

## Familjecentralen är unik

En familjecentral är unik på så sätt att vi som arbetar här lättare kan samarbeta och hitta annorlunda lösningar för olika behov. Detta underlättar för barn och föräldrar att snabbt och enkelt få hjälp när behovet av lite extra stöd kan uppstå.

Allt arbete på en familjecentral är inriktat på att förstärka det som föräldrar och barn mår bra av och att tidigt förebygga sådant som kan leda till problem eller ohälsa.

Det gör vi genom att:

- ▶ Finnas tillgängliga som nära mötesplatser.
- ▶ Stärka det sociala nätverket runt barn och föräldrar.
- ▶ Skapa arbetsformer där föräldrar och barn är delaktiga.
- ▶ Erbjuder lättillgängligt stöd.
- ▶ Vara ett kunskaps- och informationscentrum.
- ▶ Utveckla god service för dig som förälder.

Familjecentraler finns över hela landet. Läs gärna mer på Föreningen för familjecentraler främjandes (FFFF) hemsida: [www.familjecentraler.se](http://www.familjecentraler.se)



FÖRENINGEN FÖR  
FAMILJECENTRALERS  
FRÄMJANDE

[www.familjecentraler.se](http://www.familjecentraler.se)

# Välkommen till din familjecentral

En mötesplats för  
alla blivande föräldrar  
och barnfamiljer.



FÖRENINGEN FÖR  
FAMILJECENTRALERS  
FRÄMJANDE



# Allt är samlat runt barnfamiljen!

Här har vi samlat det mesta som barn, föräldrar eller blivande föräldrar behöver. Du har tillgång till barnmorskemottagning, barnavårdscentral, öppen förskola, rådgivning och stöd från socialtjänsten och, inte minst, andra föräldrar och barn.

Allt är samlat under ett tak. Det är frivilligt, öppet för alla familjer oavsett hur den ser ut och det är gratis att komma hit.

Här arbetar flera olika yrkeskategorier tillsammans för dig och ditt barns bästa: barnmorskor, specialistsjuksköterskor, förskollärare och socionomer. Även läkare och psykolog finns att tillgå och ofta andra yrkeskategorier som till exempel familjerådgivare. Vi finns till som stöd för dig och ditt barn och anpassar oss efter era behov. Det går bra att fråga om det mesta, från oro kring barnets hälsa och utveckling till olika vardagsproblem för dig som förälder.

## Grunden i verksamheten

**Barnmorskemottagningen.** (Kvinnohälsovården, Mödrhälsovården).

Här kan du träffa barnmorskan under hela graviditeten, bli erbjuden hälsosamtal och att delta i föräldragrupp. Graviditeten väcker ofta många tankar som du kan diskutera i föräldragruppen, med din barnmorska eller, vid behov, med psykolog. När ditt barn är fött går du hit för efterkontroll och kan också få råd om preventivmedel.

**Barnhälsovården.** Här erbjuds olika hälsobesök, ibland i hemmet, fram tills ditt barn börjar skolan. Du träffar oftast en specialistsjuksköterska men också läkare och vid behov psykolog. Vid besöken följer vi barnets utveckling, ger vaccinationer och samtalar om barns hälsa, till exempel kost, sömn och andra behov. Föräldrastöd erbjuds både individuellt och i grupp.



**Social rådgivning och stöd.** Socialtjänstens rådgivare eller kurator är oftast socionom till yrket och kan hjälpa dig med frågor och funderingar du kan ha om ditt barn, din familjesituation eller kring att vara förälder. Här kan du också få hjälp med att kontakta olika myndigheter eller få annan samhällsinformation.

**Öppen förskola.** Den öppna förskolan är familjecentralens hjärta och centrum. Hit kan du och ditt barn komma för att leka, lära, få stöd i föräldraskapet och lära känna andra familjer i området. Du kommer och går som det passar dig under öppettiderna, ingen anmälan behövs. Här arbetar förskollärare och det finns en planerad verksamhet med till exempel matlagning, sångstunder eller målning. Den är frivilligt att delta i. Du har själv ansvar för ditt barn när ni är här.

Här träffar du ofta på även de andra som arbetar på familjecentralen. Då kan du passa på att fråga det du kanske glömde vid det senaste bokade mötet.