forældrene bliver bedre i stand til at håndtere de udfordringer, de møder i dagligdagen, så de kan give deres børn den opmærksomhed og omsorg, som børnene har behov for.

HOME-START støtter, fordi alle børn fortjener den bedste start på livet.



### **HVEM** kan få hjælp?

HOME-START Familiekontakt støtter børnefamilier, som oplever at være under pres, har mindst ét barn under skolealderen og ønsker at modtage støtte fra en frivillig familieven.

HOME-START tilbyder støtte til alle typer af familier.

Enhver familie kan i perioder opleve at mangle det overskud, der skal til, for at få hverdagen til at hænge sammen og forebygge og løse problemer i tide. Ind imellem kan presset blive så stort, at de daglige udfordringer truer med at udvikle sig til problemer, som går ud over familiens trivsel.

Mange af de familier, som HOME-START hjælper, har børn under et år, en del har tvillinger og en del er alene med et eller flere børn. Mange er desuden ramt af alvorlig sygdom, dødsfald, fysisk/psykisk handicap eller psykiatrisk lidelse. Og mange har et begrænset netværk.



# Sådan arbejder vi


## *HVAD er det unikke ved HOME-START?*

Støtten gives af en frivillig familieven cirka 2 timer om ugen i mindst 6 måneder, eller så længe familien har brug for det. Støtten foregår hjemme hos familien, tager udgangspunkt i forældrenes ønsker, kan både være praktisk og personlig, og efter princippet "hjælp-til-selvhjælp".

Kontakten mellem familie og familieven er frivillig, fortrolig og ligeværdig. Relationen er medmenneskelig, bygger på samvær og skaber trykthed og tillid.

HOME-START Familiekontakt bygger bro til kommunale foranstaltninger, når der er brug for det. Når HOME-START er i kontakt med familier med misbrug eller andre alvorlige problemer, støtter vi dem i at søge professionel hjælp.

Hvis det er nødvendigt for at beskytte et barn, underretter vi kommunen, så vidt muligt sammen med forældrene.



*"Home-Start har betydet ro"*

*En mor og far*

### HOME-START:

- er et stærkt internationalt koncept, der er udviklet i England i starten af 70'erne og udbredt til mere end 20 lande over hele verden
- bygger på et humanistisk værdigrundlag og et empowerment perspektiv, hvor mennesker bliver i stand til at bekæmpe afmagt og afhængighed
- er uafhængig af religiøse, politiske og økonomiske interesser

### HOME-START Familiekontakt Danmark er:

- etableret i 2006
- medlem af HOME-START Worldwide, som blev stiftet i 1999
- forpligtet til at arbejde efter den internationale "Erklæring om Principper og Praxis"

*HOME-START Familiekontakt er karakteriseret ved engagement, fleksibilitet, kontinuitet, lydhørhed, nærvær, omsorg, ordentlighed, overskud, respekt, rummelighed, stabilitet, tid, tålmodighed, ærlighed og åbenhed.*



*“Det aflastede mig - altså de der faste gåture med min kone, som den frivillige tog sig af, for så var det ikke mit ansvar”*

*En far*

## Familierne

### *HVAD BETYDER støtten for familierne?*

Det er veldokumenteret, at tidlig indsats gavner småbørnsfamilier, og internationale studier viser, at HOME-START skaber øget trivsel hos børnene og styrker forældrenes kompetencer.

En dansk interviewundersøgelse viser tilsvarende, at familierne oplever, at HOME-START på kort sigt giver et pusterum; på mellem-lang sigt giver overskud og selvtillid; og på lang sigt forebygger kriser.

De gode samtaler med HOME-START's familievenner og de ekstra hænder i køkkenet, ved vasketøjet eller på børneværelset, letter hverdagen og styrker familiens egne ressourcer.



## **HVORDAN** kommer familier i kontakt med HOME-START?

Pædagoger, sundhedsplejersker, praktiserende læger, sagsbehandlere og andre, som er i tæt kontakt med småbørnsfamilier og kan se, at en familie vil have glæde af en frivillig familieeven, kan fortælle forældrene om HOME-START.

Forældrene kan selv henvende sig til en af de lokale afdelinger eller til HOME-START's Landssekretariat.

Andre kan også henvende sig på familiens vegne, hvis forældrene beder dem om det, fordi de ikke selv har overskud.

En opringning eller mail fra familien til HOME-START er altså det første skridt på vejen.



*"Jeg ønsker mig en frivillig fra Home-Start, som vil spise aftensmad med os, som en lille familie" En mor*

## Familievennen

**HVAD TILBYDER** familievennen?

- Lytter til forældrene
- Viser forståelse, giver omsorg og bakker op
- Foreslår nye måder at anskue og håndtere udfordringer
- Hjælper med praktiske gøremål, f.eks. madlavning og vasketøj
- Leger med børnene, spiller spil, læser historie, går tur eller tager på legeplads
- Hjælper med at forstå og udfylde papirer
- Støtter forældrene i at gøre brug af offentlige tilbud
- Viser vej til andre tilbud i lokalsamfundet
- Opmuntrer forældrene til at bruge deres netværk og introducerer dem evt. til nye netværk



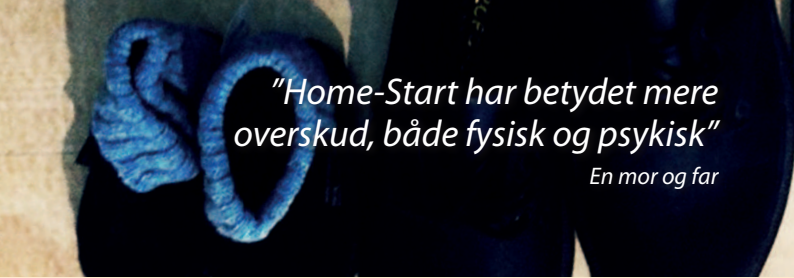


### HVAD FORVENTER HOME-START af familievennen?

- Forældreerfaring eller anden erfaring med familieliv
- Respekt for anderledes holdninger og livsstil
- Fortrolighed og empati
- Deltagelse i 20 timers kursus
- Tilslutning til HOME-START konceptet

### HVAD FÅR familievennen af HOME-START?

- Muligheden for at gøre en forskel
- Gode oplevelser med en småbørnsfamilie  
– og måske et venskab for livet
- Netværk og sociale arrangementer med andre frivillige,  
både lokalt og landsdækkende



*"Home-Start har betydet mere  
overskud, både fysisk og psykisk"*

*En mor og far*

## Lokalafdelinger

### *HVORDAN ORGANISERER HOME-START indsatsen?*

HOME-START Familiekontakt Danmark er organiseret med et landssekretariat og lokale afdelinger.

Lokalafdelingerne har ansat mindst én fagprofessionel koordinator, som har ansvar for afdelingens drift, kvalitetssikrer indsatsen og skaber basis for en tryk relation ved at sørge for, at de frivillige familievenner er klædt på til opgaven og matcher den enkelte families behov for støtte.

Der er typisk knyttet 30–45 frivillige til en lokalafdeling, som kan hjælpe 40-60 familier om året.

Målet er, at HOME-START bliver landsdækkende, så alle småbørnsfamilier kan få hjælp, før det går galt.

Find alle vores afdelinger på [www.home-start.dk](http://www.home-start.dk).

Kontakt landssekretariatet for yderligere oplysning om udbredelsen af lokalafdelinger.



### HVAD GØR den lokale koordinator?

- Arrangerer forberedelseskursus og møder for frivillige
- Besøger den enkelte familie og spørger til familiens ønsker
- Finder en frivillig, der matcher familien praktisk og personligt
- Introducerer familie og frivillig til hinanden
- Følger op på forløbet regelmæssigt
- Giver sparring til den frivillige
- Sikrer brobygning til samarbejdspartnere, når der er brug for det
- Hjælper med at afslutte forløbet mellem en familie og en frivillig, når tiden er inde



*"En lille bitte indsats kan  
gøre en kæmpe forskel  
- og man kan "risikere"  
at få en ven"*

*En koordinator*

Grafisk design: [www.courage-design.dk](http://www.courage-design.dk). Skofotos er fra familier, som Home-Start har hjulpet, og er anvendt med tilladelse fra familierne.



**HOME-START Familiekontakt**

Landssekretariatet · 6220 7711 / 2342 7720

[kontakt@home-start.dk](mailto:kontakt@home-start.dk) · [www.home-start.dk](http://www.home-start.dk)