

perhe



Marjo Meriranta:
Mitä mieli ei jaksa
kantaa, keho ottaa
kannettavakseen s. 6

Kesä on kohta taas, tuetut lomat s. 10

Väsyneet vanhemmat eivät aina
löydä kotipalvelua s. 3

VeNyvä jatkuu lasten ja nuorten toimintana,
katso kevään tapahtumat s. 12

Eduskuntavaalitavoitteet 2023

Lapsiystävällinen ero

Tuomioistuimiin pitää perustaa perheoikeudelliset osastot, joissa tuomarilla on oikeus käyttää laillistetun psykologin täydennystä olosuhdeselvityksen laatimiseen ja tulkitsemiseen. Vain hänellä on lain mukaan oikeus laatia lapsen kehitysarvio.

Psykologi vastaa lasten kuulemisesta, jossa pitää olla mahdollisuus käyttää lapsen äänitallenteen lisäksi myös videotallennetta, joka auttaa merkittävästi pienen lapsen kuulemista.

Lähisuhdeväkivallan uhka pitää arvioida turva-alan ammattilaisten käyttämällä uhka-analyysillä. Valvottuja tapauspaikkoja pitää olla riittävästi ja niissä pitää voida toteuttaa päihdetestaus.

Erityistarpeisen lapsen vanhempien erossa kuntoutuksesta vastaavan tulee kuulla

Hänen tulee kertoa tuomioistuimessa, miten lapsen sairaus tai vamma pitää huomioida arjen tasolla.

Ilmoitus aiotusta muutosta kolme kuukautta etukäteen toiselle vanhemmalle

Kolme kuukautta on liian pitkä aika ennakoida omaa muuttoa. Esimerkiksi TE -toimisto voi velvoittaa työ- tai opiskelupaikan vastaanottamista huomattavasti aikaisemmin jopa karenssin uhalla. Perusteltuna synnä nopeampaan muuttoon pitääkin lisätä myös työ- tai opiskelupaikan tai työnantajan työpisteen vaihtuminen ja omaishoitajana toimiminen toisella paikkakunnalla asuvalle omaiselle tai lapsen hoitoavun saaminen. 15-vuotiaan lapsen oma muuttoilmoitus tulee myös hyväksyä.

Lapsen tapaamisten turvaaminen: moniammatillinen sovittelu

Sovittelussa olevat perheet tarvitsisivat avukseen asiantuntijoita, joille myös kertyisi kokemustietoa. Lasten huollon, tapaamisten ja asumisten täytäntöönpanosovittelu tulee keskittää muutamalle valtakunnalliselle työryhmälle. Sovittelun pitää olla mukana on päihde- ja lähisuhdeväkivallan asiantuntijoita. Pakkokeinot eivät tue vanhempien yhteistyötä eikä vanhemman ja lapsen suhdetta. Ne voivat kohdistua vain lähivanhempiin, mikä lisää vanhempien välistä jännitettä. Länsimaiden ankarimmat pakkokeinot (esim. tuhansien eurojen sakon uhka) saattavat pakottaa lähivanhemman luovuttamaan lapsen vaarallisiin olosuhteisiin. Viranomaisnouto tulee poistaa tapaamiskiistojen ratkaisuna.

Tapaamiskulut pitää määritellä vain elatussopimuksessa, jossa elatuskyky on selvitetty laajimmin.



VAPAAEHTOISTEN
VIKONLOPPU
JA LIITOKOKOUS
KEMISSÄ
20.-21.5.23

Tervetuloa viettämään upeaa viikonloppua Kemin Lumilinna-alueelle! Tiedossa virkistystä, yhdessäoloa, vapaehtoisten toimintaa sekä liittokokous.

Lisätietoja:
teija.hallback-vainikka@yvpl.fi
/ 040 541 5294

Ohjelma:

Lauantai 20.5.23

Kello 11-12 lounas

Kello 12-16.30 liittokokous

kello 17 päivällinen yhdessä

Kello 18.30 alkaen Meri-

Lapin yhdistyksen 50-

vuotisjuhla, yhdessäoloa ja

saunomista

Sunnuntai 21.5.23

Aamiainen hotellissa

kello 10-12 vapaaehtoisten

virkistys

kello 12 lounas

kello 13 kotiinlähtö

Lapsille ja nuorille on järjestetty omaa ohjelmaa.

Liittokokoukseen voivat tulla kaikki kiinnostuneet.

Vapaaehtoisille toimintaa myös kokouksen aikana.

Parhaan kokemuksen saat osallistuessasi koko viikonloppuun, mutta voit tarvittaessa tulla vain jompaankumpaan päivään.

Pitkänmatkalaisille majoitus tarvittaessa myös pe-la.

Ilmoittautumiset:

<https://link.webropol.com/s/vapaaehtoistenviikonloppujaliittokokous23>

Sisältö 1/2023:

Eduskuntavaalitavoitteena lapsiystävällinen ero.....	2
Väsyneet vanhemmat eivät aina löydä kotipalvelua.....	3
Yksi äiti, yksi isä, kaksi kulttuuria – myös eron jälkeen.....	4
"Mitä mieli ei jaksa kantaa, keho ottaa kannettavakseen".....	6
Esittelyssä Kai Rinkinen, vuoden 2022 isä	8
Tuetut lomamat vuonna 2023	10
Lasten ja nuorten toimintaa keväällä 2023	12
Tukea eroon verkossa.....	13
Yhdistyksissä tapahtuu	14
Tietoa ja tukea vanhemmille keväällä 2023	16

Muuttuva Perhe, julkaisija
Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry,
Kalevankatu 16 A, 00100 HELSINKI
etunimi.sukunimi@yvpl.fi

HELSINKI:
Heljä Sairisalo
Toiminnanjohtaja, p. 040 351 5355

Julia Vainonen
talous- ja hallintokoordinaattori
p. 040 186 3420

Helka Belt
Asiantuntija, erotyö ja yksin lasta kasvattavien tuki, aluetyö Uusimaa, p. 040 774 9660

VeNyvä – nuorisotoiminta
Terhi Rapeli
Päällikkö, nuorisotoiminta, p. 040 186 3421
Piritta Kähkönen
Asiantuntija, nuorisotoiminta, p. 040 670 5887

TURKU:
Länsi-Suomen aluetoimisto
Perhetalo Heideken Sepänkatu 3,
20700 Turku

Teija Hallböck-Vainikka
Asiantuntija, järjestötyö, aluetyö Länsi-Suomi
p. 040 541 5294

ROVANIEMI:
Pohjois-Suomen aluetoimisto
Rovakatu 23, 96200 Rovaniemi

Markku Iso-Heiko
Asiantuntija, ero- ja järjestötyö,
aluetyö Pohjois-Suomi, p. 040 7540 026

KUOPIO:
Itä-Suomen aluetoimisto
Asemakatu 16, 70100 Kuopio

Marjo Meriranta
Asiantuntija, erotyö ja yksin lasta kasvattavien tuki, aluetyö Itä-Suomi, p. 0400 441 708

Taitto: Lieska-Tuotanto Oy
Painopaikka: Lehtisepät Oy, Lahti
Ilmoitushinnat: 2 e/pmm

Muuttuva Perhe aineistot 2023:
1/23 24.1., 2/23 18.4., 3/23 15.8., 4/23 14.11.

Väsyneet vanhemmat EIVÄT AINA LÖYDÄ KOTIPALVELUA

Lapsiperheiden kotipalvelu on yhä tuntematon osalle lapsiperheistä, selviää Monimuotoiset perheet -verkoston kyselystä. Kotipalvelua järjestäneillä kunnilla, nyt hyvinvointialueilla, on velvollisuus tiedottaa palvelusta, mutta siitä huolimatta vanhemmat eivät aina tiedä oikeudestaan kotipalveluun.

Monimuotoiset perheet -verkoston kyselyyn vastanneista 42 prosenttia ei tiennyt ennen kyselyä, mitä lapsiperheiden kotipalvelu tarkoittaa ja kenelle se on suunnattu, vaikka kotipalveluun on ollut subjektiivinen oikeus vuodesta 2015 lähtien.

Haasteita kotipalvelun hakemisesta tai palvelun sujuvuudessa kokivat erityisesti yhden vanhemman perheiden vanhemmat, vammaisen tai erityistarpeisen lapsen vanhemmat ja leskeksi jääneet.

Kaikista vastaajista 58 prosenttia oli itse käyttänyt lapsiperheiden kotipalvelua. Äitiys- tai lastenneuvola oli yleisin paikka, josta vanhempi oli saanut tiedon mahdollisuudesta hakea lapsiperheiden kotipalvelua.

Lapsiperheiden kotipalvelu ehkäisee tutkitusti perheiden ongelmien syvenemistä. Siksi kaikkien lapsiperheiden on tärkeä tietää pal-

velun olemassaolosta. Kotipalvelun siirtyminen hyvinvointialueille on tuhannen taalan paikka huolehtia kattavasta tiedottamisesta ja palvelun yhdenvertaisesta saatavuudesta, huomauttaa erityisasiantuntija Sofia Lindqvist Monimuotoiset perheet -verkostosta.

Vanhemman väsyminen yleistynyt – korostuu monimuotoisissa perheissä

Vanhemman väsyminen on yhä useammin syy siihen, että perhe on tarvinnut tai olisi tarvinnut lapsiperheiden kotipalvelua. Monimuotoiset perheet -verkoston kyselyssä 68 prosenttia vastanneista nimesi väsymyksen syyksi tarpeeseen saada kotipalvelua, kun taas Kuluttajaliiton vuonna 2015 tekemässä vastaavassa kyselyssä näin kertoi 50 prosenttia vastaajista.

Vanhemman väsyminen korostuu synnä erityisesti monimuotoisissa perhetilanteissa. Väsymisen nimesi syyksi 82 prosenttia kahden kulttuurin perheistä tai maahanmuuttajaperheistä, vammaisen tai erityistarpeisen lapsen perheistä 79 prosenttia, uusperheistä 76 prosenttia, tahatonta lapsettomuutta kokeneista perheistä 75 prosenttia ja yhden vanhemman perheistä, joissa lapsi on kirjoilla, 73 prosenttia.

Monimuotoisissa perhetilanteissa elävät vanhemmat tunnistavat väsymyksensä ja hakevat apua, mutta tästä huolimatta osa kokee, ettei saa

tarvitsemansa palvelua. Esimerkiksi yhden vanhemman perheiden vanhemmat kokivat muita useammin joutuvansa toistuvasti perustelevaan palvelun tarvettaan. Tässä vastaajajoukossa koettiin myös, että palvelu loppuu liian pian, vaikka vanhemman jaksaminen edellyttäisi sen jatkumista, Lindqvist jatkaa.

- Perheille korostetaan jatkuvasti, että apua tulee hakea matalalla kynnyksellä. On ongelma, jos sitä ei sitten olekaan saatavilla. Kyselystä herää myös huoli siitä, kohdellaanko joitakin vanhempia eri tavoin palvelun saatavuuden osalta, Lindqvist toteaa.

Mitä pidempi ja tiheämpi palvelu, sitä tyytyväisemmät perheet

Kotipalvelua käyttäneet olivat sitä tyytyväisempiä, mitä pidempään ja tiheämmin he olivat palvelua saaneet. Ne, jotka olivat tyytymättömiä, perustelivat sitä palvelun liian lyhyellä kestolla, palvelun sisällöllä ja sillä, että palvelua olisi tarvittu eri vuorokauden aikaan.

Monimuotoiset perheet -verkoston kysely osoittaa kotipalvelukertojen lyhentyneen. Kuluttajaliiton vuonna 2015 toteuttamassa kyselyssä yleisin (59 %) käyntikerran pituus oli 3–4 tuntia ja 32 prosenttia vastaajista oli saanut kotipalvelua vain 1–2 tuntia kerrallaan. Syyskuussa 2022 toteutetussa Monimuotoiset perheet -verkoston kyselyssä enää 48 prosenttia ilmoitti käyntikerran pituudeksi 3–4 tuntia ja lähes yhtä moni (47 %) oli saanut kotipalvelua vain 1–2 tuntia kerrallaan.

- Miksi kotipalvelun käyntikerrat ovat lyhentyneet, kun vanhempien väsyminen on samalla yhä useammin syynä kotipalvelun tarpeelle? Onnistuuko ohentunut palvelu palauttamaan vanhemman voimia, kysyy johtava asiantuntija Anna Moring Monimuotoiset perheet -verkostosta.



Mikä on lapsiperheiden kotipalvelu?

Lapsiperheiden kotipalvelun tarkoituksena on toimia ennaltaehkäisevästi ja tukea perheen jaksamista ja selviytymistä väliaikaisissa tai pidempiaikaisissa kuormittavissa tilanteissa.

Kotipalvelu on nimensä mukaisesti perheen kotiin vietävää ja jokapäiväiseen elämään liittyvää apua esimerkiksi asumisessa, huolenpidossa, lasten hoidossa, asioinnissa tai kotitöissä. Vuoden 2023 alusta lähtien hyvinvointialueet vastaavat lakisääteisen lapsiperheiden kotipalvelun järjestämisestä.

Lukuja kyselystä

- 26 prosenttia ei ollut havainnut tiedottamista kunnan tarjoamasta lapsiperheiden kotipalvelusta.
- 41 prosenttia heistä, jotka eivät ole käyttäneet lapsiperheiden kotipalvelua, eivät olleet tietoisia palvelun olemassaolosta.
- 27 prosenttia arvioi, ettei heillä ole ollut tarvetta kyseiselle palvelulle.
- 23 prosenttia heistä, jotka eivät olleet tietoisia palvelun olemassaolosta, raportoi jaksavansa välttävästi tai huonosti.
- 62 prosenttia lapsiperheiden kotipalvelua käyttäneistä arvioi palvelun vastanneen perheensä tarpeisiin hyvin tai erittäin hyvin
- 10 prosenttia arvioi palvelun sopineen huonosti tai erittäin huonosti.

Monimuotoiset perheet -verkosto teetti syyskuussa 2022 valtakunnallisen kyselyn lapsiperheellisille kotipalvelun tunnettuudesta ja laadusta. Kyselyyn vastasi 664 alle 18-vuotiaan lapsen vanhempaa ympäri Suomea. Kyselyn teknisestä toteutuksesta vastasi konsulttiyhtiö Innolink.

Lisätietoja kyselystä

Lisätietoa kyselystä antaa erityisasiantuntija Sofia Lindqvist, sofia.lindqvist@monimuotoisetperheet.fi, 050 375 0831



Asianajotoimisto Asianaiset

Asianajajat Kirsi Tarvainen,
Johanna Ojala, Ilse Lehtimaja
ja Sofia Räsänen

Museokatu 8, 3. krs.
00100 Helsinki
Puh. 010 326 6001

Asianajotoimisto Forte Oy

Puijonkatu 19 A, 5. krs,
70100 Kuopio
Puh. (017) 266 0400
toimisto@fortelaw.fi
www.fortelaw.fi

Asianajotoimisto Ari Keski-Orvola Oy

Vuorikatu 44, 70100 Kuopio
Puh. (017) 261 4444
Fax (017) 261 1149
asianajotsto@keski-orvola.fi
www.keski-orvola.fi

Haluaisitko Muuttuva perhe -lehden vain sähköisenä sähköpostiisi? (pdf)

Se on toki mahdollista.
Ilmoita nimesi ja osoitteesi:
helja.sairisalo@yvpl.fi

Asianajotoimisto Terhi ja Pekka Eriksson Ay

Espoon toimipiste:
Tapiolan keskustorni 10. krs.,
Tapiatori 1, 02100 Espoo
Helsingin toimipiste:
Arkadiankatu 16 B 25, 00100 Helsinki
Puhelin (09) 859 6403
tai 050 588 1110 ja 050 588 1102
etunimi.sukunimi@asianajotoimistoeriksson.fi

Psykoterapeutti keskustelee kanssasi

Psykoterapeutti, ryhmäpsykoterapeutti (ET), VTM Helena Niemi keskustelee kanssasi parittomien viikkojen maanantaisin klo 11-13
puhelin: 0400 965 416

Helsingin Perhejuridiikka



Filip Markelin
Varatuomari
0400 464899
filip.markelin@perhejuridiikka.fi

Päivystysaika torstaisin 10-12
www.perhejuridiikka.fi

Marjo Meriranta

”MITÄ MIELI EI JAKSA KANTAA,

KEHO OTTAA KANNETTAVAKSEEN”

Kehollisuus ja vapauttava liike apuna eron käsittelyssä

Univaikeudet, ahdistus, levottomuus, masentuneisuus ja somaattiset kivut ovat vakavia, joskin yleisiä psyykkisiä oireita erokriisissä. Erakriisin keskellä kuitenkin useammat joutuvat sopeutumaan suuriin muutoksiin ja jatkamaan hetkistäkin arkea kehon lähettämien ”hidasta” -signaalien vastaisesti; lapset kaipaavat huomiota, töissä on käytävä.

Syksyllä 2022 kokeilin lähestyä Kuopiossa kasatun pilottiryhmän kanssa erokriisiä kehollisen lähestymistavan kautta; laskeutumisen mielen syötteistä kehon tuntemusten ja keholla vaikuttamisen äärelle. Viisi kertaa kokoontuneessa eroryhmässä vietimme vain pienen ajan teoreettisen tiedon kanssa – suuren osan ajasta vapautin hiljaisen sisäisen työskentelyn ohjaukselle, eri teemojen keholliselle tarkastelulle ja näistä syntyville impulsseille, purkamiselle ja oivalluksille.

Olimme luvan kanssa siten kuin keho pyysi

Kannustin ryhmäläisiä alusta saakka vapaasti makoilemaan matollaan,



venyttelemään, huokailemaan, liikumaan; olemaan luvan kanssa siten kuin keho pyytää. Kaikki liike vapauttaa kehosta staattisen päivän, usein pidemmänkin ajan kerryttämiä jännitteitä. Toisaalta myös eri asennoilla on meille paljon kerrottavaa; keho voi kriisissä ja arjen kiireessä hakeutua esimerkiksi toistuvasti tiettyyn asentoon, ja tätäkin on lupa tarkastella, kuin myös esimerkiksi sitä, miksi surun äärellä käperryn, tai vihasta puhuttaessa puristan käteni nyrkkiin? Minulle tämä ryhmä olikin läsnä parhaimmillaan silmät ummessa, matoillaan pötkötellen, osa viltin alle kääriytyneenä, asentoja vaihtaessa, koväänisesti huokaillen – kehoaan kunnioittaen, kehollaan eläen.

Tarkastelimme eroryhmässä viikoittain keho-mieli -suhdetta ja omaa erotarinaa, erovihaa ja -surua, ero oppimiskokemuksena sekä itsetuntoa. Työskentelyn punaisena lankana kulki oman eheytyksen ja voimavarojen kasvun kautta myös oman lapsen tunteiden salliminen ja tukeminen erossa.

Sanallistaminen ja älyllistäminen ovat kulkeneet ihmiskunnan mukana

pitkään – siihen kannustaa koulu- maailma ja työelämä. Kuten osallistajat palautteessa sanoivat: ”kehollisessa työskentelyssä ei voinut jäädä sanan tasolle” (miten paljon sanojen takaa löytyikään), ja ”kehon kantama taakka meneillään olevassa erokriisissä tuli todeksi, mutta viiden viikon aikana koin myös irti päästämisen kokemuksen, joka tuntui koko kehon keventymisenä”.

Kehollinen lähestymistapa vapauttaa voimavaroja

Harjoitukset asettivat kehon sopivaan vireystilaan, veivät virittyneen hermoston sietoikkunaan, joka toi turvan. Samaan aikaan ryhmässä oli tila tuntea; esimerkiksi kuvan, kirjoittamisen ja liikkeen kombinaatiolla tehtävä harjoitus vapautti kehosta painettua vihaa ja raivoa räjähtävästi, ja surun työstäminen liikkeellisellä etäisyys-läheisyys -teemalla rajasi surun lohdulliseksi kokonaisuudeksi. Näin tunteista tuli sopivan kokoisia, tarpeellisia kumppaneita ja voimavaroja. Lapsuuden kokemukset näkyväksi tulemisesta olivat läsnä nekin; asettuivat kehosta kumpuavaksi liikkeeksi tai asennoiksi ja tulivat läsnä monella tapaa myös silloin, kun asettauduimme liikkeen kautta toisen lempeän katseen alle.

Viimeisen kerran lopetuspiirin kaunein kiitos oli, kun eräs osallistuja sanoi, ettei nyt oikein ole sanoja, mutta kysyi: ”voisinkohan näyttää ke-

holla, liikkeelläni?”. Juuri tästä kehollisissa menetelmissä on kyse; luottamuksesta siihen, että meissä on myös muuta kuin ylivertaisessa asemassa olevat aivot ja näiden tuottamat sanat. Meissä on keho, jonka kaikissa signaaleissa asustaa juurisyy. Viisautta on siinä, että alamme luoda tilaa kuulla ja luottaa siihen, että keho on aina puolellamme.

”Kiitos matkasta... Olen mielestäni matkalla kohti sisäistä rauhallisuutta, itseni kanssa tyytyväisenä elämäkumppanina kulkemassa ilon ja levollisuuden kautta kohti tuntematonta tulevaa.” Voi kunpa jokainen erokriisiä elävä saisi kokea todeksi nämä sanat.

Erotyön asiantuntijana ja tulevana tanssi-liiketerapeutina olen vaikuttanut kehollisuuden mahdollisuuksista erokriisin käsittelyssä. Ryhmämuotoisesti menetelmä on paitsi tehokas, niin myös jättää tilaa tärkeälle vertaistuelle, joka vahvistaa kokemusta entisestään.

--
Pilottiryhmän suunnitteli ja ohjasi Marjo Meriranta, YVPL:n Itä-Suomen alueen erotyön asiantuntija ja tanssi-liiketerapian menetelmäohjaaja (2022), tuleva Tanssi-liiketerapeutti

Tanssi-liiketerapiassa tarkastellaan asiantuntijan ohjauksen avulla omasta kehosta kumpuavan liikkeen kautta nostattamia mielen syötteitä. Somaattinen työskentely, vapaa liike, mutta myös tietyt liikkeelliset menetelmät voivat tuoda mielen tietoisuuteen painettuja muistoja pitkältikin ajalta. Tästä syystä työskentely tapahtuu aina turvan kokemuksesta käsin.



Itä-Suomen alueasiantuntija Marjo Meriranta kehitti kehoerusteisen eroryhmämallin.



KAI RINKINEN

on vuoden 2022 isä

"Pandemia-aikana rutiinit loivat siltaa poikkeusajan yli"

Kai, minkälainen yhden vanhemman perhe sinulla on?

- Lapseni, teini-ikäiset tyttäret, asuvat luonani vuoroviikoin. Kumppani laajentaa perheyhteisöämme vaikka ei asu samassa taloudessa.

Vanhemmuus on muuttunut Suomessa. Miten kuvailisit 2000-luvun vanhemmuutta?

- Tiedostavampi ja kriittinen aikaisempia vanhemmuuden malleja kohtaan. Se on hyvä! Vanhoja käsityksiä joutaakin tuulettaa. Tunnetaitojen merkitys ymmärretään nyt syvemmin.

Miten perheenne selviytyi pandemia-ajan etäkoulusta?

- Me perustettiin etäkoulu ruokailuhuoneen pöydälle. Siihen tietokoneet ja kirjat. Tarvittaessa opiskelurauha toisessa huoneessa. Koetin pitää muuten elämän niin normaalina kuin suinkin. Rutiinit loivat siltaa poikkeusajan yli. Ajattelin, että pandemia-aika ja etäkoulu aiheuttaa lapsissa huolta ja pelkoakin. Silloin vanhemman on pysyttävä rauhallisena ja luottavaisena. Tai ainakin antaa se vaikutelma lapsille. Valitsin tietoisesti olla huolehtimatta liikaa.

Miten teidän perheenne rentoutuu?

- Nuoriso valistaa minua uusimmista SoMe -ilmiöistä ja nuorten maailmaan kuuluvista jutuista. Se on tavattoman kiehtovaa, opin uutta ja meillä on hauskoja keskusteluja. Jaettujen asioiden äärellä rentoutuu ja luomme keskinäistä yhteyttä.

Miten perhepalveluja pitäisi mielestäsi kehittää?

- Nostan tässä esiin erotilanteen aiheuttaman akuutin kriisin: tilanteeseen olisi hyvä saada heti tukea, ettei kriisi syvenisi entisestään ja kaikkien

oikeudet tulisi huomioida tasavertaisesti. Tämä voisi luoda maaperää sille, että vanhemmat pystyisivät myöhemmin muuttamaan purkautuneen parisuhteen vanhemmuuden kumppanuussuhteeksi. Vanhemmuus pysyy parisuhteen päätyttyäkin.

Mitä sanoisit rohkaisuksi vanhemmuudestaan epävarmalle?

- Hyvää vanhemmuutta on olemassa monenlaista, yhtä monta kuin on hyviä vanhempia. Voi miettiä omia vahvuuksiaan ja rakentaa niiden varaan oman näköisen vanhemmuuden. Me ollaan useimmat keskitason suorittajia ja se riittää ihan hyvin.

Onko yksinhuoltajien ja erovanhempien leimaamisesta jo pääty eroon?

- Ydinperhe on se yleinen normi, johon muut perhemallit tulevat peilatuksi. On hyvä, että kaikenlaiset perhemallit tulevat julkisuudessa näkyviin. Se antaa ihmisille näkökulmaa, ymmärrystä ja hyväksyntää toisenlaista elämää kohtaan. Meillä on mahdollisuus tuoda esiin yksinhuoltajien ja erovanhempien elämän onnistumisia ja toimivaa arkea.

Millaiseksi toivoisit lastesi tulevaisuuden?

- Toivon, että he ovat rohkeita, oman elämänsä ohjaajia ja toimijoita.

Mikä on sinusta parasta arjessa?

- Pysyvä, hyvin rullaava arki, johon rutiinit luovat jatkuvuutta. Se antaa pohjan lepoon ja hyvään oloon.

Miten yhden vanhemman perheitä voitaisiin huomioida Suomessa paremmin?

- Monet perheet ovat todella kuormittuneita ja jaksaminen on ääri rajoilla. Asioihin on pyrittävä vaikuttamaan valtakunnan tasolla mutta on hyvä muistaa henkilökohtaisen arjen pienet tilanteet. Voimme kysyä kuulumisia toinen toisiltamme ja olla vertaistukena läsnä.



TUETUT LOMAT VUONNA 2023

Kesä on kohta taas! Tuettua lomaa voivat hakea kaikki Suomessa vakituisesti asuvat ihmiset. Loman myöntämiseen vaikuttavat sosiaaliset, terveydelliset ja taloudelliset perusteet. Myös erityisen vaikea elämäntilanne huomioidaan, mm. perhetilanne, leskeys, työttömyys, yksinhuoltajuus sekä psyykkiset ja fyysiset sairaudet kannattaa mainita hakemuksessa.

Kaikki hakijat eivät valitettavasti pääse lomalle. Etusijalla ovat ne henkilöt, jotka eivät aikaisemmin ole olleet tuetulla lomalla. Tuetulle lomalle on mahdollista päästä ehkä joka toinen vuosi, riippuen tietenkin hakijamäärästä.

Tuettujen lomien on tarkoitus tuottaa iloa ja virkistystä lomalaisille, parhaassa tapauksessa lomalta voi saada uusia ystäviä. YVPL:n lomilla on lomaolohuone, jossa voi keskustella aikuisten kesken vetäjän johdolla. Samanaikaisesti lapsille on pyritty järjestetty lastenhoito (vaihtelee lomapaikoittain).

Lomapaikkoihin on hyvät kulkuyhteydet julkisilla liikennevälineillä. Lomien kesto on 5 vrk, hintaan sisältyy täysihoito ja lomapaikkojen ohjaajien järjestämää ohjelmaa. Niiden teema on yksinhuoltajana selviytyminen. Muista mainita tilatessasi lomakkeita, että haet YVPL:n kautta lomaa. Mikäli olet saanut loman vuonna 2023, saat tiedon lomajärjestöltä viimeistään kuukautta ennen loman alkua. Jos tietoa ei tule, et ole saanut tuettua lomaa vuonna 2023. Jos olet ollut tuetulla lomalla vuonna 2022, tämä haku ei valitettavasti koske sinua. Lomat toteutetaan yhteistyössä lomajärjestöjen kanssa. Lisätietoja lomista voit kysyä Teija Hallböck-Vainikalta p. 040 541 5294

LOHJAN SPA&RESORT

(Päiväkumpu), p. 03 060840
Ylhäntie 1, 09120 Karjalohja, www.lohjaspa.fi

Loma-aika: 12-17.6.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: 125,00 e ja lapsilla alle 16 v. maksutta (sis. iltapalaa).

Lomien määrä: 15 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolohuoneeseen.

TANHUVAARAN URHEILUOPISTO

p. 015 582 0000
Moinsalmentie 1042, 57230 Savonlinna

<http://www.tanhuvaara.fi>

Loma-aika: 16-21.7.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 100,00 e ja lapset alle 16 v maksutta (sis. iltapalaa).

Lomien määrä: 12 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolohuoneeseen.

Loman haku aika: 1.2.-31.3.2023

Linkki sähköiseen hakulomakkeeseen: <https://lotu.lomajarjestot.fi/calendar/HYVINVOINT/>

Mikäli saamme lisää yhteistyöloimia, päivitämme ne suoraan liiton kotisivuille os. <https://www.yvpl.fi/liiton-tukitoiminta/tuetut-lomat/>. Lasten tuettujen lomien järjestäjiä järjestöjä löydät os. <http://www.kesaleiri.fi/jarjestot> sekä muidenkin tuettujen lomajärjestöjen yhteystietoja os

SPORT & SPA HOTEL VESILEPPIS

p. 029 170 0170

Vokkolantie, 79100 Leppävirta
www.vesileppis.fi

VIIMEINEN HAKUPÄIVÄ: 11.3.2023

Loma-aika: 11-16.6.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 125,00 e ja lapsilla alle 17 v. maksutta (sis. iltapalaa).

Lomien määrä: 10 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolohuoneeseen.

LIIKUNTAKESKUN PAJULAHTI

p. 03- 885 511
Pajulahdentie 167, 15560 Nastola
www.pajulahti.com

VIIMEINEN HAKUPÄIVÄ: 25.3.2023

Loma-aika: 25-30.6.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 125,00 e ja lapsilla alle 17 v. maksutta (sis. iltapalaa)

Lomien määrä: 10 perhettä, majoitus opistotason huoneissa

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolohuoneeseen.

KUORTANEEN URHEILUOPISTO

p. 06 – 5166 111
Kuortaneen Urheiluopisto

Opistotie 1, 63100 Kuortane

VIIMEINEN HAKUPÄIVÄ: 9.4.2023

www.kuortaneenurheiluopisto.fi

reception@kuortane.com

Loma-aika: 9-14.7.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 125,00 e ja lapsilla alle 17 v. maksutta (sis. iltapalaa)

Lomien määrä: 10 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallis-



tua ohjattuun olohuone toimintaan.

ROKUA HEALTH & SPA

p. 0207819200
Kuntoraitti 2, 91670 Rokua
myynti@rokua.com

**VIIMEINEN HAKUPÄI-
VÄ:16.4.2023**

<http://www.rokua.com>

Loma-aika: 16-21.7.2023, 5 vrk

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 125,00 e ja lapsilla alle 17 v. mak-
sutta (sis iltapalaa).

Lomien määrä: 10 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolo-
huoneeseen.

SPAHOTEL CASINO

p. 015 73 950
Kylpylaitoksentie 7, 57130 Savon-
linna

myynti@spahotelcasino.fi

Loma-aika: 22.-27.12.2023, 5 vrk

**VIIMEINEN HAKUPÄI-
VÄ:22.9.2023**

Loman omavastuu hinta: aikuisilla 125,00 e ja lapsilla alle 17 v. mak-
sutta (sis iltapalaa).

Lomien määrä: 10 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka aikana aikuisilla on mahdollisuus osallistua yksinhuoltajan lomaolo-
huoneeseen.

NUORISOKESKUS PIISPALA

p. 020 7694300
Kurssitie 40, 43300 Kannonkoski
piispala@piispala.fi

**VIIMEINEN HAKUPÄI-
VÄ:27.9.2023**

<http://www.piispala.fi>

Loma-aika: 27.12.2023-1.1.2024, 5
vrk

Kesäiset Etelä-Suomen aluepäivät Tammelassa!

Perinteisiä Etelä-Suomen aluepäi-
viä vietetään 21-23.7.2023
Oksjärvellä.

Aluepäivillä kaikkea mukavaa
koko perheelle. Tiedossa on siis
mukavaa yhdessäoloa ja mikä
jännintä, yöpyminen on teltassa
tai omalla alustalla leirikeskuk-
sessa

Varaa paikkasi pian, sillä niitä
on vain 50 ensiksi ilmoittautu-
neelle.

Ilmoittautumiset

teija.hallback-vainikka@yvpl.fi
puh. 040 541 5294
31.5.2023 mennessä

Viikonloppupaketin hinnat

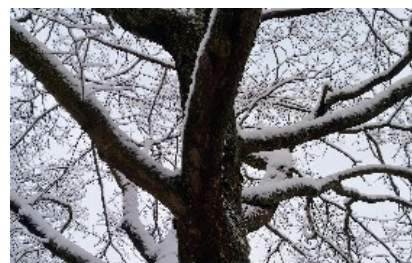
Aikuinen 65€, Lapsi 10-15v 50€,
Lapsi 5-9v 38€ ja alle 5v 15€

Loman omavastuu hinta: aikuisilla
125,00 e ja lapsilla alle 17 v. mak-
sutta (sis iltapalaa).

Lomien määrä: 10 perhettä

Loma on lapsiperheloma, jonka
aikana aikuisilla on mahdollisuus
osallistua yksinhuoltajan lomaolo-
huoneeseen.

Hakulomakkeiden tilaus: puh. 010
2193 460 klo 9-13. Katso, koska lomien haku päättyy yllä. Sähköisesti: Erityislomat kantavat nyt nimeä Vertaislomat. Tästä syystä myös sivumme linkit ovat päivittyneet. Löydät oman järjestösi linkin Vertaislomien sivuilta: <https://mtlh.fi/lomatarjonta/vertaisryhmille/>.



Yvpl:n lasten ja nuorten toimintaa keväällä 2023



4-6-VUOTIAIDEN VANHEMPIEN ERON KOKENEIDEN LASTEN TILLI TOUKKA -RYHMÄ 11.4. ALKAEN HELSINGISSÄ

Tilli Toukka -vertaisryhmä on tarkoitettu 4-6-vuotiaille lapsille, joiden vanhemmat ovat eronneet tai eroamassa.

Ryhmässä lasta tuetaan leikin ja tunnetyöskentelyn avulla, ja hän saa ryhmästä tunnetyökaluja vanhempien eron käsittelyyn. Pienessä ryhmässä on kiva tunnelma ja siellä pidetään myös hauskaa.

Aika:

tiistaisin 11.4., 18.4., 25.4., 2.5, 9.5. ja 16.5. klo 17-19

Paikka:

Kalevankatu 16, 00100 Helsinki (Yhden Vanhemman Perheiden Liiton toimisto)

Ryhmän ohjaajat:

YVPL:n lasten ja nuorten toiminnan asiantuntijat, sosionomi, yhteisöpedagogi (YAMK) Piritta Kähkönen ja sosiaali-psykologi Heljä Jyrinki.

Ryhmä sisältää myös vanhempien haastattelun ja vanhempien ja lasten yhteisen ryhmäkerran.

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

piritta.kahkonen@yvpl.fi tai p. 0406705887

Ryhmä on maksuton. Tilli Toukka -ryhmämalli on kehitetty MLL Hyvinkään yhdistyksen NERO-hankkeessa

KOTIRUOKAKLUBI UDELLAMAALLA KOULUJEN TALVILOMAVIIKKOLA NUORELLE JA VANHEMMALLE

Kivaa tekemistä talvilomaviikolle! Kotiruokaklubilla kokkaatte ja syötte yhdessä perheen kanssa. Saatte raaka-aineet suoraan kotiovelle, reseptit ja mahdolliset ohjevideot sähköpostiin sekä tarvittaessa puhelimitse neuvontaa Marttojen kotitalousasiantuntijalta.

Tarkemmat menu-tiedot lähetetään ilmoittautumisen jälkeen. Myös mahdolliset nuoremmat lapset voivat olla mukana yhteisessä kokkailussa ja ruokailussa.

Ajankohta:

Raaka-ainetoimitus to 23.2. (mahd. klo 17 jälkeen), kokkausneuvontaa saatavilla pe 24.2. Voitte valita varsinaisen kokkausajankohdan itse.

Ilmoittautuminen:

link.webropol.com/s/kotiruokaklubi2023

Lisätietoa:

piritta.kahkonen@yvpl.fi tai p. 0406705887

Ruokaklubi on maksuton.

Klubille otetaan rajattu määrä perheitä ilmoittautumisjärjestyksessä. Ruokaklubin järjestävät yhteistyössä Yhden Vanhemman Perheiden Liiton nuorisotoiminta ja Uudenmaan Martat.

TUKEA VANHEMPIEN EROON JA PERHETILANTEeseen VERKOSSA

Perhesuhteet ja vanhempien ero -chat nuorille Sekaisin Gaming Discordissa

Tule juttelemaan perhesuhteista, vanhempien erosta ja muista mieltätyttävistä jutuista Sekaisin Gamingiin joka toinen torstai (ei pyhäpäivisin). Osassa chatteja mukana myös koulutetut vertaisnuoret. Yhteistyössä Ensi- ja turvakotien liiton kanssa.

Chatit:

2.3., 16.3., 6.4., 20.4., 4.5., 20.5. ja 8.6.klo 15.30-17.

Tule chattailemaan:

discord.gg/sekasin

APUA EROON LASTEN JA NUORTEN -CHAT

Chatissa voit jutella YVPL:n lasten ja nuorten toiminnan työntekijöiden kanssa esimerkiksi perheestä, vanhempien erosta, riidoista tai jos olet huolissasi itsestä tai jostain läheisestä. Ensi- ja turvakotien liiton ylläpitämä chat auki arkisin klo 15-18.

YVPL:n työntekijät chatissa:

7.3. 6.4. Touko- ja kesäkuun päivystysajat päivitetään www.yvpl.fi/lastenjanuortentoiminta

Tule chattailemaan:

<https://apuaeroon.fi/palvelu/lasten-ja-nuorten-chat/>

Lisää toimintaamme löytyy:

www.yvpl.fi/lastenjanuortentoiminta
Facebook @yhdenvanhemmanperheidenliitto
Instagram @venyva

Lisätietoja YVPL:n lasten ja nuorten toiminnasta ja tapahtumista saa lisäksi: piritta.kahkonen@yvpl.fi tai p. 040 6705887

TUKEA EROON VERKOSSA

Puhutaan erosta -verkko-seminaarit, Teams Live, yhteistyössä YVPL ja Miessakit ry, kevät 2023:

16.3. klo 17–18 Seminaarisarjan avaus, YVPL ja Miessakit toiminnan esittely. Isänä ja miehenä eron edessä: Miessakit ry Onko kasvatusta yhden vanhemman tehtävä? YVPL. Liity seminaariin linkistä: <https://tinyurl.com/3f2uxfjb>

23.3. klo 17–18 Lastenvalvojan tapaaminen - mitä se tarkoittaa? Jenny Takkinen, sosiaalityöntekijä, Lapin hyvinvointialue. Mitä on perheasioiden sovittelu? Mikko Niemelä, sosiaalityöntekijä ja sovittelija, Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue. Liity seminaariin linkistä: <https://tinyurl.com/ywtkm7jw>

30.3. klo 17–18 Eron ABC -ilta. Mukana illassa asiantuntijat; Pohjois-Suomen aluetyöntekijä Markku Iso-Heiko, YVPL ry ja asianajaja Jutta Wallén-Leino, asianajajatoimisto Wallén-Leino Oy. Liity seminaariin linkistä: <https://tinyurl.com/33jk5yj5>

13.4. klo 17–18 Eron käsittelyn merkitys eron jälkeenkin, Helka Belt, YVPL ry.

Liity seminaariin linkistä: <https://tinyurl.com/yhpdz6mw>

Seminaareihin voit liittyä anonyymisti ja kysymyksiä luennoijille voi esittää Chat -kentän kautta. Lisätietoja: Markku Iso-Heiko (YVPL) 040 754 0026 tai Jani Isokääntä (Miessakit ry) 044 720 3111.

Eroinfo Chatpäivystykset:

Maanantaisin klo 9–10 apuaeroon.fi/ ja 10–11.00 www.hyvaksymys.fi/paivystyschatti/vanhempien-eron-abc-chat/

VertaistukiChatit: tukinet.net/teemat/vertaistukea-yhden-vanhemman-perheiden-vanhemmille/ryhmachatit/

Ohjaaja asiantuntija Markku Iso-Heiko, Uusi nousu eron jälkeen aina klo 18–19: 1.2. Miksi ero pitää käsitellä? 8.2. Yhden vanhemman perheen arki ja jaksaminen 15.2. Yksinhuoltajuus ja uusperhe-elämä

Yhdistysten koulutus: 16.2. Teams klo 17.30–19 Hallituksen vastuu, velvollisuudet ja oikeudet sekä rekisteri- ja tietosuojaseloste 14.3. Teams klo 17.30–19 puheenjohtajien ja yhdistysaktiivien ilta

Kysy lisää: markku.iso-heiko@yvpl.fi, 0407540026

Verkkowebinaarit:

Eron ABC -ilta keskiviikkona 15.3. kello 17.30–19.30. Tietoa elatuksesta, asumisjärjestelyistä sekä huoltajuudesta. Mukana lastenvalvoja sekä asianajaja, joilta voit kysyä neuvoa ja apua.

Eroinfoilta keskiviikkona 19.4. 17.30–19.30: Tietoa elatuksesta, asumisjärjestelyistä sekä huoltajuudesta. Esittelyssä Miessakkien ja YVPL:n toiminta ja apumuodot. Lisätietoja: helka.belt@yvpl.fi Tilaisuudet järjestetään Teamsissa ja saat linkin Helkalta sekä myöhemmin nettisivuiltamme. Järjestäjät: YVPL, Miessakit sekä Vantaa-Kerava Hyvinvointialue

Tervetuloa yhdistysten FB-ryhmiin ja lehden takasivulla mainittuihin verkoryhmiin!

YHDISTYKSISSÄ TAPAHTUU

HELSINGIN OLOHUONEET

Valtakunnallinen etä-aitien vertaistukiryhmä Lisätietoja: helka.bel@yvpl.fi. Tervetuloa valtakunnalliseen etä-aitien vertaistukiryhmään. Ryhmää vetää koulutettu vertaisohjaaja, joka on itsekin etä-aiti. Tapaamme Teamsissa. Teams-linkin saat laittamalla viestiä osoitteeseen helka.bel@yvpl.fi. Seuraava tapaaminen 7.3.2023 klo 17.30-19.00. Lisätietoja: helka.bel@yvpl.fi. **Helsingin Jätkäsaarissa** kokoontuvat täysin yksin lastaan kasvattavat kerran kuussa tiistaisin. Lisätietoja Pienperheyhdistys Riikka Koola riikka.koola@pienperhe.fi, 040 640 3756.

Helsingin olohuone monikulttuurisille yhden vanhemman perheille kokoontuu kaksi kertaa kuukaudessa perjantaisin klo 17.30-19.30 Mellunmäessä. Olkkarissa vanhemmat saavat rauhallisen jutteluhetken lasten leikkessä hoitajien kanssa. Iltapalaa tarjolla. Lisätiedot ja ilmoittautumiset Kaapatut Lapset ry suunnittelija 045-8553055 tai suunnittelija@kaapatutlapset.fi

Helsingin yhden vanhemman sateenkaariperheiden tapaamiset ovat tällä hetkellä tauolla. Facebookista löytyy kuitenkin ryhmä Yhden vanhemman sateenkaariperheet, johon liittymällä pääsee mukaan toimintaan sekä tutustumaan muihin yhden vanhemman sateenkaariperheisiin. Tervetuloa mukaan!

HUITTINEN

Huittisten olohuone yhden vanhemman perheille Yhteystietojä ja lisätiedot Kirsi Huhtanen p. 040 500 1845. Huittisten olohuone jää tauolle!

HYVINKÄÄ

Tapaamisia ei tällä hetkellä järjestetä. Mikäli sinä olisit kiinnostunut aloittamaan tapaamisten järjestämisen tai kaipaat muuten tukea tilanteeseesi voit kysyä liitosta www.yvpl.fi.

IISALMI

Iisalmen Yhden vanhemman perheiden vertaistukiryhmä on tarkoitettu lähivanhemmille yhdessä toisten kanssa. Kokoontumiset ovat toiminnallisia ja niissä jaetaan ajatuksia ja kokemuksia. Ryhmä kokoontuu Perhetupa Väkkärässä (Savonkatu 13, Iisalmi) parillisten viikkojen keskiviikkoisin klo 17-19. Lisätietoja ryhmästä: Laura Kumpulainen, laura.kumpulainen@ylsavonensijaturvakoti.fi. Yhteistyössä: Iisalmen srk ja Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistys.

ILMAJOKI

Ilmajoen yksin- ja yhteishuoltajien olohuone Aurinkoissa on nyt tauolla. Lisätietoja: MLL, johanna.siltakorpi@gmail.com ja diakoniatyö, leena.martikkala@evl.fi.

JOENSUU

Pohjois-Karjalan Yhden Vanhemman Perheet ry Puh. 040 816 7138 <https://pkypv.fi>, www.facebook.com/peekoonvyp, yhdistys@pkypv.fi **Yksinodottavien äitien tukihenkilö:** Odotatko lasta yksin? Pohjois-Karjalan Yhden Vanhemman Perheet ry:n yksinodottavien äitien tukihenkilö tarjoaa vertaistukea ja apua. Ota rohkeasti yhteyttä, älä jää yksin. Lisätietoja Facebookissa "Pohjois-Karjalan yhden vanhemman perheet ry" tai yhdistys@pkypv.fi **JYVÄSKYLÄ**

Jyväskylän olkkari eronneille vanhemmille. Paikka: Keski-Suomen Ensi- ja Turvakoti, Liitukuja 2, Järj. Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti ry.

JÄRVENPÄÄ

Järvenpään erovanhempien ryhmä Paikka: Perhetalo Joutsikki, Naavatie 1, 04440 Järvenpää. Aika: tiistaisin 21.2., 21.3., 18.4., 16.5.2023 klo 17.30-19.30. Kokoontumme ilman lapsia. Lisätiedot: helka.bel@yvpl.fi.

KANKAANPÄÄ

Kankaanpään yhden vanhemman perheen vertaistukiryhmä Lisätietoja Nina Granholm p.0404144991, granholm.nina(a)gmail.com. FB yksinhuoltajat kankaanpää. Liity ryhmään!

KEMI

Meri-Lapin Yhden Vanhemman Perheet ry yhdistysmerla.yhdistysvain.fi Pj. Seija Lamminpää, puh 040 846 5093, merilapinyvp(at)gmail.com. Vpj. Johanna Kalliomäki, puh. 046 5261 734. Jäsenrekisteri merilapinyvp(at)gmail.com. Tiedustelut Seija Lamminpäältä.

Keminmaan Olohuonetapaamiset Keminmaan lisätiedot Seija Lamminpää 0408465093

Tornion Perheidentalolla Putaankatu 2 vertaistuki tapaamiset kerran kuukaudessa keskiviikkoisin 22.2., 22.3., 19.4. ja 17.5. klo 17:30-19:30.

Kemissä

Perhekeskus Huvikumpu, Sauvosaa-renkatu 27, Vertaistuki tapaamiset joka kuukauden ensimmäinen keskiviikko klo 17:30-19:30. Tiedustelut Seija 0408465093, merilapinyvp@gmail.com. Tervetuloa.

Pohjoisen Yhden Vanhemman Perheet ry

Pohjoisen yhden vanhemman perheet ry:n toiminta-alue on Ylitorniolla Kuivaniemeen. Tarjoamme perheille vertaistukea retkien ja muiden yhteisten tapahtumien sekä vertaistapaamisten muodossa. Lisätietoja saa ottamalla meihin yhteyttä: email: pyvpvry@gmail.com tai Pj Pia Salmela p. 040-5198981 tai sihteeri Katja Manniala p. 040-5392497. Tervetuloa mukaan toimintaan!

KERAVA

Keravan olohuone kokoontuu parittomien viikkojen torstai-iltoina Keravan Me-talolla, os. Paasikivenkatu 12. Sisäänkäynti kirjaston ovista, hissillä ylös. Olkkarilla on kiertävä vetäjä.

KOKKOLA

Kannatko vanhemmuuden yksin, vailla tukea toisesta vanhemmasta? Haluatko jakaa vanhemmuuden iloja ja suruja muiden vanhempien kanssa? **Kokkolan Olkkari** on nyt Voimapesä - Yhteisö yksinhuoltajille! Voimapesä on hyvämielen kokoontumispaikka yhden vanhemman perheille. Tervetuloa mukaan tutustumaan, jakamaan iloja ja suruja toisten vanhempien kanssa! Kokoontumme yhteisöklubi Sillassa (Rantakatu 6, Kokkola). Tule mukaan ryhmään myös Facebookissa: Voimapesä - Yhteisö yksinhuoltajille. Halutessasi voit kysyä lisätietoja: kokkolanoikkari@gmail.com

KOTKA

Tauolla. Lisätietoja: marintina@gmail.com.

KUOPIO

Kuopion Erovertaiskahvila on kohtaamispaikka eron kokeneille

tai eroa pohtiville vanhemmille. Jutelaaan eroon, lapsiin ja eron jälkeiseen vanhemmuuteen liittyvistä asioista. Keskiviikkoisin klo 17-19: 15.2., 15.3. ja 19.4. YVPL Itä-Suomen "Koivikko" -ryhmätyötila, Asemakatu 16, Kuopio. Maksuton, ei ilmoittautumista. Lisätietoja: Marjo Meriranta, 0400 441 708.

Kuopion Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry

Yhteystietojä: ksyvp.pj@gmail.com Facebook: Kuopion-Seudun-Yhden-Vanhemman-Perheet-ry. Ilmoitamme tapahtumista ja ajankohtaisista asioista facebook -sivuillamme, käy tykkäämässä niin pysyt ajan tasalla!

Kuopion Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry:n olkkari

Katso kevään 2023 kokoontumiset Facebookista "Kuopion seudun yhden vanhemman perheet". Lisätiedot: kuopionyhshteeri@gmail.com.

Kuopio/Pohjois-Savon alue Puhu erosta tukihenkilön kanssa

Erotukihenkilön on koulutettu vapaaehtoinen, joka kuuntelee ja on vertaistukena erotilanteen tuomassa muutuneessa elämäntilanteessa. Hänen kanssaan voi jutella omista tunteista ja ajatuksista kahden kesken. Tukihenkilöni voi saada toimintaa ohjaavan koordinaattorin kautta ja tukihenkilösuhte aloitetaan aina yhteistyössä hänen kanssaan. Lisätiedot ja yhteydenotot: Mari 044 3697214 / mari.hietapelto@kuopionensikoti.fi tai Marjo 0400 441708 / marjo.meriranta@yvpl.fi.

Vertaistukea itsellisille äideille

Oletko itsellinen odottaja tai itsellinen äiti? Tervetuloa uuteen vertaistukiryhmään! Ke 8.2., 8.3., 12.4. ja 10.5.23 klo 17-19. Paikka: Kuopion perheetalo, Lapinlinnankatu 14 Vertaistukitapaamiset on tarkoitettu lahjasukuloilla ilman kumppania lapsen saaneille tai raskaana oleville. Ensimmäiselle lalle tarvittaessa lastenhoito. Ilmoitathan lastenhoitotarpeesta sekä myös mahd. allergiat/erityisrv:t kahvien järjestämistä varten: marjo.meriranta@yvpl.fi/ 0400 441 708.

KUUSAMO

Kuusamon Yhden vanhemman perheiden olohuone Vuoden aloitus 1.2. klo 17.30-19.30, MLL:n Perhepesän tilat, Kumppanuostalo Nuotta, Apajatie 1 rakennus 3, Kuusamo. Yhteistyössä YVPL ry ja MLL Pohjois-Pohjanmaan Perhepesä Kuusamo. Kysy Inka Hokkanen 0442442533. Ohjaajina Inka Hokkanen ja Mari Hietala Ajat näkyvät MLL PerhePesä Kuusamo Facebookissa ja Instagramissa.

LAHTI

Lahten Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry, Pj. Susanna Merisalo, 040 1722 1630, puheenjohtaja.lahden-seudunyvpl@gmail.com. Varapj.: Sari Heinonen 040 544 2358. Yhdistyksen sähköposti: lahdenseudunyvpl@gmail.com. Keväällä tapaamme: ti 21.2. to 23.3. to 27.4. ja to 25.5. klo 17.30-19.30. Apua ja tietoa löytyy myös Yhden Vanhemman Perheiden Liitto Ry:n sivuilta: www.yvpl.fi tai soittamalla ma-to 10.00-16.00 *Eroinfopäivystykseen* puh. 020 774 9800

LAITILA

Laitilan olohuone Kysy lisää asiantuntija Teija Hallback-Vainikalta puh. 040 541 5284, teija.hallback-vainikka@yvpl.fi.

LAPPEENRANTA

Lappeenrannan yhden vanhemman

perheiden olkkari Lisätietoja: Facebook /Yhden Vanhemman Perheiden Olkkari Lappeenranta tai marjo.meriranta@yvpl.fi / 0400 441 708.

LOHJA

Lohjan Seudun Yksin- ja Yhteishuoltajat ry

Pj. Piia Karppinen piia.karppinen@elisa-net.fi, 040 526 5972. Jäsenasiat: elinak.spring@gmail.com. **Lohjan olohuone** Olohuonekokoontumiset ovat tauolla koronan vuoksi. Päivitämme tietoja kun tilanne sallii taas kokoontumiset.

NUMMELA

Nummelan olohuone. Kysy liitosta 040 541 5294 tai teija.hallback-vainikka@yvpl.fi.

OULU

Oulun Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry, www.osyvp.fi

Yhteystiedot:

oulunseudunyvpl@gmail.com
oulunseudunyvpl.pj@gmail.com

LapsiArkki

Kaikille yksin/yrhteishuoltajille tarjottu avoin ryhmä. Lapsille omaa ohjelmaa. LapsiArkki kokoontuu Tuuran kirkolla osoitteessa Myllytie 5 (käynti maininkisalin ovesta) kerran kuukaudessa torstaina klo 17.30-19.30. Tapaamme 16.2, 30.3, 27.4 ja 25.5. LapsiArkki toteutetaan yhteistyössä Oulun Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry:n ja Tuuran srk kanssa. Tervetuloa! <http://www.osyvp.fi>, oulunseudunyvpl@gmail.com.

RAISIO

Raision vertaistukiryhmä yhden vanhemman pikkulapsiperheille

LapsiArkki vertaistukiryhmä kerran kuussa klo 10-13 la 4.3., 15.4. ja 13.5. Pappilan perhetalossa (Kirkkoherrankuja 2, sisäänkäynti pihan puolelta). Maksuton. Ohjaajina seurakunnan lastenhoitaja Maj-Britt Lahdenperä ja kaupungin varhaiskasvatuksen lastenhoitaja Tiina Nordström. Ilmoittautuminen viime nantaina ennen tapahtumaa Maj-Britt Lahdenperä p. 044 7160 304. Lisätiedot: maj-britt.lahdenpera@evl.fi.

ROVANIEMI

Rovaniemen Seudun Yksin- ja Yhteishuoltajat ry

Lisätietoja yhdistyksen toiminnasta Rovaniemellä: roinyksinjayhteishuoltajat@gmail.com Pj. Antti Räsänen, 050 4949581 Varapj. Enni Remes 041 3192602.

Rovaniemen yhden vanhemman perheiden olohuone

MLL:n perhepalvelukeskuksen tiloissa, Pirkkakatu 2, Rovaniemi. Tapaamme 15.2., 22.3., 19.4. ja 17.5. kello 17-19. Tarjolla kahvia, sympatiaa ja vertaistukea. Paikalla lastenhoitaja, joka tarjoaa sinulle hetken tilaa huokaista kiireen keskellä. Tervetuloa! Lisätietoja: Enni Remes, 041 3192602 Heidi Pohtila, 040 7653505.

Olohuone eronneille miehille

Luottamuksellista keskustelua ja vertaistukea pienen purtavan kera. Mahdollisuus saunaa ja puhdistaa sielua kohtalotoverien kanssa. Eroisien iält järjestetään Lapin sosiaalili- ja terveysurveysyhdistyksen tiloissa, Kansankatu 13 A 28, Rovaniemi. Tapaamme 16.2., 16.3., 13.4. ja 11.5. kello 17-19. Lisätietoja isäiltoista: Kai Rinkinen, 040 5346347.

SEINÄJOKI

Etelä-Pohjanmaan Yhden Vanhemman Perheet ry

Yhteyshenkilöt/tiedot:

Teija Tervakangas, teija.tervakangas@gmail.com,
Johanna Siltakorpi, johanna.siltakorpi@gmail.com.

Lisätiedot: eepeenyvp@gmail.com.
Facebook ryhmä: <https://www.facebook.com/eepeenyvp/>

Yksin- ja yhteishuoltajien olohuone Seinäjoella Vuoden 2023 tapamisesta tiistaisin klo 17.30 - 19.30, Pohjan srk-koti, Väinöläkatu 4B, Seinäjoki. ti 17.1., 14.2., 14.3., 18.4., 16.5., 19.9., 24.10. ja 21.11. Yhteyshenkilö: seija.saari@evl.fi tai 050 570 6273.

TAMPERE

Tampereen Seudun Yksin- ja yhteishuoltajat ry,
Puheenjohtaja Tiia Huttunen
Varapuheenjohtaja Tuula Lahtinen
Taloudenhoitaja Minna Kaution
Sihteeri, jäsenvastaava Marjo Koivuaho.
Yhdistyksen puhelinnumero:
0400 741 972 iltaisin ja viikonloppuisin.
Yhdistyksen sähköposti: treenyh@gmail.com. Yhdistyksen nettisivut: tre-yh.vuodatus.net. Seuraa tapahtumia Facebookissa, Instassa ja kotisivuilla! Jäsenmaksu on 15 e.

Olkkaritapaamiset Tampereella Perheiden talolla, 19.2., 26.3., 23.4. ja 13.5. klo 14-16. Ilmoittautumiset saman viikon perjantaina mennessä yhdistyksen sähköpostiin. Paikalla pääsääntöisesti myös lastenhoitajat.

18.2. on retki Ihaamaan hevosiä katsomaan, ilmoittaudu yhdistyksen puhelimeen 7.2. mennessä.

27.3. klo 17-19 jäsenistölle ilmainen ensiapukurssi (lasten taturmat) Tampurissa (Tre). Sitovat ilmoittautumiset tekstiviestillä 21.3. mennessä yhdistyksen puhelimeen.

Yhdistyksen kevätkokous 26.3. klo 12.30, Perheiden talolla. Esillä sääntömääräiset asiat. Kokouskahvit, ilmoittautuminen yhdistyksen puhelimeen 21.3. mennessä.

Aarrekartatyöpaja 16.4. klo 14-16 Perheiden talolla, ilmoittaudu 13.4. mennessä yhdistyksen puhelimeen.

6.5. vierailu Rockwood Alpacas **alpakatallalle**, lisätietoja lähempänä tapahtumaa somekanavillamme.

TURKU

Turun Seudun Yksinhuoltajat ry s.posti: turunyh@gmail.com, puh. 044 358 8599 (iltaisin), <https://www.turunseudunyh.fi/>, pj. Satu Lahtinen, varapj. Kristiina Fors, jäsenvastaava Tarja Mäkelä. Jäseneksi voit liittyä <https://www.turunseudunyh.fi/jasenyys/>. Löydät meidät myös Facebookista Turun seudun yksinhuoltajayhdistys sekä Instagramista.

Lisätiedot ja ilmoittautumishajeet tulevat jäsenille sähköpostilla.

Hyvinvointi olkkari, Lehmusvalkaman hyvinvointikeskus.

Tiistaisin klo 17-19.
Karvaiskatu 7, 20720 Turku (kulku pääovesta, 1. kerrokseen).
Sauna ja uinti, mahdollisuus tehdä omatoiminen jalkahoito (ota oma pesuväli mukaan).

Lapset ovat vanhempien vastuulla koko ajan. Uima-altaaseen ei saa tuoda omia uimaleluja. Rajattu osallistujamäärä. Maksuton. Ilmoittautumiset: tara.3.yh@gmail.com.

Kylpyläretki Flamingo Spa vesipuisto, Vantaa 11.-12.3.

Tule mukaan omatoimiretkelle Suomen suurimpaan kauppakeskukseen ja lapsiperheiden suosikkikylpylään. Lisätietoja: <https://www.turunseudunyh.fi/ohjelma/Vanha-Palikka> Legomuseo 22.4. klo 11-13, maksuton.

Os. Kyröntie 75, Pöytyä.
Pihalla hyvin parkkitilaa ja leikkipaikka. Jäsenmaksun maksaneelle jäsenelle maksuton.

Yhdistys tarjoaa lego-leivoksen (voit ostaa itse kahvin, mehun tms).
30 mahtuu mukaan.
Jäsenhinta: maksuton
Ilmoittaudu tekstiviestillä 15.4. mennessä: 0405352891 (Heidi).
Yhdistyksen koko ohjelma löytyy tästä: <https://www.turunseudunyh.fi/ohjelma/TUUSULA>

Olohuone yhden aikuisen perheille.
Facebook: Tuusulan yhden vanhemman perheen olohuone. Olohuone on keskustelun, vertaistuen ja tiedotuksen kanava (suljettu ryhmä). Lisätietoja: diakoni Päivi Hartikainen paivi.h.hartikainen@evl.fi / 040 636 0424.

UUSIKAUPUNKI

Uudenkaupungin olohuone Kysy lisää asiantuntija Teija Hallböck-Vainikalta puh. 040 541 5284 tai teija.hallback-vainikka@yvpl.fi.

VANTAA

Vantaa Hakunilan yksin- ja yhteishuoltajien olohuone: Tauolla!
Lisätietoja: helka.belt@yvpl.fi

Vantaa Pähkinärinteen erovanhempien olohuone Keskiviikkoisin klo 17.30-19.30. 8.3. Ero ja lapset, 22.3. Ero ja itsensä löytäminen, 5.4. Ero ja tukiverkosto, 19.4. Ero ja mielen hyvinvointi, 3.5. Eron jälkeiset suhteet, 17.5. Aihe vapaa! 14.6. Kesäjuhla. Lisätiedot: helka.belt@yvpl.fi

VARKAUS

Varkauden seudun yksinhuoltajat ry:n kaikille yksinhuoltajille avoimet VertaisOlkkarit järjestetään Varkauden Perheentalolla, aina kuuauuden 3. lau-antai. Varmista ajantasaiset ohjeistukset ja aika somesta tai laittamalla viestiä. Vuoden 2022 VertaisOlkkarit: 19.11., 17.12.

Seuraa meitä myös somessa FB @varkaudenseudunyhärit ja IG @varkaudenseudunyhärit.

Olkkareiden lisäksi järjestämme leikkipäiviä, retkiä, vanhempien iltoja, leirejä ym ym..

Jäseneksi voit liittyä helposti laittamalla sähköpostia osoitteeseen: varkaudenseudunyhärit@gmail.com, ilmoita viestissä yhteyshenkilö, lasten syntymäajat, mahdoll. allergiat ym huomioon otettavat asiat.

Tervetuloa mukaan toimintaan!
Lisätietoja: puh. 046 887 2790 tai varkaudenseudunyhärit@gmail.com

YLVIESKA

Ylvieskan Yhden vanhemman perheiden olohuone Perhepesällä toimivat yksinhuoltajien illat ovat avoimet kaikille yksinhuoltajille/perheellisille eronneille (koskee myös yhteishuoltajuutta) tai näitä asioita pohtiville.
Keskiviikkoisin 25.1., 22.2. ja 22.3. klo 17-19. Lisätietoja p. 044 7396 718 tai reetta.anttila@mll.fi.

MUUT YHDISTYKSET

Hyvä Erovanhemmuus ry
Pj. Jukka Lampinen, varapj. Kaj J. Christian Mönkkönen. Sähköposti: info@hyvery.fi. Kotisivut: <https://hyvery.fi>

Kaapatut Lapset ry
Toiminnanjohtaja Tarja Räisänen, tarja.raisanen@kaapatutlapset.fi, 044 262 6662, kansalaistoiminnan ja viestinnän suunnittelija Nonna Lemola-Palm, suunnittelija@kaapatutlapset.fi, 045 8553 055, järjestösihteeri Torsti Henttinen 050 3392 421, toimisto@kaapatutlapset.fi. Toimistomme sijaitsee osoitteessa: Malminkatu 26, 00700 Helsinki. Sovithan tapaamisen aina etukäteen. www.kaapatutlapset.fi

Löydät meidät myös Twitteristä ja Facebookista nimellä Kaapatut Lapset ry. Voit myös liittyä sähköpostilistallemme!

Totaaliyhärit ry
Totaalisesti yksin lastaan odottaville ja/

tai kasvattaville vanhemmille. Pj. Marika Ranta puh. 040 709 4956, totaaliyhärit@gmail.com. Kts. myös yhdistyksen kotisivut: <https://totaaliyhärit.com/>, puh. 040 1488 592. Jäsenmaksu on 20 e/vuosi ja 15 e, jos kuulut johonkin toiseen YVPL:n jäsenjärjestöön, kannatusjäsenmaksu on 25 e/vuosi. Maksun voi suorittaa tilille Danske Bank FI22 8146 9710 1687 08, liitättävän yhteystietosi mukaan ja saat Muuttuva Perhe-lehden. Katsothan tarkemmat tapaamisajankohdat Totaaliyhärit ry:n kotisivuilta <https://totaaliyhärit.com/> tai Facebookista <https://www.facebook.com/Totaaliyhärit>. Lisätietoja myös puheenjohtajalta email totaaliyhärit@gmail.com

KANNATAJAJÄSENET

Asianajotoimisto Asianaiset, Hki, 010 326 6001 ja 010 326 6002

LIITON EROINFO

Liiton työntekijöiltä voit kysyä lapsen elatukseen, huoltoon ja tapaamiseen liittyviä tietoja
EROFOPÄIVYSTYS ma-to 10-16 ja ke 10-19 p. 020 774 9800 (hinta 8,35 snt/puhelu + 16,69 snt/min, alv 24%)

ODOTATKO YKSIN?

Odotatko lasta yksin? Kaipaatko tietoa ja tukea? Aluekoordinaattori Teija Hallböck-Vainikan tavoitat numerosta 040 541 5294 virka-aikoina.

NETTITUEKA

Tukea murrosikäisten vanhemmille: tuula.vaisanen1@gmail.com

PSYKOTERAPEUTTI-PÄIVYSTYS JÄSENILLE

Parittomien viikkojen maanantaisin klo 11-13, Helena Niemi, 0400 965 416

JURISTIPÄIVYSTYKSET

ma klo 9-10
Elisa Ilmoniemi 050 351 7081 (Tampere ja Helsinki)

Karoliina Partanen puh. 050 494 3585 (Kuopio)

ma klo 14-15
Leena Vesto 040 578 8265

ma klo 15-18
Asianajatoimisto Johanna Niskanen puh. 040 739 9787

ma klo 16-18
Anne Liakka 040 577 0122 (Helsinki ja Porvoo) tai 09 2516 6310 (Etelä-Suomi ja pääkaupunkiseutu)

ti klo 12-14
Fida Hairetdin, puhelin 010 337 7660 (pääkaupunkiseutu ja Uusimaa)

ti klo 13-14.30
Jani Vuoti puh. 040 750 2621 (OULU)

ti klo 16-18
Johanna Ojala puh. 010 326 6001 ja Kirsi Tarvainen puh. 010 326 6002 (HELSINKI)

ti klo 18-19
Anne Teuri puh. 0400 720 178

ke klo 9-11
Anne Liakka 09 2516 6310 (Helsinki ja Porvoo) tai 040 577 0122 (Etelä-Suomi ja pääkaupunkiseutu)

ke klo 16-17
Leena Vesto 040 578 8265

ke klo 17-19
Asianajatoimisto Johanna Niskanen puh. 040 739 9787

ke klo 19 - 21
Maria Pöyhönen puh. 041 501 3944 (sijainen Sini Vaittinen puh. 044 362 3320)

filip Markelin puh. 0400 464 899 (HELSINKI)

to klo 16-17
Leena Kenttämies puh. (019) 779 000 (RIIHIMÄKI)

to klo 16-18

Eeva-Leena Wendelin puh. 050 421 2333 (OULU)

to klo 16-18

Marja Väilä, p. 040 718 1556, Hanna Rahikka, p. 050 302 6440 (Helsinki)

pe klo 9-11

Anne Liakka 040 5770122 (Helsinki ja Porvoo) tai 09 2516 6310 (Etelä-Suomi ja pääkaupunkiseutu)

VAPAAEHTOISAUTTAJIEN VERTAISTUKIPUHELIMET

Eronneet nuoret äidit, joilla pieniä lapsia 050 352 3634

Helsinki / Pääkaupunkiseutu

tukipuhelin: 050 408 1576

Kotka tukipuhelin 050 566 3044

Leskeksi jääneiden tuki

nuoretlesket.oulu@gmail.com

Paltamo 045 840 7917/Tuula, arkinen klo 21.00 asti

Tampere 0400 741 972 Tuula, iltaisin ja viikonloppuisin

Turku (iltaisin) 044 358 8599

Tuusula (iltaisin)

050 326 2032 (Marjut, lapsen kanssa yksin alusta lähtien), vain iltaisin

Vantaa 044 504 0305 Jarkko Väre

Venäjänkielinen vertaistukihenkilö

Annika Koshkina 0400 179045

Lastensuojelun asiantuntija

050 408 1576 Eija

Uhkasakkojen uhrin

Neuvonta ja vertaistuki:

Anne Tuomikoski p. 041 430 1640

Lapsen huoltajuus- ja tapaamiskäsit

Kansainvälinen ero

Tukihenkilövastaava, jolta tukihenkilöitä voi tiedustella p. 044 2626 662.

Omille jaloille

-toiminta auttaa vaikeissa elämäntilanteissa olevia heidän talous- ja velkaongelmassaan.

Toiminta on vapaaehtoistyötä, jossa koulutuksen saaneet tukihenkilöt auttavat talousvaikeuksissa olevia henkilöitä ja opastavat heitä tarvittavien auttamisjärjestelmien piiriin.

Kemin tukihenkilö: Mirka p. 040 754 8231

YHDEN VANHEMMAN PERHEIDEN LIITON LIITTOHALLITUS 2022-2023

pj. Susanna Kavonius

susanna.kavonius@hel.fi

varapj. Riikka Kätkönen

riikka.kahkonen@gmail.com

Jäsenet:

Tiia Huttunen

Marjo Koivuaho

Tarja Mäkelä

Satu Pylvänäinen

Susanna Reijonen

Antti Räsänen

Teija Tervakangas

Karita Vähä-Karvia

Varajäsenet:

Virpi Järvenpää

Satu Lahtinen

Seija Lamminpää

Marita Marttanen

Marika Ranta

Johanna Siltakorpi

Mirja-Liisa Tepsa

Mia Wynne-Ellis

Jos haluat muutoksia olohuone- ja yhdistystietoihin sekä jäsentietoihin, ota yhteys helja.sairisalo@yvpl.fi

LIITON WWW-SIVUT: www.yvpl.fi



Palautusosoite:
Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry
Allergiatalo, Paciuksenkatu 19
00270 Helsinki

.MW80

Tietoa ja tukea vanhemmille keväällä 2023

Kuopio

Itsellisten äitien vertaisryhmä käynnistyy ke 8.2., ke 8.3., ke 12.4. ja ke 10.5.23 klo 17-19 Kuopion perheentalolla, Lapinlinnankatu 14. Tapaamiset on tarkoitettu lahjasukusoluilla ilman kumppania lapsen saaneille tai raskaana oleville. Tapaamiset järjestetään kerran kuukaudessa Ensimmäisen iltana mukana Marjo Meriranta Yhden Vanhemman Perheiden Liitosta sekä liiton koulutetut vertaisohjaajat. Ilmoittauduthan mukaan ja kerro samalla lastenhoitotarve sekä myös erityisruokavaliot kahvien järjestämistä varten: marjo.meriranta@yvpl.fi / 0400 441 708.

Oulu

Kysy asianajajalta! Myös yksilöneuvonta Neuvonta on maksutonta. Saat tietoa myös Oulun seudun yhden vanhemmanperheet ry:n toiminnasta. Kumppanuuskeskus, Kansankatu 53, Oulu

Ei ennakkoilmoittautumista, lisätietoja oulunseudunyvpl@gmail.com.

Tapaamiset ovat ke klo 16.30 25.1.

Wendelin, 22.2. Wallén-Leino, 22.3. Wendelin, 26.4. Wallén-Leino ja 10.5. Wendelin.

Teams Hyvä ero -ryhmä 6.3.–24.4., 8 kertaa, maanantaisin klo 17–19

Eroryhmämme tarjoaa kartan ja kompassin, jonka avulla voi kulkea kohteen uutta ja parempaa elämää.

Ryhmä kestää 8 viikkoa. Ryhmää ohjaavat YVPL:n asiantuntijat Teija Hallböck-Vainikka ja Markku Iso-Heiko Kysy lisää Markulta 040 754 0026 tai Teijalta 6.2. alkaen 040 541 5294 tai ilmoittaudu tästä linkistä: <https://link.webropolsurveys.com/S/B990DAD07EF4890E>

Isien ja lasten illat Rovaniemellä

22.2. Afterwork pitsailta klo 17–19, MLL:n perhetoimintakeskus, Pirkkakatu 2

Huhtikuun lopulla Frisbeegolf-tapahtuma, mukana heiton nopeusmittaus, Heppapuisto, Pirkkakatu 2

Yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapin piiri, Pelastakaa

Lapset ry, Erityislasten Omaiset ELO ry, Yhden Vanhemman Perheiden Liitto, Lapin ensi- ja turvakoti ry, Rovaniemen Seurakunta, Tiedekeskus Pilke ja Doctordiscgolf. Toimintaa koordinoi Markku: markku.iso-heiko@yvpl.fi, 0407540026

Monimuotoinen erovanhemmuus verkossa

Neliosainen teemachat tarjoaa vertaistukea ja tietoa siihen, miten käsitellä erovanhemmuuden tunteita sekä apua sen ymmärtämiseen, ettei riittävän hyvä vanhemmuus ole perhemuodosta kiinni. Chatit on tarkoitettu erovanhemmille. Keskustelemme siitä, minkälaisia odotuksia, paineita ja vaatimuksia asetamme itse ja millaisia muut asettavat erovanhemmuudellemme. Chatit ovat Tukinetissä täällä: <https://tukinet.net/teemat/vertaistukea-yhden-vanhemman-perheiden-vanhemmille/ryhmachatit/kello-20-21.17.5.23> Riittävän hyvä vanhemmuus riittää eroperheissäkin, 23.5.23 Vuorovanhemmuuden tunteet, 7.6.23 Lähivanhemmuuden tunteet, 14.6.23 Etävanhemmuuden tunteet. Lisätietoja: helka.belt@yvpl.fi

Haluan liittyä lähimpään yh-yhdistykseen (n. 10-20 euroa/vuosi) ja saan Muuttuva Perhe -lehden jäsenetuna.

Haluan perustaa asuinalueelleni uuden yhdistyksen tai olohuoneen, lähettäkää minulle perustamismateriaali ja ottakaa minuun yhteyttä.

Haluan tilata Muuttuva Perhe -lehden, 25 euroa/vsk.

Osoitteeni on muuttunut.

Muuta:

Nimi:

Uusi osoite:

Vanha osoite:

Puhelin:

Sähköposti:

PALVELU
KORTTI

YVPL MAKSAA
POSTIMAKSUN

YHDEN VANHEMMAN
PERHEIDEN LIITTO RY

5001087

00003 VASTAUSLÄHETYS