

HILLERØD | BØRN

Fra alenemorskab til fællesmorskab: Forening vil styrke fællesskabet blandt enlige mødre

Hillerød: Det kan være ensomt at stå alene med at blive forælder. Nu vil forening hjælpe enlige mødre til at mødes.





Umenneskelig træthed, et hav af usikkerheder og råd, du ikke har bedt om. Med ansvaret for et lille menneske er følelserne mange, og det er en overvældende oplevelse at blive forælder. Er du alene om det, kan det også blive en ensom affære. Det vil et nyt initiativ gøre op med.

Foreningen Alenemorskab åbner familiegrupper i Hillerød for at bekæmpe ensomhed og udsathed hos mødre, der står alene i moderskabet.

Initiativet til at starte familiegrupperne i Hillerød kommer fra mødre selv. Det er nemlig frivillige i foreningen, der efterspørger en gruppe i byen. Og alle de frivillige er selv enlige mødre, fortæller Maria Dønkjær, der er medstifter og forkvinde for Alenemorskab.

– Det er vigtigt at kunne spejle sig i én, som selv har været i samme situation. Det er lettere at komme ud af en krisesituation, når man kigger på andre, der har været igennem det samme. Det gør noget helt særligt, siger hun.

→ **Læs også: Fællesskab for gravide: - De vil altid være et safe space for mig**

Fra ensomhed

Foreningen opstod på baggrund af flere års tanker om, at der manglede et netværk for alenemødre. Og tankerne bag foreningen spirede frem fra den ensomhed, de fleste danskere fik smag på under corona-pandemien i 2020:

– Der var kommet rigtig mange morprofiler på Instagram, og vi syntes, at der manglede en profil, der satte fokus på det at stå alene i moderskabet. Derfra gik det lynhurtigt med følgertallet og folk, der gerne ville mødes i virkeligheden. Og så stiftede vi en forening, fortæller Maria Dønkjær, der sammen med Lonnie Pedersen startede de første familiegrupper i Københavnsområdet.

→ **Læs også: Familiecafé åbner igen**

Familiegrupperne bliver kaldt for 'Enestående Familiegrupper', hvor mødre og børn bliver matchet på baggrund af lokalområde og alder.

– Det er nærmest et katalog af et fællesskab af mødre, der står i samme situation, siger Maria Dønkjær.

Foreningen har allerede oprettet familiegrupper i både København, Århus, Rødovre, Gladsaxe, Køge og Frederiksberg Kommune – og nu kommer de til Hillerød. Udover familiegrupperne tilbyder foreningen også selvhjælpsgrupper, sociale aktiviteter og andre former for støtte i moderskabet.

– Det gælder både for mødre, der står helt alene i moderskabet og mødre med deleordninger, fortæller Maria Dønkjær.

→ **Læs også: Han finder ro på hundeslæden - for nylig kørte han over 300 kilometer i bidende, norsk kulde**

MEST LÆSTE - SN.DK

HØJE-TAASTRUP | REDAKTIONEN ANBEFALER

Joan mistede sin søn i en ulykke - nu opfoster hun sit barnebarn

SJÆLLAND | 112

Togtrafik genoptaget efter personpåkørsel

SLAGELSE | MANDEN FRA KORSØR

Tidligere anklager i Emilie Mengsag: - Det ligner en planlagt forbrydelse

MEST LÆSTE - LOKALT

GRIBSKOV | NYHED

Skuespiller Dick kører bussen: - Så længe jeg kan, bliver jeg ved

HILLERØD | DEBAT

Debat: Trafikkaos i kryds

SJÆLLAND | TRAFIK

Trængsel i påsken på de sjællandske veje - her bliver det slemt

Lokalmiljø udforskes

Til at starte med er det dog kun de Enestående Familiegrupper, der er fokus på i Hillerød. Indtil videre er der to grupper af ti mødre med deres børn tilmeldt, og det første møde bliver afholdt i Salto i Hillerød den 7. april. Her bliver rammerne sat i samarbejde med Maria Dønkjær.

– Der er altid en til to, der vælger at være gruppeansvarlig, og de har kontakt til mig. Så laver vi en fælleskalender, og så kører det faktisk derfra, fortæller hun.

Det lokalmiljø, de enlige mødre befinder sig i, er med til at danne rammerne for, hvad familiegrupperne skal lave sammen.

→ Læs også: **Ny i byrådet: Det hele begyndte i mødregruppen**

– Som regel opfordrer vi til, at de Enestående Familiegrupper benytter sig af de kulturelle tilbud, der allerede er i bydelen. Det vil sige, at vi allerede har nogle idéer til Hillerød, og hvor man kan mødes og lave noget hyggeligt, fortæller Maria Dønkjær.

I den fælleskalender, mødrene laver på deres første møde, gør de plads til at mødes otte gange med deres gruppeleder. Men foreningens erfaring viser, at grupperne efterhånden selv tager styringen.

– Der er en ramme og en form til at starte med, men så kan vi faktisk se, at de fleste af vores grupper kører helt af sig selv, siger Maria Dønkjær.

Foreningen har modtaget 10.000 kroner fra Hillerød Kommune til at finansiere projektet, og fællesskabets udvikling – det er op til mødrene selv.

→ Læs også: **Momunity: En digital platform der matcher mødre med mødre**

TIP REDAKTIONEN

Vi leverer dagligt historier fra Furesø, Allerød og Hillerød, og vi bestræber vi os altid på at fortælle om det, der betyder noget for dig.

Så har du en ide til en artikel eller et tip, så send en mail til

