

# FAMILJERESAN

— Råd och stöd i föräldraskapet —



Trollhättans Stad



Trollhättans Stad

## Mötesplatser för alla åldrar



Trollhättans stad kan hjälpa dig som förälder på många sätt. Vi har flera mötesplatser där du kan träffa andra föräldrar och personer som arbetar med att stödja familjer.

## Familjehuset

Här finns många olika typer av stöd för din familj. Du kan prata med andra föräldrar och utbildad personal om små eller stora problem. Eller gå med i en föräldragrupp.

Det finns särskilt stöd för familjer där ett barn begått eller utsatts för brott. Och för er som går genom separation och har svårt att komma överens. Du kan också få hjälp om du är orolig för ett barn som använt droger.

Här finns också familjerådgivning. Där kan du prata om olika saker som påverkar din familj, som känslor, relationer, separation, skilsmässa, kommunikation, och hur man bildar eller omformar en familj.

Ring till Familjehuset för stöd och service via telefon: 0520 – 49 54 10  
Telefonen är öppen vardagar 08.00 – 17.00

## Biblioteket

Få tips om läslust och språk.

## Vad gör socialtjänsten?

Socialtjänsten arbetar för barns bästa. Många familjer får hjälp av socialtjänsten. Du kan till exempel få stöd i din föräldraroll.

## Ny familj – från spädbarn till lekålder (0-6 år)



Det kan kännas både kul och svårt att bli förälder. Det är okej att behöva hjälp och stöd. Småbarnsåren kan vara extra tuffa. Det finns alltid hjälp att få och platser där du kan träffa andra föräldrar.

### Föräldraskap i förskolan

Personalen i förskolan kan hjälpa dig med mycket.

Det finns även föräldraträffar som anordnas av Trollhättans stad. Ibland tillsammans med samarbetspartners.

### Extra stöd från BVC

Utvalda BVC erbjuder extra stöd och hembesök tillsammans med Familjehuset. För dig som ska bli förälder eller nyss har blivit förälder.

### Familjecentrum och Öppna förskolan

Ha roligt tillsammans med andra barn och vuxna. Personal finns som stöd och svarar gärna på dina frågor.

## Skolåldern (6-12 år)



Det händer mycket nytt när ditt barn börjar skolan.

### Föräldraskap i skolan

Skolan har mycket kontakt med föräldrar. Lärare och annan personal i skolan kan hjälpa dig att hitta stöd.

Det finns också föräldragrupper för dig som är orolig för att ditt barn skolkar mycket. Du kan få hjälp och stöd för att få ditt barn till skolan.

## ABC

Föräldrastödsprogram för dig med barn 3-12 år med fokus på att hantera konflikter i familjen.



## Tonåringar (13-18 år)

Det kan vara svårt att vara förälder till en tonåring. Tonåringar har mycket känslor och funderingar. En tonåring vill ofta vara mer självständig och testa gränser.

### Trygga föräldrar

Kurs för föräldrar som känner oro eller svårigheter i föräldraskapet.

### Fältenheten

Förebyggande arbete och samverkan med ungdomar, föräldrar, skola, fritid, polis och föreningsliv.

### Mini-Maria-mottagning

För ungdomar med frågor om alkohol och droger. För den som har testat eller har problem med alkohol och droger. Här arbetar socionomer, sjuksköterskor, psykologer och läkare.



Läs mer om råd och stöd i föräldraskapet på [trollhattan.se/familjeresan](https://trollhattan.se/familjeresan)