

## Kontakta familjebehandlare

Annika Göransson 072-988 75 75  
annika.goransson@horby.se

Renate Sundholm 073-331 81 18  
renate.sundholm@horby.se

Tina Berggren 070-938 22 00  
tina.berggren@horby.se



### Vi finns på Slagtoftavägen 11

T.f. Enhetschef Cecilia Sahlström 0415-37 81 60

Bitr enhetschef Carola Larsdotter Isaksson 0415-37 81 27

# Råd och Stöd

## för dig som är förälder



## Käns föräldrarollen påfrestande?

Vi stöter alla på svårigheter i föräldrarollen. Vardagen kan kännas svår, tung att hantera och det blir svårt att njuta av familjelivet. Det kan vara bra att fundera tillsammans med någon annan för att hitta nya sätt att få det bättre tillsammans i familjen.

Exempel på situationer där du som förälder kan behöva stöd:

- kommunikationsproblem
- skolk
- svårigheter med gränsättning
- oro för ditt barns kompisumgänge
- svårigheter i rollen som nybliven förälder
- samspel/anknytning
- separation
- dödsfall
- missbruk eller beroende
- våld eller hot
- kriminalitet
- försämrat psykiskt mående hos dig som förälder, som påverkar ditt barn

## Om oss

I vårt familjeteam har vi lång erfarenhet av att hjälpa och stärka familjer på olika sätt. Vi erbjuder upp till fem fria samtal där vi lyssnar på och stöttar dig.

Vi arbetar under sekretess, skriver inga journaler och samtalen är kostnadsfria. Om du känner att du behöver stöttning under en längre period hjälper vi dig vidare med det. Du ringet eller sms:ar själv någon av oss om du vill boka tid för samtal.

## Grupper

Utöver enskilda samtal erbjuder vi även föräldrautbildningar, olika stödverksamheter för barn och ungdomar, hästunderstödda insatser samt utvecklingsstödjande metoder vid samspel mellan föräldrar och barn.

