

NYT TILBUD GIVER GRATIS HJÆLP TIL PARFORHOLDET



Vores Parforhold er netop lanceret i Herning Kommune som et gratis tilbud til forældrepar med hjemmeboende børn i kommunen. **Vores Parforhold** er et digitalt univers, som giver adgang til en bred vifte af hjælp og inspiration til parforholdet. Målet er at styrke både parforholdet og familiens trivsel.

Pas på parforholdet – også for jeres børns skyld

Selvom livet i en børnefamilie ofte er fyldt med praktik og travlhed, kan det være en god idé at prioritere tid til parforholdet. Ikke mindst for vores børns skyld. Undersøgelser viser, at når forældre har det godt med hinanden, smitter det positivt af på børnene. Og dermed styrkes hele familiens trivsel.

Med **Vores Parforhold** ønsker din kommune i samarbejde med NGO' en Center For Familieudvikling og forskere fra Aarhus Universitet at give en hjælpende hånd til alle forældrepar med hjemmeboende børn.

Med Vores Parforhold kan du og din partner:

- Tage et Par-tjek, der giver et indblik i, hvordan I har det sammen. Find bl.a. ud af hvilke styrker og hvilke udfordringer I har som par, og hvordan I hver især ser på dem
- Lytte til podcast, hvor eksperter og gæster taler om emner som tillid, forældreskab og sex
- Ringe anonymt til Danmarks største rådgivningslinje for par på Partelefonen, 44 144 146
- Læse spændende artikler baseret på nyeste forskning om parforhold på voresparforhold.dk

Brug for yderligere hjælp?

Nogle par kan have behov for mere intensiv hjælp til parforholdet. Derfor tilbyder **Vores Parforhold** nogle par et online selvhjælps-forløb eller gratis parterapi hos en terapeut tilknyttet kommunen.

For at finde ud af, om du og din partner kvalificerer til at få tilbudt yderligere hjælp, skal I først tage et Par-tjek, der giver et dybere indblik i, hvordan I har det sammen som par.

Læs mere og tag et gratis Par-tjek



Hvem står bag?

Vores Parforhold er udviklet af forskere fra Aarhus Universitet og psykologer fra Center for Familieudvikling. Vores Parforhold findes i en række danske kommuner. Indsatsen er støttet af fondsmidler.

Læs mere om **Vores Parforhold** på voresparforhold.dk