

Familiehuset

TILBUD TIL ALLE



Aktivitets- og holdoversigt

August - September 2026

Alt er GRATIS

Gravidcafé for gravide og partner

Tirsdag i ulige uger kl. 15-17

Barselscafé for forældre og baby ca. 8 uger gammel

Hver anden uge fra holdstart kl. 10-12

Familiecafé 2.0 for forældre og børn 0-6 år

Onsdag i ulige uger kl. 15-17

(kl. 15:30-17:30 1 gang pr. mdr. med aftensmad)

Café for forældre med børn født for tidlig (0-12 mdr.)

6 mødegange fordelt over ca. 2 mdr. kl. 10-12

Tumlehold for forældre og børn fra ca. 4 mdr. gammel

Onsdag i ulige uger kl. 10:30-11:15 og 12:30-13:15

Legestue for hjemmepassere børn 0-6 år

Mandag i lige uger kl. 9-12

Kræver ikke tilmelding, mød bare op

Tryghedscirklen

8 mødegange, 1 gang ugentligt

Fædre Holdet

Mandag ulige uger kl. 10-12

PREP-kursus for par

Eftermiddag kl. 15-18 (Se datoer og læs mere på vores hjemmeside under "Pop up tilbud")

NYT I FAMILIEHUSET



Café for efterfødselsreaktioner

6 mødegange – formiddag kl. 10-11:30

Første mødegang den 27. oktober

I Familiehuset tilbyder vi et trygt og støttende caféforløb for mødre, der oplever efterfødselsreaktioner, efterfødselsdepression eller har det svært i overgangen til livet som forælder.

Gennem 6 mødegange møder du andre mødre i lignende situationer. Sammen arbejder vi med at styrke din trivsel, skabe større forståelse for dine reaktioner og øge troen på dig selv som forælder.

Forløbet ledes af psykolog Emma Bjerring, sundhedsplejerske Jane Wessel Rasmussen og familierådgiver Helena Frost.

Læs mere eller tilmeld dig på vores hjemmeside.

**TILMELD
DIG NU!!!**



Helena
Familierådgiver



Linette
Familiekonsulent



Janne
Sundhedsplejerske

Læs mere om Familiehusets aktiviteter
og tilmelding på vores hjemmeside:
www.familiehuset.vardekommune.dk

Følg os på Facebook og instagram:

Familiehuset Varde

Kontakt os
mandag til torsdag kl. 8-15

Tlf. 2142 2747

