

HOME-START Ringsted

Årsberetning 2022



Indhold

Indhold.....	1
Om HOME-START Familiekontakt Ringsted.....	2
Året der er gået	2
Familiernes vej til HOME-START	4
De familier vi støtter.....	5
Hvad efterspørger familierne	6
Familiernes udbytte.....	7
Vores frivillige familievenner.....	8
Aktiviteter i 2022	9
Tilbud til familierne	9
Legegryden	9
Bogtilbud til familierne	9
Handyven.....	9
PR.....	10
Samarbejde med lokale aktører	10
En særlige tak til	10

Om HOME-START Familiekontakt Ringsted

HOME-START Ringsted er en frivillig social organisation, der er en del af den landsdækkende organisation HOME-START Familiekontakt Danmark. HOME-START er desuden en del af det internationale netværk HOME-START World Wide, som findes i 24 lande.

HOME-START støtter pressede småbørnsfamilier med mindst ét barn under skolealderen. Familierne er bopliende i Ringsted kommune. Det er en forudsætning, at familierne selv ønsker en hjælpende hånd. Støtten gives af frivillige familievenner, der besøger familierne 2 timer om ugen i mindst et halvt år eller så længe, der er behov.

Familievennerne er typisk selv forældre, der tilbyder praktisk og venskabelig støtte med henblik på at give forældrene overskud til at mestre hverdagen, overkomme udfordringer og finde bæredygtige løsninger, der øger familiens trivsel og dermed medvirker til at give børnene en sund udvikling. Indsatsen har på den måde fokus på hjælp til selvhjælp med henblik på at forebygge sammenbrud, familiekriser, isolation og bekymrende trivsel hos børnene i familien.

Camilla Brandi Anshøj er ansat som lokalkoordinator 27 timer ugentlig. Camilla uddanner de frivillige familievenner, sikrer gode match mellem familierne og familievennerne samt sørger for den øvrige daglige drift af afdelingen. Lidt forenklet støtter Camilla de frivillige, så de frivillige kan støtte forældrene, så forældre kan støtte deres børn.

Afdelingen ledes af en frivillig bestyrelse, som mødes 10 gange årligt. Derudover har bestyrelsen stået for flere forskellige arrangementer herunder det nyeste skud på stammen: Legegyden.



Anne Marie Østergaard (formand)

Rikke Falkenberg (næstformand)

Dorte Andersen (børnesikkerhedansvarlig)

Finn Sørensen (kasserer)

Afdelingens grundfinansiering er sikret af Den Sociale Investeringsfond frem til maj 2025. Derudover har HOME-START modtaget støtte fra kommunens §18 midler samt donationer fra lokale foreninger bl.a. til vores nye initiativ: Legegyden.

Året der er gået

I 2022 har vi haft fokus på at blive en kendt og veletableret afdeling, hvilket er lykkedes. Vi har i løbet af året støttet 27 familier og fået 18 nye frivillige familievenner.

Vi har gennem året fulgt familier og familievenner og for alvor erfaret, hvilken forskel en frivillig familieven kan gøre med 2 timer om ugen. For familierne er det ikke kun ekstra tid og ekstra hænder i hverdagen, men også et håb og noget at se frem til i en presset hverdag.

"Det har været helt fantastisk at få Anja på besøg - at blive sendt i seng, og så vågne op til at den tre dage gamle opvask var taget, vasketøjet var lagt sammen og bedst af alt, så havde hun fået Conrad til at sove. Allerede dagen inden hun kom, så kunne jeg tænke "om 24 timer kommer Anja". Og så kommer der styr på alle de ting som man ikke har haft overskud til at ordne, men som har fyldt mentalt." En mor fra Ringsted

Alle forløb begynder og afsluttes med, at familien får besøg af familieven og koordinator sammen. Mange af citaterne i årsberetningen er uddrag fra afslutningsbesøg, hvor familien, familievennen og lokalkoordinator i fællesskab evaluerer forløbet og kaster lys over den forskel, forløbet har medvirket til.

Mange af forældrene beskriver, hvordan den frivilliges tilstedeværelse har påvirket deres mentale trivsel og har givet dem overskud bl.a. ved at have en at tale med, en som kan hjælpe med både børn og opvask, men også en der anerkender, når man gør det godt!

2022 blev også året, hvor vi afholdt vores første generalforsamling som nystartet medlemsorganisation. Der

var på generalforsamlingen mulighed for at stille endnu et medlem op til bestyrelsen, hvilket ikke lykkedes, hvorfor vi besluttede at gøre endnu et forsøg i 2023, hvor også kasserer og næstformand er på valg.

Bestyrelsen har i 2022 taget initiativ til et samværstilbud til vores familier, Legegryden, idet vi har erfaret, at mange af familierne i HOME-START har et sparsomt netværk, og ydermere ofte synes, at det af forskellige grunde er svært at møde op til andre frivillige arrangementer. Bestyrelsen står for mad, opvask og hyggeligt samvær i Kulturhuset samt legeaktiviteter for børn og forældre og evt. deres familieven. Initiativet har været så stor en succes, at vi fortsætter med tilbuddet 6-8 gange i 2023.

HOME-START har sammen med Red Barnet og Børns Voksenvenner været initiativtager til etablering af et frivillignetværk for organisationer, der arbejder for børn og deres familier i Ringsted i et samarbejde med kommunens frivillighedskonsulent. I den sammenhæng har HOME-STARTs lokalkoordinator bl.a. stået for etableringen af en samlet [elektronisk oversigt over tilbud til og støttemuligheder for børnefamilier i Ringsted](#). Lokalkoordinator står ligeledes for den løbende opdatering.

Vi har i 2022 fået to lokale ambassadører tilknyttet HOME-START. Ambassadørerne er med til at udbrede kendskabet til vores frivillige familievenner og evt. medvirke til rekruttering af nye. Vores første ambassadør, Ulla Helsinghoff, har især bidraget til Legegryden, hvor hun har hjulpet til med aktiviteterne for børnene og madlavningen. Vores helt nye ambassadør, Lars Bang Petersen, repræsenterer os i Allindelille og Haraldsted.

Også en tak for et godt samarbejde med fagpersoner og øvrige frivillige organisationer, som arbejder med børn og forældre. Fagpersonerne er en vigtig forudsætning for, at familierne kan finde vej til os. Særligt sundhedstjenesten og dagtilbuddene har været flittige til at give informationer videre om muligheden for at få en frivillig familieven gennem HOME-START.

En særlig tak til Byrådet og Den Sociale Investeringsfond, som har gjort det muligt for os at støtte de familier, som ønsker nærvær og ekstra hænder i en presset hverdag.

Med venlig hilsen

Lokalkoordinator Camilla Brandi Anshøj og formand Anne Marie Østergaard

Familiernes vej til HOME-START

"Jeg har fulgt HOME-START et stykke tid på Facebook, og da min sundhedsplejerske spurgte, om en frivillig familieven kunne være noget for mig, så tænkte jeg, at nu skulle det være." En mor fra Ringsted

Hvor har familien hørt om HOME-START	
Sociale Medier	8
Sundhedsplejerske	7
Dagtilbud	6
Familiehuset	3
Andre foreninger	3
Trykte medier	3
Børnefamilieafdelingen	2
Anden HOME-START afdeling	2
Jordemoder	1

Sundhedsplejersker, sagsbehandlere og familiebehandlere fra Ringsted kommune fortæller småbørnsfamilier om muligheden for at få en frivillig familieven. Fagpersonerne uddeler også HOME-START postkort til familierne. Derudover er ledere og medarbejderne i dagtilbuddene gode til at fortælle om HOME-START, ligesom flere dagtilbud har hængt vores plakater op.

Flere familier fortæller, at de har hørt om HOME-START på flere måder inden de kontakter os. Fx har de både set os på Facebook og hørt om os i dagtilbuddet.



"Postkortet har hængt på vores køleskab i nogle måneder. En aften spidsede det hele til, og da børnene endeligt sov kl. 23, så skrev jeg en mail." En mor fra Ringsted

"Anja [fra børnenes dagtilbud] fortalte om HOME-START. Hun gjorde meget ud af at fortælle, at det er et tilbud til alle forældre - også sådan nogle som os." En far fra Ringsted

De familier vi støtter

"Jeg har altid været sådan en som hjælper alle omkring mig. Da jeg selv fik brug for hjælp, så var der ingen hjælp at hente hos min familie og venner. Min familieven er det første menneske som rigtigt har hjulpet mig. Hun er den eneste jeg virkelig kan ringe til, når det brænder på."
En mor fra Ringsted

I 2022 har vi på forskellige måder støttet 27 familier fra vores ønskeliste. Gennem året har vi haft 21 forløb. 19 forløb, hvor en familie har fået besøg af en familieven 2 timer om ugen og 2 forløb, hvor koordinator har været tilknyttet en familie i form af ekstra besøg, møder og andre aktiviteter. 11 forløb er afsluttet i 2022, og de afsluttede forløb har i gennemsnit varet 9 måneder.

De familier vi har støttet	2021	2022
Forløb	8	21
Familier	13	27
Familier på ønskelisten ved årets udgang	5	9

Familierne er en mangfoldig gruppe som tilsammen har 68 børn og i gennemsnit 2,5 børn pr. familie. Størstedelen af familierne er etnisk danske og knap en femtedel af forældrene er ikke født i Danmark. Vi møder både forældre fra Mellemøsten, Europa og Oceanien. Størstedelen af familierne bor i Ringsted by, og en tredjedel af familierne bor i en af Ringsteds 10 landområder.

Om familierne	
Samlet antal forældre i familierne	55
Samlet antal børn i familierne	68
Familier med børn med særlige behov	12 (45%)
Familier med forældre som selv beskriver psykiske udfordringer	8 (30%)
Enlige forældre	8 (30%)
Forældre som ikke er født i Danmark	9 (16%)
Familier med flerlinger	3 (11%)
Familier som bor i Ringsted by	18 (67%)
Familier som bor i landområderne	9 (33%)

Som det fremgår, er familierne i meget forskellige livssituation og udfordringer. Ca. halvdelen af familierne beskriver, at ét eller flere af deres børn har særlige behov som følge af fx ADHD, autismspektrum forstyrrelser, for tidlig fødsel eller genetiske sygdomme. I knap en tredjedel af familierne fortæller forældrene om psykiske udfordringer i form af depression, efterfødselsreaktioner, PTSD og belastningsreaktioner.

Familierne beskriver desuden et kontinuum af udfordringer, som belaster hverdagen. Nogle familier har fået flerlinger eller er alene-forælder. Andre familier beskriver flere og komplekse problemstillinger fx ensomhed, sygdom, børn med særlige behov, skilsmisse, psykiske udfordringer fx fødselsdepression. Den overvejende del af familierne, på tværs af livssituation og udfordringer, beskriver et manglende sikkerhedsnet og mennesker i deres nærhed, de kan trække på, når der er behov.

Hvad efterspørger familierne

"Jeg har lavet mange ting sammen med Merete. Vi har sorteret børnetøj, været på legeplads og jeg har været ALENE i bad. Men det bedste er vores snakke. Hun har bare lyttet - uden at dømme mig og uden et hav af 'gode råd'. Når Merete er taget hjem, breder der sig en helt særlige følelse i mig. En varm følelse af at dagen ikke havde lignet alle de andre dage. Jeg har haft et voksent menneske at snakke med, men også med et ekstra sæt hænder, så følelsen af at være frøken 50% kunne parkeres for en stund." En mor fra Ringsted

Forældrenes ønsker	
En voksen som der kan tage sig af børnene, så jeg/vi kan nå andre gøremål (hvile, bad, kæreستetid, madlavning, rengøring, indkøb)	82% (22)
Samvær og hygge mellem, børn, forældre og familieven	63% (17)
Adskilt tid med et af børnene	56% (15)
En voksen at tale med om glæder og sorger	48% (13)
Praktisk hjælp (lave mad, rydde op, vasketøj og organisering)	48% (13)
Ture ud af huset (fx legeplads, skov eller gåtur med barnevogn)	41% (11)
Hente eller bringe børn	26% (7)
Støtte af koordinator (fx bisidning eller anden hjælp)	11% (3)
Forældresparring	11% (3)
Hjælp til at styrke det lokale netværk	7% (2)

Langt de fleste familier beskriver, at de mangler hænder og timer for at få hverdagen til at hænge sammen. Hvad den enkelte familie ønsker hjælp til er meget forskelligt, men de fleste drømmer om en, som kan hjælpe til med børnene. Andre ønsker en, der fx kan rulle en tur med barnevognen, så der bliver plads til et bad eller en lur uden at skulle bekymre sig. Mange familier ønsker sig hjælp til flere ting i hverdagen.

Erfaringen er desuden, at familiens ønsker og behov kan ændre sig undervejs, og efterhånden som relationen til den frivillige udvikler sig.

"Det har været en stor hjælp at Karin har kommet hos os. Det at hun har skulle komme, det har trukket mig op. Hun har altid været klar til at tage udgangspunkt i dagsformen. Vi har været ude og trille ture sammen. En gang var jeg simpelthen så træt, og så satte vi os bare i sofaen og sludrede over en kop the. Det har været virkeligt dejligt at bytte babysnak ud med voksensnak." En mor fra Ringsted

"Da Anna begyndte at komme hos mig, der fik jeg ikke altid så meget søvn om natten. Jeg gik alene hjemme med Milo hele døgnet rundt, så det har været fantastisk med et afbræk. Anna har hver gang taget Milo, så jeg har kunnet få sovet, hvilet eller lave andre ting. Nu er han startet i vuggestue og jeg er startet på arbejde, så nu ser vores hverdag helt anderledes ud. Jeg er SÅ glad for vi fik Anna, da jeg havde brug for det." En mor fra Ringsted

Familiernes udbytte

"Jeg havde ikke så meget overskud til Conrad, da han var helt lille. Der hjalp Solvej med at få tingene til at hænge sammen. Hverdagen kan stadig være presset, men vi er et helt andet sted nu." En mor fra Ringsted

I 2022 har vi for alvor erfaret, hvilken forskel HOME-START Ringsteds frivillige familievenner kan gøre både i de forløb, der aktuelt er i gang og i de afsluttede forløb, der i løbet af 2022 er blevet evalueret i den afsluttende samtale hos familien.

Mange forældre beskriver samstemmende, at den frivillige har fungeret som et energiboost i en svær periode i deres liv, hvor hverdagen har været presset eller ensom.

Når forløbene bliver afsluttet, beskriver de allerfleste familier, at de står et andet og bedre sted.

Vores erfaringer stemmer i øvrigt overens med VIVE's fund i en nyligt afsluttet kvalitativ evaluering af indsatsen HOME-START Familiekontakt¹. I evalueringen oplever familierne i lighed med Ringsteds familier mange forskellige former for udbytte af indsatsen:

- 1) For nogle giver det ro og overskud, at familievennen kan give opmærksomhed til børnene, mens forældrene selv kan få et pusterum eller få klaret praktiske gøremål.
- 2) For andre handler udbyttet om at have en samtalepartner og kontakt til en, som kan støtte dem i forældrerollen.
- 3) For andre igen udvikler støtten sig til en nær social relation, der i flere tilfælde fastholdes efter støtteperioden.

"Betina er den eneste som rent faktisk kommer hjem til mig og hjælper mig med drengene." En mor fra Ringsted

- 4) Støtten kan desuden medvirke til at understøtte fastholdelse af job og uddannelse samt sikre, at forældrene vender godt tilbage til hverdagen uden for hjemmet efter fx barsel eller sygdom.

Europæiske og danske studier beskriver samstemmende HOME-START som en veldokumenteret social indsats, der medvirker til, at flere børn får en god begyndelse på livet. Fx viser et forskningsreview fra SFI², at HOME-START's forebyggende og forgribende indsatser øger børnenes trivsel og forbedrer forældrenes kompetencer. Et follow up studie³ dokumenterer, at den positive effekt varer ved efter 10 år. Og et kvalitativt studie gennemført af Epinion⁴ peger på, at HOME-START på kort sigt giver et pusterum, på mellemlang sigt giver familierne overskud og selvtillid og på lang sigt forebygger kriser og sammenbrud.

Sammenholdes ovenstående med de aktuelle data fra Ringsted og det kontinuum af familier, som er eller har været i et forløb i HOME-START Ringsted, synes det evident, at alle familier og i særdeleshed familier i en særlig udsat position herunder familier med børn med særlige behov (45%) samt forældre i psykiske udfordringer (30%) har stor gavn af HOME-START's tilbud, idet tilbuddet kan forebygge kriser og sammenbrud, men også foregribe mere indgribende sociale indsatser i kommunalt regi.

¹ VIVE (2022): "Betydningen af HOME-START Familiekontakt En kvalitativ evaluering af HOME-START i Tønder."

² SFI 16:13 (2016): "Effektfulde indsatser i boligområder til at øge børns trivsel og forbedre forældres kompetencer."

³ Children and Youth Services Review 35 (2015): "Changes in parenting and child behavior after the Home-Start family support program. A 10 years follow up."

⁴ Evaluering af HOME-START 2014: <http://homestart.dk/images/Presse artikler/Evaluering-af-Home-Start Epinion-300314.pdf>

Vores frivillige familievenner

"Christa har virkelig passet godt ind i vores familie, og fået os til at føle os godt tilpas. Og så har hun bare været supergod til børnene!" En far og mor fra Ringsted

De frivillige familievenner	2021	2022
Frivillige familievenner i alt	11	26
Afholdte kurser	2	2
Nye familievenner som har gennemført kursus	11	18
Gennemsnitsalder	54 år	56 år

Alle nye frivillige familievenner får et hjemmebesøg af lokalkoordinator og inviteres efterfølgende på et 20 timers forberedelseskursus. I den forbindelse indhentes der også børneattest.

Mange af de nye frivillige familievenner giver udtryk for, at de gennem længere tid har fulgt os på sidelinjen, og pludselig er timingen rigtig i forhold til deres livssituation. Vi har i 2022 oplevet en passende interesse for at blive frivillig familieven i HOME-START. Ved årsskifte er 3 nye skrevet op til kursus i 2023.

Når den frivillige familieven er blevet matchet med en familie, følger lokalkoordinatoren løbende op på, hvordan det går, ligesom de frivillige familievenner løbende inviteres til Frivilligcafé og andre arrangementer i HOME-START både lokalt og centralt.

De frivillige familievenner er en mangfoldig gruppe, hvad angår alder, baggrund og bopæl i Ringsted, men de har alle det til fælles, at de er engagerede mennesker, som hver især yder en unik og fantastisk indsats i familierne. De stiller op med deres hjælpende hænder, deres åbenhed og livserfaring. De lytter, føler, fornemmer, snakker og prøver at forstå. De giver tid og nærvær til forældre og børn, skaber nye relationer og giver omsorg og praktisk hjælp. Vi har desuden enkelte frivillige familievenner, som kører fra nabokommunerne for at hjælpe Ringsteds småbørnsfamilier.

"Det er jo ikke kun familien som får noget ud af det. Jeg får selv mindst lige så meget ud af det. Jeg får også dækket mit sociale behov og får mødt nogle nye mennesker." En frivillig familieven fra Ringsted

"Jeg har simpelthen mødt den sejeste mor – hun er bomstærk i mere end en forstand." En frivillig familieven fra Ringsted

"Jeg føler VIRKELIGT jeg gør en forskel for familien." En frivillig familieven fra Ringsted

"Jeg er kommet så tæt på Emma, måske fordi hun ikke har sin mor mere. Jeg vil altid have hendes ryg, også når vi har afsluttet." En frivillig familieven fra Ringsted

Aktiviteter i 2022

- 23. februar. Online webinar om vores bogtilbud for familievenner.
- 14. marts. Generalforsamling og foredrag om at lave digitale bøger sammen med børn.
- 5. april. Frivilligcafé for familievenner.
- 29. april. Bod ved Forårsdag i Kulturhuset.
- 10. maj. Ind i bøgernes verden – børnebibliotekaren holdt et foredrag for familievennerne.
- 11. juni. Børnefestivalen - bod og børneaktivitet.
- 15. juni. Frivilligcafé for familievenner.
- 15. juni. Sommerfest for familievennerne, bestyrelsen og vores ambassadører.
- 2. september. Ringsted Natten – bod og børneaktiviteter.
- 29. oktober. Landsmøde i Middelfart for familievenner og bestyrelsen.
- 22. november. Frivilligcafé om vold med besøg af Ringsted Krisecenter.
- 22. november. Julefrokost for familievennerne, bestyrelsen og vores ambassadører.
- 3.-4. december. Bod ved Julemarkedet i Kulturhuset.

Tilbud til familierne

Legegryden



Ud over ovenstående aktiviteter blev samværstilbuddet: Legegryden skudt i gang den sidste tirsdag i maj måned 2022 i Kulturhuset. Legegryden har været en hyggelig eftermiddag for børn, forældre og frivillige familievenner, hvor der bliver leget, snakket, spist og måske dannet netværk. Der har været rigtig fin interesse for tilbuddet, der har været afholdt i alt 5 gange, og altid den sidste tirsdag i måneden.

"Jeg har været MEGET glad for at komme i Legegryden. Jeg er faktisk gået hen og blevet veninde med en af de andre mødre." En mor fra Ringsted

"Det er bare så hyggeligt og dejligt at der er plads til os. Jeg skal ikke bekymre mig om, hvad andre tænker om mig og mit barn." En mor fra Ringsted

Bogtilbud til familierne

Ringsted bibliotek og HOME-START Ringsted har en samarbejdsaftale om bogtilbud til vores familier. Familierne får mulighed for at låne en bogpakke på særlige vilkår – med længere lånetid og uden gebyrer.

En frivillig familieven har i 2022 fungeret som 'bogorm', hvor hun har koordineret mellem de frivillige familievenner og børnebibliotekaren, som pakker bøgerne til familierne. Tilbuddet er igangsat i foråret 2022, og der er i alt blevet uddelt 3 bogpakker i 2022.

Handyven

For mange familier kan rod, fyldte flyttekasser og ufærdige projekter fylde i hverdagen. Et ufærdigt projekt kan føles som en konstant påmindelse om alt det, man ikke når i hverdagen, når børnene er første prioritet.

En frivillig handyven er en mand eller kvinde med hænderne skruet rigtigt på, og som har lyst til at bruge 2 timer om ugen på at hjælpe vores småbørnsfamilier. En handyven kan fx hjælpe med at hænge en hylde op, lappe en barnevogn, men ville også kunne komme flere gange, for at hjælpe far eller mor godt i mål med et projekt. Vores handyvenner har været på kursus på lige fod som de øvrige familievenner. I 2022 har vi haft to handyvenner, som har givet en hånd med i hvert deres halvår. Handyvennerne har været ude i 3 forløb.

PR

Da vi stadig er en forholdsvis ny afdeling, har det været vigtigt for os at være synlige i pressen og på de sociale medier, hvor vi gennem året er nået ud til 31.772 mennesker på Facebook. Vi har også været aktive i den lokale presse, hvor vi har haft artikler i Dagbladet, Lokalbladet og Dit Ringsted.

SoMe	2021	2022
Antallet af personer som har set vores indhold på Facebook	32.928	31.772
Antal opslag	90	91
Personer som synes godt om vores Facebookside	318	501

Samarbejde med lokale aktører

I 2022 har vi holdt oplæg for eller deltaget i møde med:

- Børne-Familieafdelingen – Ringsted kommune
- Familiehuset – Ringsted kommune
- Biblioteket – Ringsted kommune
- Dagmarkvinderne
- Lions Club
- Red Barnet
- Ringsted Krisecenter
- Røde Kors Qnet

Derudover har vi deltaget i:

- Netværk for frivillige sociale organisationer, som arbejder med børn og familier i Ringsted.
- Dialogmøder vedrørende socialt udsatte.
- Følgegruppen for Fællesskabsby Ringsted.

En særlige tak til ...

Dem som gennem året har doneret til HOME-START:

- SF Ringsted som har doneret 3.000 kr.
- Lions Club Knud Lavard som har doneret 10.000 til Legegryden.
- En anonym privatperson som har doneret 3.000 kr. til julegaver af 1.000 kr. til tre familier.
- Dagmarklubben som har doneret 1.000 kr.
- Mødrehjælpen som har doneret gavekort på 400 kr. til deres butik.
- MovieHouse Ringsted som har doneret 10 x sodavand og popkorn til biografbesøg.