

# Kunne du bruge et par ekstra hænder i hverdagen?

Gennem Home-Start kan du få en frivillig familieven, som kommer hjem til dig 2 timer om ugen i mindst et halvt år.

## Hvad kan en familieven hjælpe med?

- Lege med børnene, spille spil, læse historie eller gå tur.
- Passe børnene for en stund imens du hviler eller køber ind.
- Tale med dig - lytte og bakke dig op.
- Praktiske hjælp til madlavning, vasketøj og madpakker.
- Hente børnene i dagtilbud eller efter fritidsaktiviteter.

## Kan du få en familieven?

Alle småbørnsfamilier som bor i Ringsted kommune, og som har mindst ét barn under skolealderen, kan få en familieven.

## Hvordan får du en familieven?

Du kan ringe eller skrive til lokalkoordinator Camilla på tlf. 42 30 18 45 eller på [ringsted@home-start.dk](mailto:ringsted@home-start.dk).

læs mere på [www.home-start.dk](http://www.home-start.dk).



Home-Start Ringsted  
- vi støtter småbørnsfamilier