

ÅRSBERETNING HOME-START Familiekontakt Nordvestsjælland 2023



Forskellen mellem Omsovs og Omsorg:

Omsovs hørte vi om første gang fra Lone Møller, da hun på vores generalforsamling i 2022 fortalte, hvordan hun fik HOME-START til Danmark. Hun har altid haft et vidunderligt malende sprog, og Omsovs kender de fleste af os vist til. Både som dem der har **øset**, og dem der har følt sig godt sovset ind.

Omsovs er, når velmenende mennesker begynder at hjælpe dig med noget - du IKKE har brug for eller bedt om.

I modsætning til Omsorg, der er at blive hørt og mødt i de behov, du giver udtryk for.

I HOME-START øver vi os i at give omsorg til familier ved at spørge dem om, hvad de har brug for – og så gøre det.

I år haft vi også haft fokus på den svære øvelse det er at yde selvomsorg.

De frivillige familievenner i HOME-START og den omsorg de yder i familierne, er kernen i vores arbejde – derfor er det vigtigt også at have fokus på deres batterier.

At støtte en familie er heldigvis ofte meget givende – og man kommer fra det ugentlige besøg med mere energi, end da man kom. Men somme tider er det også svært at stå tæt på mennesker, der er ramt af sygdom, fattigdom eller andre svære livskriser.

Hvert år tilbyder vi derfor vores frivillige et kursus i Selvomsorg og genopladning.

De frivillige er mennesker der giver mere end de tager – derfor beder vi dem været ekstra opmærksomme på, om de giver fra fulde eller flade batterier. Og vi støtter dem i at afgrænse sig og få tanket godt op – Så de kan kigge på familien med kærlige briller i næste uge igen.



Familier og Frivillige:

Vi har i 2023 haft 67 gode HOME-START forløb med over 150 børn. Det er det højeste antal familier vi nogensinde har hjulpet i løbet af et år i Nordvestsjælland. Vi har oplevet en stigende tilgang af familier i begge kommuner.

I Holbæk har vi støttet 35 familier og i Kalundborg 32 familier. Et forløb varer i gennemsnit 7-8 måneder.

Vi har afholdt to forberedelseskurser for nye frivillige i år – et i Holbæk og et i Gørlev. Og heldigvis er der også mange af vores erfarne gode familievenner, der holder ved. Det betyder at vi har 35 aktive frivillige, 21 i Holbæk og 14 i Kalundborg.

De fleste frivillige kommer to timer om ugen i en småbørnsfamilie, men mange hjælper også med børnepasning i sundhedshusene i forbindelse med terapiforløb for mødre med efterfødselsreaktion. De hjælper med at fortælle om HOME-START Familiekontakt – ved arrangementer og folkemøder eller de er bogorme og værter ved Fars Legestue.

Vi gør, hvad vi kan, for at se og anerkende de frivillige. Den ro de bringer ind i familien, den omsorg de deler ud af og det hverdagshåb de spreder.

Magien opstår i mødet mellem dem og familien – i det mellemmenneskelige rum.

De frivillige er fantastiske ambassadører for vores organisation.



Jette og Lili Fortæller om HOME-START Familiekontakt til foreningsbasar i Holbæk.

Generalforsamling og Lokalbestyrelsen:

Årets generalforsamling blev afholdt på Solstikken i Kalundborg. Udover de obligatoriske punkter havde vi besøg af Heidi fra Red Barnet, der fortalte om deres familieoplevelsesklub. Desuden fortalte Ruth fra Bestyrelsen og familievennen Lilli om afslutningen på vores projekt om nye veje og holdepunkter, om sikkerhedsnet og netværk.



Denne smukke illustration er lavet af Ulla Bruun efter hun havde hørt om vores projekt.

På Generalforsamlingen blev følgende valgt til Bestyrelsen:

- Forkvinde Christina Jensen, Kalundborg
- Lene Pries, Kalundborg
- Kristine Vesterskov Olsen, Kalundborg
- Kasserer Karen Fabricius Hansen, Holbæk
- Ruth Anita Poulsen, Holbæk
- Anette Frihed, Kalundborg
- Bo Pedersen, Holbæk

Koordinator Rikke Kogi er stoppet i år. Mange tak for dit kærlige bidrag og din skønne måde at være på. Du vil blive savnet af familier, frivillige og alle os andre.

Heidi Mødekjær trådte til som koordinator vikar

Tak for dig <3

I september måned trådte Karen Fabricius Hansen ud af bestyrelsen – efter at have været en kæmpe ophavskvinde, igangsætter og rammesætter for vores Afdeling siden 2008.

På HOME-STARTS Danmarks Landsmøde blev Karen valgt til årets æresmedlem. Ruth modtog prisen på Karens vegne.

Af Hjertet TAK for din kæmpe kærlige indsats Karen <3

Frivilligarrangementer i 2023:

Vi har afholdt fire Frivillig Cafeer med fagligt indhold.

Vi har både haft besøg af Koordinator Camilla fra Ringsted, der fortalte om det moderne Forældreskab og hvor meget det fylder.



Camilla går i dybden med det stadigt voksende forældreskab.

Vi har haft besøg af Pædagog Ditte Olsen fra Kalundborg Krisecenter til at fortælle om, hvordan det er at være barn på et krisecenter.



I Infobotikkens lillebitte lokale sad vi tæt for at lytte til kloge Ditte Olsen fra Kalundborg Krisecenter

Endeligt har vi afprøvet det nye undervisningsmateriale og hygget med de lækre Kager, som Anette Jacobsen altid beriger os med.

Kursus i Selvomsorg blev i år afholdt i Bjergsted smukke landskab. Med tid til Natur, fordybelse og fantastisk mad

I år var temaet ”det rolige nervesystem” som kendetegner mange af vores frivillige.



Frivillige der nyder roen og det smukke Bjergsted

Til den årlige sommerfest var vi på Holbæks grønne lunge. I bagende sol og i verdens bedste selskab



Tre skønne frivillige med jordbærkage i solen <3

Måltidskasser:

I år har vi kunnet hjælpe 13 familier med 1 måned med Måltidskasser fra firmaet Sund Takeaway.

Inflationen har ramt børnefamilierne hårdt – og for de familier der i forvejen havde et stramt

budget, har det næsten været umuligt at få hverdagen til at hænge sammen.

En måltidskasse sikrer, at familien får tre eller fire sunde måltider om ugen i en måned. I en måned, hvor hele deres verden er væltet af en ekstra varme- eller elregning – kan det betyde alverden for en familie, der er ramt af fattigdom, at modtage en måltidskasse.

En måltidskasse indeholder 3 gange aftensmad, der kan laves på under 15 minutter. Det er derfor ikke bare en kæmpe økonomisk støtte i mange familier, men vi har også anvendt dem til familier, der er ramt af alvorlig sygdom og derfor slet ikke kan få overskuddet og tiden til at hænge sammen.

Før i tide var det helt almindeligt, at en landsby organiserede en såkaldt barselspotte – det betød af en nybegt familie fik aftensmad fra nabokonerne de første 14 dage de var hjemme fra fødegangen.

Flere familier fortæller, at måltidskasserne giver dem en oplevelse af, at nogen tænker på dem i en vanskelig tid. Så Måltidskasserne kan altså både støtte økonomisk, praktisk og omsorgsfuldt.



Tak til alle de skønne familier <3:
Tak for jeres ærlighed, sårbarhed og skønne måde at tage imod os på. Tak for jeres ord og

mod til at række hånden ud efter støtte – i sidste ende til gavn for jeres børn.

Tak til alle de nye skønne og de gode gamle kærlige Frivillige.

Tak til alle dem der har støttet vores arbejde ved samarbejde, menneskelig eller økonomisk støtte.

- Mødrehjælpen
- Red Barnet
- HolbækNetværket
- Stop Madspild Jyderup
- Madskaalen
- Kalundborg Kommune
- Holbæk Kommune
- Rotary Kalundborg
- LC Holbæk
- De tre Frimurer Loger i Holbæk
- Frimurerlogen Sankt Johanneslogen Esbern snare
- Til Tim, Solveig, Christina, Ulrik, Helle, Martin, og alle de andre der har bidraget med tøj, sofaer, barnevogne etc.

Og alle de mange nye medlemmer der har støttet os ved indmeldelsen

Vi ser frem til et fortsat godt samarbejde i 2024.



Kærlig hilsen
HOME-START Nordvestsjælland
Heidi Mødekjær og Stine Welent