

m u u t t u v a

4/2023

perhe

NUORTEN TOIMITTAMANA

PÄÄKIRJOITUS

Kuinka opimme rahasta?

Kasvaminen yksinhuoltajaperheessä

Vuoden 2021 Tilastokeskuksen tilastotietokannan mukaan 32,7 % yhden vanhemman perheistä on köyhyys- tai syrjäytymisriskissä. Tämä tarkoittaa, että näiden perheiden lapset ovat täysin samassa riskissä. Nuorella, jolla on lähtökohtaisesti jo lapsuudesta asti ollut isona aiheena taloudellinen ahdinko, on hyvällä todennäköisyydellä erilainen suhde rahan kanssa verrattuna nuoreen, joka ei ole joutunut huolehtimaan raha-asioista ennen aikuistumista ainakaan yhtä suurella mittakaavalla.

Haastattelin 19-vuotiasta Jessicaa, jonka vanhemmat erosivat, kun hän oli 4-vuotias. Nuoruudessa kokemaansa köyhyyttä aiheutti yksituloisessa perheessä elämisen lisäksi hänen äitinsä sairaus. Jessican omien sanojensa mukaan eläminen vähävaraisessa yksinhuoltajaperheessä ei kuitenkaan ollut huono asia. Hän oppi jo varhain säästämään itselleen rahaa, hyötykäyttämään tarjouksia ja olemaan vastuullinen rahan kanssa. Kolikon kääntöpuolella oli kuitenkin häpeä, joka köyhyydestä tuli. Hän muistelee ihailleensa ystäviensä työssäkäyviä yhdessä olevia vanhempia ja omakotitaloja ja ei halunnut kutsua ketään kylään, sillä pelkäsi heidän suhtautuvan elinolosuhteisiinsa huonolla tavalla. Nykyään hän on sitä mieltä, että jos hänen taustojaan ei voida hyväksyä, on aika jättää tämä ystävyysuhde jälkeen.

Täysi-ikäistyttyään Jessican raha-asiat ovat olleet kunnossa. Hän maalaa tilaustöitä, siivoaa kevytyrittäjänä ja keikkatyönä sekä käy neljättä vuotta aikuislukiota. Nämä ovat varmistaneet hänelle turvallisen laskun aikuiselämään. Jessica pitää sosiaaliturvaa hyvänä nuorelle, joka on itsenäistymässä tai muuttuvassa elämänvaiheessa mutta ei koe, että se pitäisi olla asia mihin turvautua loppuelämää. Jessica kiittää äitiään siitä, että vaikka elivät suurimmaksi osaksi tukien avulla, hän aina painotti, että töitä kannattaa ja pitää tehdä selviytyäkseen tässä yhteiskunnassa.

Ihmiset, jotka ovat suurimmassa köyhyys- ja syrjäytymisriskissä, kuten yhden vanhemman perheet, saavat ison kolhun taloudelliseen tilanteeseensa hallitussuunnitelman sosiaaliturvan leikkauksista.

Venla Kaakinen

Yhden Vanhemman Perheiden Liiton kehittäjäryhmä Tsemppareiden nuori

Sisältö 4/2023:

Kuinka opimme rahasta?	2
Nuori, tule mukaan Tsemppareihin!	3
Miten me päädyttiin yksinhuoltajaperheeksi.....	4
Faktoja yhden vanhemman perheistä	5
Mistä yhden vanhemman perheiden nuoret jäävät paitsi?.....	6
Nuoret vaikuttavat omiin oikeuksiinsa	7
Top10 biisit parempaan mielentilaan! Kokeile sinäkin!.....	8
YVPLn lasten ja nuorten toimintaa kevällä 2024	9
Nuorten messut 2023 ja terapeutti Ville	10
Terhin ja Siirin esittely	12
Yhdistykset.....	14

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

HELSINKI:

Terhi Rapeli
Toiminnanjohtaja, lasten ja nuorten toiminnan
päällikkö, p. 040 186 3421
Julia Taika
Talous- ja hallintokoordinaattori
p. 040 186 3420
Helka Belt
Asiantuntija, erotyö ja yksin lasta kasvattavien
tuki, aluetyö Uusimaa, p. 040 774 9660

Lasten ja nuorten toiminta

Piritta Kähkönen
Asiantuntija, nuorisotoiminta, p. 040 670 5887
Heljä Jyrinki
Asiantuntija, lasten ja nuorten toiminta,
p. 040 557 0940
Siiri Kinnari
Nuorten toiminnan koordinaattori
puh. 040 562 2133

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
Kirkkokatu 1, 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/ppm

Muuttuva Perhe -lehden 4/2023 toimitus



Tsempparit:

Alina, Aarne, Iida, Michelle, Oskari,
Veeti ja Venla

Toimitus- sihteerit:

Lasten ja nuorten
toiminnan
koordinaattori Siiri
Kinnari

Lasten ja nuorten
toiminnan asiantuntija
Piritta Kähkönen

Toiminnanjohtaja
Terhi Rapeli

Nuori, tule mukaan Nuorten kehittäjäryhmä Tsemppareihin!

”Mulla on ollut tosi kivaa Tsemppareissa. En oo aiemmin tuntenut ketään kenellä olisi samanlaisia perhekokeimuksia, mutta tämän ryhmän kautta olen tutustunut ihmisiin, kellä on samanlainen tilanne, kuin mul-la. Oon saanut uusia kavereita. Oon päässyt myös kokemaan asioita, joi-hin ei muuten olis ollut mahdollisuutta. Esimerkiksi viime keväänä me oltiin porukalla Kemin lumilinnassa. Olen päässyt ryhmän kautta vaikuttamaan ja sanomaan, mikä pitäisi olla yhden vanhemman perheissä paremmin. On tärkeää, että saa tuotua julki, että erilaisia tilanteita perheissä on ja, että saa tietoa, että yhden vanhemman perheilläkin voi mennä hyvin.”
Nuori 16v.

Nuorten kehittäjäryhmä on tarkoi-tettu kaikille noin 12-20-vuotiaille yhden vanhemman perheiden nuorille, joita vaikuttaminen kiinnostaa. Osallistua voi mistä päin tahansa.

Ryhmäläiset voivat toimia esimerkiksi verkkovertaisina ja he pääsevät vaikuttamaan heitä kiinnostaviin yhden vanhemman perheiden nuorten elämään liittyviin asioihin. Tulevana vuonna nuoret haluavat vaikuttaa erityisesti mahdollisuuteen saada enemmän taloudellista tukea yhden vanhemman perheille ja nuorille sekä mahdollisuuteen harrastaa ainakin yhtä itselle tärkeää harrastusta.

Tapaamisia on muutaman kerran vuodessa ja ne pidetään pääosin verkossa Zoomin välityksellä. 1-2 kertaa vuodessa tavataan liveinä. Osallistua voi sen verran kuin haluaa ja ehtii. Tapaamisiin sisältyy usein työskentelyn lisäksi jotain hauskaa yhteistä tekemistä ja hyvää ruokaa. Ryhmään kuuluu noin 15 nuorta ympäri Suomea. Tule sinäkin mukaan. Voit laittaa kiinnostuksestasi Whatsapp-viestin lasten ja nuorten toiminnan asiantuntijalle Piritta Kähköselä p. 0406705887.

Miten me päädyttiin yksinhuoltajaperheeksi



Kävin isän luona varmaan 10 vuotta silleen joka toinen viikonloppu ja sitten lomilla myös. Mun isä on väkivaltainen, alkoholin kanssa ongelmia ja aiheuttanut muutenkin traumoja. Kävin sen 10 vuotta siellä ja en oikeen ees ikinä ollut isän kanssa, vaan isovanhempien luona vietin enemmän aikaa.

Lopetin lopulta käynnit isällä, kun viimeinen kerta oli todella traumaattinen kerta, joten silloin päätin, että en enää halua mennä sinne ikinä.

Sillon, kun lopetin käynnit isällä, niin ei ollut sellasta lakia vielä voimassa, että sen ikäistä kuunneltaisiin tällaisissa asioissa. Mua onneksi kuunneltiin. Jos ei ois kuunnellut, niin en tiiä millaisessa tilanteessa oisin tällä hetkellä.

Siitä lähtien oon asunut vaan äidin luona ja ainut elonmerkki isästä on

yleensä hyvää syntymäpäivää viesti äidin puhelimeen. Siitä on 5 vuotta, kun en oo käynyt tai ollut tekemisissä isän kanssa. En oikeestaan ees muista, millasta ois elää, jos elämässä olisi isä mukana.

Oon kuitenkin siinä onnellisessa asemassa, että mulla on äiti ja äidin miesystävä, joka on ollut elämässäni mukana enemmän, kuin oma isäni. Pidän häntä isäpuolena, mutta en sano sitä ääneen, koska sen sanan merkitys pitää ansaita. En sano, etteikö hän olisi sitä ansainnut, vaan en pysty sanomaan sitä ääneen, koska sanaan isä ei liity mulla hyviä kokemuksia.

Jos joku aikuinen lukee tätä ja sulla on tällainen tilanne, niin ei ole välttämättä helppoa lähteä pois siitä huonosta parisuhteesta. Voit luulla, ettet pärjää yksin lasten kanssa ja voi olla aika pelottavaa lähteä pois tilanteesta, jos vaikka toinen osapuoli koittaa sitä estää. Kannattaa miettiä pientä lasta ja haluatko, että lapsi joutuu kokemaan samaa, kuin mitä itse koet nyt tässä parisuhteessa. Ajattele mieluummin sitä, että et sairasta it-

seäsi sillä tilanteella ja kyllä yksinkin pystyy lapsen kanssa pärjäämään.

Yksinhuoltajavanhemman kanssa voi elää hyvää elämää. Jos jollakulla muulla tulee samankaltainen tilanne, niin kannattaa hakea itselleen apua. Esim. Yhden Vanhemman Perheiden Liiton kautta voi saada tukea lapsille, ja sen kautta lapsen ei tarvitse hävetä, kun tapaa muitakin lapsia, joilla on samoja kokemuksia. Lasten harrastuksiin on joskus saatavilla tukirahaa ja riittää, kun perustarpeista huolehtii. Hyvää yhden vanhemman kanssa elämisessä on se, että tuntee paremmin omaa vanhempaa, koska meidän suhde on läheisempi. Mun vanhempi on luonut mulle turvallisen olon kaiken sen jälkeen, mitä olen kokenut. Kun olen yksinhuoltajan lapsi, osaan kunnioittaa paremmin ihmisiä ja erilaisia perheitä. Kaikkien näiden kokemusten kautta olen tullut vahvemmaksi, minuun on tullut sellaista vahvuutta. Osaan arvostaa ja olla kiitollinen sitä vanhempaani kohtaan, joka minusta huolehtii.

Nuori 16v.

Faktoja yhden vanhemman perheistä

- Yhden vanhemman perheitä on erilaisia. Yksin lapsiperheen vanhempana toimiminen voi olla seurausta erosta, puolison kuolemasta tai se voi olla alusta asti suunniteltu perhemuoto. Yhden vanhemman perheisiin kuuluu mm. yksinhuoltajia, yhteishuoltajia, vuoroviikkovanhempia, leskiperheitä, yksin lasta odottavia ja itsellisiä vanhempia. Tilastollisesti yhden vanhemman perhe on perhe, jossa vanhempi asuu lapsen tai lasten kanssa ilman puolisoa.
- Yksi turvallinen vanhempi on tutkimusten mukaan riittävä takamaan lapselle tasapainoisen ja hyvän kasvatuksen.
- Yhden vanhemman perheitä on Suomessa kaikista lapsiperheistä n. 24%. (Tilastokeskus 2022)
- Arviolta n. joka kolmas lapsi elää jossain elämänsä vaiheessa yhden vanhemman perheessä.
- Noin 30 000 lasta ja nuorta kokee vanhempien eron joka vuosi
- Omasta perhemuodosta ja perheessä tapahtuvista muutoksista on tärkeää jutella oman perheen kesken ja esimerkiksi vertaisten kanssa. Tärkeää on, että lapsi pystyy hahmottamaan oman elämäntarinansa kokonaisuutena, tietää tarvittavat syyt tapahtuneille asioille sekä saa myös hyvissä ajoin tiedon, mikä arjessa tulee muuttumaan ja toisaalta, mikä säilyy ennallaan.
- Vanhempien ero tai esimerkiksi kasvaminen ilman toista vanhempaa ei ole koskaan lapsen syy. Lapsella ja nuorella on oikeus säilyttää suhde molempiin vanhempiin sekä/tai muihin tärkeisiin ihmisiin, saada tukea muutosten käsittelyyn ja saada vastauksia mietittyihin asioihin, muodostaa oma mielipide, puhua omista ajatuksista ja näyttää omia tunteita, olla ottamatta liiallista vastuuta sekä saada läheisyyttä ja huolenpitoa.
- Yhden Vanhemman Perheiden Liitto tarjoaa apua, tietoa ja vertaistukea yhden vanhemman perheille, niin aikuisille kuin lapsille ja nuorillekin. Tietoa tulevista vertaisryhmistä, chateista ja muista tukipalveluista löydät tästä lehdestä tai sivustolta: <https://yvpl.fi/> ja <https://yvpl.fi/lastenjanuortentoiminta/>

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

Se on toki mahdollista.
Ilmoita nimesi ja osoitteesi:
julia.taika@yvpl.fi

Asianajotoimisto
Asianaiset

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

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

**Psykoterapeutti
keskustelee kanssasi**

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

**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

Mistä yhden vanhemman perheiden nuoret saattavat jäädä paitsi?

Ei saa tietää, millaista olisi, jos olisi toinen vanhempi ja se pohdituttaa.

Ulkopuolisuuden tunne molempia vanhempia vaativissa tilanteissa.

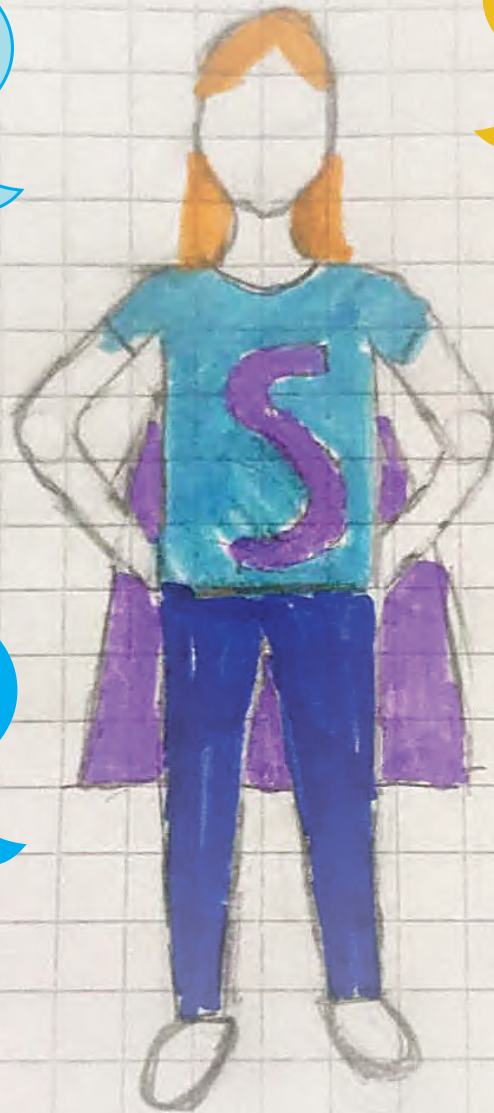
Harrastuksen vaikeutuminen yhden vanhemman tuloilla.

Arkinen vastuiden jakaminen kodin sisällä.

Pitää miettiä tarkemmin, voiko ostaa jonkun asian vai ei.

Yksi vanhempi, jolle avautua ja jutella asioista ja se on joskus aika harmi.

Maailmankuvan erilaisuus muista nuorista.



Nuoret vaikut- tavat

omiin oikeuk- siinsa

Kehittäjäryhmä Tsemppareiden nuoret haluavat vaikuttaa yhden vanhemman perheille tärkeisiin teemoihin ja toimia niitä edistävästi. He haluavat vaikuttaa siihen, että yhden vanhemman perheiden lasten ja nuorten ei tarvitse jäädä paitsi mistään. Yhden Vanhemman Perheiden Liiton tekemässä vaikuttamistyössä ovatkin mukana myös nuorten kokemukset ja ajatukset.

Tsemppareita ovat puhututtaneet esimerkiksi suunnitellut sosiaaliturvaleikkaukset ja he osallistuivat Ei julmia leikkauksia -mielenilmaukseen Helsingissä eduskuntatalolla 12.10.2023.

Nuoret kertoivat, kysyivät ja vaativat hallitukselta muiden yhden vanhemman perheellisten kanssa seuraavia asioita:

- ✓ Leikkaukset leikkaavat lapsuudesta
- ✓ Miksi perhettäni rangaistaan?
- ✓ Leikkaukset = nälkä
- ✓ Ei enää harrastusta
- ✓ Valinta – Sosiaaliturvalla lapsiperheköyhyys laskuun VAI leikkauksilla lapsiperheköyhyys nousuun
- ✓ Mahdollisuus osa-aikatyöhön säilytettävä
- ✓ Yksinhuoltajaperheet suurimpina kärsijöinä



Top 10 biisit parempaan mielen- tilaan! Kokeile sinäkin!

Kompastun - Isac Elliot

I Ain't Worried - Onerepublic

Jippiayjei - Cheek

Ennen vanhaan - Costi

Can't Tame Her - Zara Larsson

Deep Down - Joe L

Sama jätkä - Gettomasa

Dance, Macabre - Ghost

Johtotähti - Gettomasa

Love Again - Dua Lipa

YVPL:n lasten ja nuorten toimintaa keväällä 2024

ERORYHMIÄ LAPSILLE JA NUORILLE

Lasten eroryhmä 9-11-vuotiaille lapsille Helsingissä 17.1. alkaen

Ryhmässä lapset saavat mahdollisuuden käsitellä vanhempien eroon liittyviä tunteita turvallisessa ympäristössä. Peruseriaatteita ovat lapsen näkökulma, vertaisuus ja voimavarakeskeisyys.

Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin 17.1.–28.2.2024 klo 17–19 (pois lukiin hiihtolomaviikko 21.2.) YVPL:n tiloissa Helsingissä (Kalevankatu 16, 00100).

Ilmoittautuminen: <https://link.webropol.com/S/379E-98B661EDFA77>.

Lisätietoja: helja.jyrinki@yvpl.fi tai p. 040 557 0940.

Verkkoerotyöpaja vanhempien eron kokeneille nuorille

Kenelle?

Noin 13–17-vuotiaille nuorille, joiden vanhemmat ovat eronneet.

Mitä tehdään?

Työpajassa pääsee puhumaan vanhempien erosta ja ideoimaan, miten voisi auttaa muita saman kokeneita. Lisäksi tehdään yhdessä kaikenlaista kivaa.

Etuja?

Työpajan osallistujat saavat työpajatodistuksen, jota voi hyödyntää opiskelu- ja työnhaussa. Osallistujille tarjotaan myös lounas ja leffaliput. Työpaja on maksuton.

Missä, milloin ja miten ilmoittaudutaan?

Zoomissa, kun ryhmä täyttyy.
Ilmoittautuminen: <https://link.webropol.com/s/verkkotyopaja2024>
Lisätietoja erotyöpajoista: piritta.kahkonen@yvpl.fi tai 040 6705887.

TUKEA VANHEMPIEN EROON JA PERHETILANTEeseen VERKOSSA

Perhesuhteet ja vanhempien ero -chat nuorille Sekaisin Gaming Discordissa

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

Chatit: to 25.1., 8.2., 7.3., 21.3., 4.4., 18.4., 2.5., 16.5., 30.5. 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: Kevään ajat löytyvät www.yvpl.fi/

lastenjanuortentoiminta

Tule chattailemaan: <https://apua-eroon.fi/palvelu/lasten-ja-nuorten-chat/>

Tekemistä vapaa-ajalle

Nuorten ruokaklubit Tampereella

Nuorten ruokaklubit Yhden vanhemman perheen n. 12–17-vuotiaille nuorille seuraavan kerran helmikuussa ja huhtikuussa, tarkempi ajankohta verkkosivuiltamme. Paikka Tampellan esplanadi 7, Tampere. Ilmoittautumiset osoitteeseen trennyh@gmail.com. Kerro viestissä nimesi, sähköpostisi, puhelinnumero ja ikäsi sekä mahdolliset allergiat ja erityisruokavaliot. Klubille otetaan rajattu määrä osallistujia ilmoittautumisjärjestyksessä. Ruokaklubin järjestävät yhteistyössä Tampereen Seudun Yksin- ja Yhteishuoltajat ry, Pirkanmaan Martat ja VeNyvä-toiminta.

Ruokaklubeja tulossa myös muualle Suomeen.

Lisää ruokaklubeja ja muuta 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

Nuorten messut 2023:

nuorille suunnatuista palveluista tulee levittää enemmän tietoa

Ensimmäiset nuorten messut järjestettiin Helsingissä kirjasto Oodissa torstaina 9.11.2023. Tapahtumaa oli järjestämässä Yhden Vanheman Perheiden Liiton ja Kasper - Kasvatus- ja perheneuvonta ry:n yhteinen nuorten erovaikuttajaryhmä. Erovaikuttajat keksivät idean messuista: toive ja tarve koota eri nuorten palveluita tarjoavat tahot yhteen, jotta nuoret löytäisivät heitä hyödyttävät ja hyvinvointia tukevat palvelut aiempaa paremmin! Messuilla olikin esittelemässä omia palveluitaan mm. Kela, Tyttöjen- ja Poikien talo, Walk-in terapia, Helsingin oppilashuolto, Sekasin Gaming, Poliisin ankkuritointi, Yhden Vanheman Perheiden Liitto sekä Kasvatus ja perheneuvonta ry. Myös nuorten erovaikuttajilla oli oma pisteensä messuilla.

Ville Merinen eli Terapeutti Ville oli puhumassa messuilla. Hän painotti nuorten tärkeyttä: "Olen yrittänyt puhua paljon nuorten asioista tuolla eduskunnassa, mutta hitsit se on vaikeeta. Yhteiskunta ei jotenkin herää siihen, että kuinka tärkeitä nuorten asiat ovat. Mä yritän jatkossakin puhua teidän nuorten asioista". Terapeutti Ville painotti myös, että tärkeää on mennä juttelemaan jonkun kanssa, jos on vaikeaa. Älä jää yksin. Ei ole väliä kenelle puhuu, kunhan puhuu.

Messuilla oli yhteensä yli 200 kävijää. Koululuokille oli varattu oma tutustumisaikaa päivällä ja illalla messut olivat avoinna kaikille. Messujen toisena puhujana toimi valtiosihteri Laura Rissanen. Hän nosti esille, että matalankynnyksen mielenterveyspalvelut ovat erittäin tärkeitä ja niitä tulee pyrkiä lisäämään: "Tällä hetkellä niiden saatavuudessa on suuri ongelma ja nuoren on vaikea löytää niiden pariin". Tässä tehtävässä messut onnistuivat tuomaan matalankynnyksen palveluita enemmän nuorten elämään. Laura Rissanen totesikin, että: "Ottakaa nyt kaikki tieto mukaanne täältä messuilta ja levittäkää sitä!".

Monet kävijät ja näytteillepanijat toivoivatkin, että nämä Nuorten messut eivät jäisi viimeiseksi. Messuilta lähti kotiin erittäin tyytyväinen nuorten erovaikuttajien joukko, messujen tavoitteet oli saavutettu: nuoria oli tavoitettu ja tietoa jaettu!



Terapeutti Ville:

”Pidä kiinni itsestäsi ja juttele vaikeista asioista jollekin!”

Millainen nuori olit?

-Mulla oli aika huono itsetunto, mutta olin semmoinen hauskuuttaja. Ja sitten vähän semmoinen kavereiden terapeutti olin jo nuorena. Aika moni tuli mulle juttelemaan, mutta en mä kyllä mikään parisuhteiden mestari ollut, mutta kyllä siinäkin sitten loppujen lopuksi kävi tosi hyvin!

Mullistava hetki omassa elämässä, kun aikuiselle juttelu auttoi?

-Mä asuin nuorena Saksassa, ja olin noin 12-vuotias, kun me muutettiin takaisin Suomeen. Kuitenkin isä jäi asumaan Saksaan. Ei siis tullut mitään eroa kuitenkaan mun vanhemmille. Se vaan joutui jäämään sinne töiden takia. Se kävi vuoden aikana ehkä kaksi kertaa Suomessa ja mulla oli jotenkin tosi hankalaa koulussa siihen aikaan. Sitten kerran yksi opettaja sano, että ”Tuuppa Ville tänne juttelemaan! Sä oot ollut niin vaisu viime aikoina. Mikä sulla on hätänä?”. Sitten mä sain sanottua sille opettajalle, että ”On vaikeeta, kun isä ei oo meidän kanssa täällä Suomessa”. Tärkeintä tässä oli se, että juttelin jollekin ja se helpotti. Eli jutelkaa jollekin aikuiselle, jos teillä on vaikeaa!

Miten nuori, jonka vanhemmat ovat eroamassa tai juuri eronneet, voisi ylläpitää omaa mielenterveyttä ja hyvinvointia?

-Mä sanoisin, että pidä kiinni itsestäsi. Älä lopeta harrastamista tai kaverien näkemistä. Se on kummisikin aika raskas juttu ja kannattaa antaa itselle aikaa levätä ja pohtia asiaa. Ja jos on joku ihminen, jolle voi jutella niin juttele sille. Ja se pahaolo menee ohi, sen mä voin luvata!

Oletko auttanut nuoria, joiden vanhemmat ovat eronneet?

-Oon auttanut paljon nuoria terapiassa, joiden vanhemmat ovat eronneet. Se on tosi yleistä ja tuntuu alussa tosi traumaattiselle. Kuitenkin haluan sanoa, että se olo helpottaa. Ja aina on se mahdollisuus, että olot siellä kotona paranee ja vanhemmilla on enemmän aikaa sulle!

Miten susta tuli terapeutti Ville?

-Mä opiskelin eka sairaanhoitajaksi ja menin sitten töihin nuorisopsykiatrian osastolle, jossa oli nuoria ihan osastoilla. Siellä oli paljon pakkohoitoa esim. lukittujen ovien takana olemista ja tiukkoja toimenpiteitä. Sitten mä vähän kyllästyin siihen. Ajattelin, että vähänkö siistiä olisi, jos musta tulisi terapeutti ja nuoret tulisi mun vastaanotolle vapaaehtoisesti. Sitten mä lähdin opiskelemaan psykoterapeutiksi. Valmistuttuani sieltä mä olin tosi nuori psykoterapeutiksi. Kun mun ekat asiakkaat tuli vastaanotolle tutustumiskäynnille, ne katsoivat mua ja sanoivat: ”Sä näytät aika nuorelta psykoterapeutiksi, en mä taida sua valita”. Se oli aika rankkaa. Mut sitten mä sain nuoria asiakkaita ja niiden kanssa klikkasi! Sitten joku päivä joku sano mulle, että tee TikTok. Sitten mä tein ja loppu on historiaa!





Terhin esittely

” Olen Terhi Rapeli, Yhden Vanhemman Perheiden Liiton uusi toiminnanjohtaja syyskuusta 2023 lähtien. Olen todella mielissäni, että saan kirjoittaa esittelyni juuri tähän nuorten tekemään Muuttuva Perhe-lehteen, sillä olen viimeiset vuodet toiminut YVPL:ssa lasten ja nuorten toiminnan päällikkönä. Olen siis saanut tehdä hommia esimerkiksi upeiden vaikuttajanuortemme kanssa, jotka ovat lehden muiden juttujen takana. Siksi onkin ollut luontevaa jatkaa yhteistä vaikut-

tamista nuorten kanssa myös nyt, kun olen siirtynyt uusiin tehtäviin. Mielettömän hieno voimavara on se, että saamme nuorilta suoraa tietoa lasten ja nuorten näkemyksistä ja kokemuksista vaikuttamistyöhömmme. Olen niitä ehtinyt jo viedä päättäjien tietoon esimerkiksi virallisissa lausunnoissamme ja ministeriöta- paamisissa.

Olen muutenkin ylpeä ja iloinen saadessani omalta osaltani edistää yhden vanhemman perheille merkityksellisiä asioita juuri Yhden

Vanhemman Perheiden Liitossa. Meillä on tarjota monimuotoista ja laadukasta toimintaa koko perheelle; vanhemmille, lapsille ja nuorille. Palautteiden perusteella onnistumme luomaan yhteisöllisyyden ja kuulumisen kokemuksia ja sitä työtä vaikuttamistyön ohella haluamme jatkaa.

Yhden Vanhemman Perheiden Liittoa ei olisi olemassa ilman teitä ihmisiä, jotka mahdollistatte toimintamme. Pieni, mutta sitäkin asiantuntevampi työntekijäporukkamme tekee taidolla ja lempeydellä töitä, jotta voimme mahdollisimman hyvin tukea yhden vanhemman perheitä muuttuvissa tilanteissa. Suurella sydämellä ja tarmolla toimivat vapaaehtoistoimintaan perustuvat jäsenyhdistykset ja vertaisryhmät eli olkkarit tarjoavat vertaisuutta, iloa ja elämyksiä perheille. Liittohallituksessamme työskennellään sen puolesta, että yhden vanhemman perheiden lapsilla olisi samanlaiset oikeudet ja mahdollisuudet kuin kaikilla muillakin lapsilla. Olemme saaneet joukkoomme myös ihania uusia vapaaehtoisia esimerkiksi pop up-toimintaan ja bloggaamaan. Myös osaavat ja ammattitaitoiset yhteistyökumppanimme ovat merkittävässä roolissa monipuolisen ja laadukkaan toimintamme toteuttamisessa. Olenkin äärimmäisen kiitollinen teidän kaikkien tärkeästä panostuksesta.

Teen töitä liitossamme tietenkin ammatillisena, mutta oma taustani totaaliyksinhuoltajaperheen lapsena antaa tähän työhön vielä pienen lisäpisaran innostusta ja merkityksellisyyttä. Me olemme Yhden Vanhemman Perheiden Liitossa perheitä varten ja haluamme muistuttaa, että yhdessä emme ole yksin.

Olettehan siis minuun mahdollisimman pienellä kynnyksellä yhteydessä. Odotan innolla soittojanne ja sähköpostejanne.

Kohtaamisiin, Terhi

” Aloitin työt Yhden Vanhemman Perheiden Liitolla lastenhoitajana 15-vuotiaana. Kävin aina joka toinen viikko hoitamassa lapsia eroryhmän ajan ja välillä muissakin YVPL:n tapahtumissa. Työt olivat todella kiva lisä omaan arkeen ja samalla sain myös extra rahaa. Tein ainakin viisi vuotta lastenhoitoa. Sitten pääsin Jyväskylän yliopistoon opiskelemaan erityisluokanopettajaksi. Tälle alalle hakeutumiseen oli monta syytä, mutta myös lastenhoitotyöllä oli tähän päätökseen vaikutusta.

Yliopiston aikana lastenhoidot jäivät taakse, mutta välillä minua pyydettiin tekemään lastenhoitokoordinaattorin hommia, kun osaamisena oli karttunut yliopistossa ja YVPL:n toiminta oli minulle jo ennestään tuttua. Esimerkiksi viime toukokuun liittohallituksen kokouksessa olin organisoimassa lastenhoidon. Se oli todella kivaa!

Tänä syksynä aloitin osa-aikaisena työntekijänä Yhden Vanhemman Perheiden Liitossa nuorten toiminnan koordinaattorina. Samalla teen gradua. Tämä työ on ollut erittäin mielenkiintoista ja tukee myös opintojani erityisopettajaksi, sillä saan pätevyyden tehdä myös asiantuntijan hommia! Parasta Yhden Vanhemman Perheiden Liitossa on ehdottomasti ollut työntekijät ja yhteisö. Harvassa paikassa olen kokenut itseni näin lämpimästi tervetulleeksi!

Olen enemmän kuin kiitollinen mahdollisuuksista, joita YVPL on minulle antanut: se on poikanut minulle töitä jo nuoresta pitäen. Töiden ansiosta olen saanut korvaamatonta työkokemusta. Ei ole itsestäänselvyys saada nuorena tai opiskelijana töitä! Neuvoni kaikille nuorille on, että uskaltakaa rohkeasti hakea töitä. Pienetkin työt voivat poikia tulevaisuudelle vaikka ja mitä!



Siirin esittely

Helsingin
Perhejuridiikka



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

Päivystysaika torstaisin 10-12
www.perhejuridiikka.fi

Tervetuloa yhdistysten FB-ryhmiin ja lehden takasivulla mainittuihin verkkoryhmiin!

YHDISTYKSISSÄ TAPAHTUU

HELSINGIN OLOHUONEET
Valtakunnallinen etä-äitien vertaistukiryhmä Tervetuloa valtakunnalliseen etä-äitien vertaistukiryhmään. Ryhmää vetää koulutettu vertaisohjaaja, joka on itsekin etä-äiti. Tapaamme Teamsissa. Teams-linkin ja kokoontumisajat saat laittamalla viestiä osoitteeseen helka.belt@yvpl.fi.

Helsingin yksinhuoltajien olohuone Seuraava ryhmä kokoontuu tiistaina 9.1.2024 klo 17-19. Lisätietoja: riikka.koola@pienperhe.fi Paikkana on Kalevankatu 16 A, YVPL:n tilat.

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

HUITTINEN
Huittisten olohuone yhden vanhemman perheille

Yhteyshenkilö ja lisätiedot Kirsi Huhtanen p. 040 500 1845. Huittisten olohuone jää tauolle!

HYVINKÄÄ
Hyvinkään yhden vanhemman perheiden olkkari Olkkari kokoontuu parittomien viikkojen keskiviikkona kello 17-19. Ensimmäinen tapaaminen jälleen 17.1.2024 Paikka: Avoin päiväkot Pirtti, Sandelininkatu 2. Lapset ovat tervetulleita mukaan! Lisätietoja: helka.belt@yvpl.fi.

ISALMI
Isalmen Yhden vanhemman perheiden vertaistukiryhmä on tarkoitettu lähivanhemmille yhdessä lasten kanssa. Kokoontumiset ovat toiminnallisia ja niissä jaetaan ajatuksia ja kokemuksia. Ryhmä kokoontuu Perhetupa Väkkärässä (Savonkatu 13, Isalmi) parillisina viikkojen keskiviikkoisin klo 17-19. Lisätietoja: Laura Kumpulainen, laura.kumpulainen@ylasavonensijaturvakoti.fi. Yhteistyössä: Isalmen srk ja Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistys.

ILMAJOKI
Ilmajoen yksin- ja yhteishuoltajien olohuone Aurinkoisessa 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://pkvyp.fi, www.facebook.com/peekoonyvp, yhdistys@pkvyp.fi
Yksinodottavien äitien tukihenkilö: Odotatko lasta yksin? Pohjois-Kar-

jalan Yhden Vanhemman Perheet ry:n yksinodottavien äitien tukihenkilötarjoaa vertaistukea ja apua. Ota rohkeasti yhteyttä, älä jää yksin. Lisätietoja Facebookissa "Pohjois-Karjalan yhden vanhemman perheet ry" tai yhdistys@pkvyp.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
Ryhmä on tauolla, etsimme uutta vetäjää. Lisätietoa helka.belt@yvpl.fi.

KANKAANPÄÄ
Kankaanpään yhden vanhemman perheen vertaistukiryhmä Lisätietoja Nina Granholm p.0404144991, granholm.nina@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

Kemissä Kemissä ei ole Merlan olkkareita tällä hetkellä. Tiedustelut 040 846 5093.

Pohjoisen Yhden Vanhemman Perheet ry
Pohjoisen yhden vanhemman perheet ry:n toiminta-alue on Ylitorniolta Kuivaniemeen. Tarjoamme perheille vertaistukea retkien ja muiden yhteisten tapahtumien sekä vertaistapaamisten muodossa. Lisätietoja saa ottamalla meihin yhteyttä: pvpvry@gmail.com tai Pj Pia Salmela p. 040-5198981. Tervetuloa mukaan toimintaan!

KERAVA
Keravan olohuone on tauolla. Jos haluat vapaaehtoiseksi ryhmänvetäjäksi, ota yhteyttä helka.belt@yvpl.fi.

KITTILÄ
Yhden vanhemman perheiden olohuone eli vertaisryhmä, kysy toiminnasta Mervi Kallioinen, mervi.h.k@gmail.com puh. 0407007770.

KOKKOLA
Kannatko vanhemmuuden yksin, vailla tukea toisesta vanhemmasta? Haluatko jakaa vanhemmuuden iloja ja suruja muiden vanhempien kanssa?
Kokkolan Olkkari Kokkolan Olkkarin nimi on nyt Voimanpesä!

Tapaamiset ovat tauolla, mutta voit liittyä Facebook-ryhmään Voimanpesä - yhteisö yksinhuoltajille tai laittaa viestiä kokkolanolkari@gmail.com. Muuttuva perhe-lehteä ja Loistava Yksinhuoltajuus-kirjaa saatavilla yhteisöklubi Silalla, Ryövärintarintie 1, Kokkola.

KOTKA
Tauolla. Lisätietoja: marintina@gmail.com.

KUOPIO
Kuopion Erovertaiskahvila on kohtaamispaikka eron kokeneille tai eroa pohtiville vanhemmille. Jutellaan eroon, lapsiin ja eron jälkeiseen vanhemmuuteen liittyvistä asioista. YVPL Itä-Suomen "Koivikko" -ryhmätyötila, Asemakatu 16, Kuopio. Maksuton, ei ilmoittautumista. Lisätietoja: Marjo Meriranta, 0400 441 708.
Kuopion Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry
Yhteyshenkilö: ksyvp.pj@gmail.com

Facebook: Kuopion-Seudun-Yhden-Vanhemman-Perheet-ry . Ilmoitamme tapahtumista ja ajan-kohtaisista asioista facebook-sivuillemme, käy tykkäämässä niin pysyt ajan tasalla!

Kuopio/Pohjois-Savon alue Puhu Erostu tukihenkilön kanssa
Erotukihenkilö on koulutettu vapaaehtoinen, joka kuuntelee ja on vertaistukena erotilanteen tuomassa muuttuneessa elämäntilanteessa. Hänen kanssaan voi jutella omista tunteista ja ajatuksista kahden kesken. Tukihenkilön voi saada toimintaa ohjaavan koordinaattorin kautta ja tukihenkilösuhde 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 vertaisryhmään! Kuopion itsellisten äitien vertaisryhmä kokoontuu keväällä 2024: to 11.1., ke 14.2., ke 20.3., ke 17.4., ke 22.5. ja ke 12.6. klo 17-19, Paikka: Kuopion perheentalo, Lapinlinnankatu 14. Ei ennakkoilmoittautumista. Ryhmää vetää vertaisohjaajat. Lisätietoja: Marjo Meriranta, marjo.meriranta@yvpl.fi
Vertaistukitapaamiset on tarkoitettu lahjasukusoluilla ilman kumppania lapsen saaneille tai raskaana oleville.

KUUSAMO
Kuusamon Yhden vanhemman perheiden olohuone kokoontumiset joka kk:n ensimmäinen keskiviikko klo 17.30-19, Kumpuunustalo Nuotta, MLL Perhepesän tilat. Seuraa tiedottelua Instagram: @yvpl_olkkari_kuusamo. Lisätietoja Inka Hokkanen 0442442533. Ohjaajina Inka Hokkanen ja Mari Hietala..
LAHTI

Lahden Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry, Pj. Sari Heinonen puh. 0405442358, puheenohtaja. lahdenseudunyvpl@gmail.com, varapj. Susanna Merisalo puh. 040 172 1630. Yhdistyksen sähköposti: lahdenseudunyvpl@gmail.com. Syyskauden 2023 Olkkarit Perheitilussa, Mariankatu 10, Lahti. 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 Hallbäck-Vainikalta puh. 040 541 5284, teija.hallback-vainikka@yvpl.fi.

LAPPEENRANTA
Etelä-Karjalan yhden vanhemman perheiden olkkari
Lisätietoja: marjo.meriranta@yvpl.fi tai 0400 441 708.

LOHJA
Lohjan Seudun Yksin- ja Yhteishuoltajat ry
Pj. Sinikka Virtanen, sinttu.virtanen1989@gmail.com, puh. 041 545 2541. Jäsenasiat: elinak.spring@gmail.com.

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

OULU
Oulun Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry
Vuoden 2024 Olkkarit ja tapahtumat löytyvät kotisivuilla http://www.osyvp.fi. Lisätiedot oulun-seudunyvpl@gmail.com.

RAISIO
Raision vertaisryhmä yhden vanhemman pikkulapsiperheille
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 seudun yhden vanhemman perheiden olohuone ry pyrkii järjestämään vuonna 2024 Olkkareita joka kuukausi. Lisäksi eroisryhmä kokoontuu kuukausittain. Julkaisemme vuoden 2024 aikataulut yhdistyksen sosiaalisen median tileille lähempänä vuodenvaihdetta. Lisätietoja: roinyksinjayhteishuoltajat@gmail.com tai soittaen/Whatsapp 050 4949 581.

SEINÄJOKI
Etelä-Pohjanmaan Yhden Vanhemman Perheet ry
Yhteyshenkilöt/tiedot: Teija Tervakangas, teija.tervakangas@gmail.com,

Johanna Siltakorpi, johanna.silta-korpi@gmail.com.
Lisätiedot: eepeenyyvp@gmail.com.
Facebook ryhmä: <https://www.facebook.com/eepeenyyvp/>
Yksin- ja yhteishuoltajien olohuone Seinäjoella Vuoden 2024 tapaamiset paikassa Pohjan srk-koti, Väinöläntie 4B.
Kevät: 16.1., 20.2., 19.3., 16.4., 14.5. Syksy: 17.9., 22.10., 19.11.2024 Illoissa järjestetty lastenhoito. Pientä purtavaa nyyttären tapaan. Toiminta on maksutonta.

TAMPERE

Tampereen Seudun Yksin- ja yhteishuoltajat ry,
Puheenjohtaja Tiia Huttunen
Varapuheenjohtaja, sihteeri Tuula Lahtinen
Taloudenhoitaja Minna Kautonen, jäsenvastaava Johanna Raivio. Yhdistyksen puhelinnumero: 0400 741 972 iltaisin ja viikonloppuisin. Yhdistyksen sähköposti: treenyh@gmail.com. Yhdistyksen uudet nettisivut on avattu, tutustu toimintaamme ja katso lisätietoja tapahtumista <https://tampereenseudunyksinjayhteishuoltajat.yhdistysavain.fi/> Seuraa tapahtumia Facebookissa, Instassa ja kotisivuilla! Jäsenmaksu on 15 e.
Kevään olkkaripäivät ovat 28.1., 18.2., 16.3., 28.4., 19.5. Paikalla pääsääntöisesti myös lastenhoitajat. Ilmoittautuminen ja ruoka-allergiat yhdistyksen sähköpostiin kolme päivää ennen olkkaria.
Pelitapahtuma Ikurin flipperihallilla 10.2. ja **keilausta Kaupin keilahallilla** 9.3. Tarkempi info tapahtumista verkkosivuillamme..

TURKU

Turun Seudun Yksinhuoltajat ry s.posti: turunyh@gmail.com, puh. 044 358 8599 (iltaisin), <https://www.turunseudunyh.fi/>, pj. Satu Lahtinen,
varapj. Mira Jyläskoski, jäsenvastaava Marjo Varin. Jäseneksi voit liittyä <https://www.turunseudunyh.fi/jasenyys/>. Löydät meidät myös Facebookista Turun seudun yksinhuoltajayhdistys sekä Instagramista.
Lisätiedot ja ilmoittautumishjeet tulevat jäsenille sähköpostilla.
Hyvinvointi olkkari, Lehmusvalkaman hyvinvointikeskus.
Tiistaisin klo 17-19.
Karviaiskatu 7, 20720 Turku (kulkupääovesta, 1. kerrokseen).
Sauna ja uinti, mahdollisuus tehdä omatoiminen jalkahoito (ota oma pesuvati mukaan).
Lapset ovat vanhempien vastuulla koko ajan. Uima-altaaseen ei saa tuoda omia uimalelujä. Rajattu osallistujamäärä. Maksuton. Ilmoittautumiset: tara.3.yh@gmail.com.

TUUSULA

Tuusulan Kellokosken yhden vanhemman perheiden olohuone
Uusi ryhmä aloittaa keväällä 2024. Lisätietoja: helka.belt@yypl.fi.

UUSIKAUPUNKI

Uudenkaupungin olohuone
Kysy lisää asiantuntija Teija Hal-

lbäck-Vainikalta puh. 040 541 5284 tai teija.hallback-vainikka@yypl.fi.

VANTAA

Vantaa Hakunilan yksin- ja yhteishuoltajien olohuone: Ryhmä on tauolla.
Vantaa Pähkinärinteen erovanhempien olohuone Ryhmä on tauolla.

VARKAUS

Varkauden seudun yksinhuoltajat ry:n
kaikille yksinhuoltajille avoimet VertaisOlkkarit järjestetään Varkauden Perheentalolla, aina kuukauden 3. lauantai. Varmista ajantasaisten ohjeistukset ja aika somesta tai laittamalla viestiä.
Seuraa meitä myös somessa FB @varkaudenseudunyhariit ja IG @varkauden_seudun_yharit.
Olkkareiden lisäksi järjestämme leikkipäiviä, retkiä, vanhempien iltoja, leirejä ym ym..
Jäseneksi voit liittyä helposti laittamalla sähköpostia osoitteeseen: varkaudenseudunyhariit@gmail.com, ilmoita viestissä yhteystiedot, lasten syntymäajat, mahdoll. allergiat ym huomioon otettavat asiat.
Tervetuloa mukaan toimintaan! Lisätietoja: puh. 044 796 0511 tai varkaudenseudunyhariit@gmail.com

YLIVIESKA

Ylivieskan Yhden vanhemman perheiden olohuone Ylivieskan Perhepesällä toimivat yksinhuoltajien illat ovat avoimet kaikille yksinhuoltajille/perheellisille eronneille (koskee myös yhteishuoltajuutta) tai näitä asioita pohtiville. Lisätietoja p. 044 7396 718 / Reetta tai reetta.anttila@mll.fi.

MUUT YHDISTYKSET

Totaaliyhärit ry
Totaalisesti yksin lastaan odottaville ja/tai kasvattaville vanhemmille. Pj. Marika Ranta puh. 040 709 4956, totaaliyhariit@gmail.com. Kts. myös yhdistyksen kotisivut: <https://totaaliyhariit.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, liitäthän yhteystietosi mukaan ja saat Muuttuva Perhe-lehden. Katsohan tarkemmat tapaamisajankohdat Totaaliyhärit ry:n kotisivuilta <https://totaaliyhariit.com/> tai Facebookista <https://www.facebook.com/Totaaliyhariit>. Lisätietoja myös puheenjohtajalta email.totaaliyhariit@gmail.com
Totaaliyhäreiden iltateet –chat joka tiistai klo 20-21.30 Tukine-tissä. Chat on avoin vertaisryhmä kaikille yksin lasta kasvattaville vanhemmille. Chattia vetää liiton koulutettu vertaisohjaaja. Tule mukaan: <https://tukinet.net/teemat/vertaistukea-yhden-vanhemman-perheiden-vanhemmille/ryhmachatit/>

KANNATAJAJÄSENET

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

LIITON EROINFO

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

ODOTATKO YKSIIN?

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

NETTITUKEA

Tukea murrosikäisten vanhemmille: tuula.vaisanen1@gmail.com

PSYKOTERAPEUTTI-PÄIVYSTYS JÄSENIILLE

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

JURISTIPÄIVYSTYKSET

ma klo 9-10

Elisa Ilmoniemi 050 351 7081 (Tampere ja Helsinki)

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 (Turku)

ke klo 9-11

Anne Liakka 09 2516 6310 (Helsinki ja Porvoo) tai 040 577 0122 (Etelä-Suomi ja pääkaupunkiseutu) **ke klo 17-19**

Asianajatoimisto Johanna Niskanen puh. 040 739 9787

ke klo 19-21

Maria Pöyhönen puh. 041 501 3944 (sijainen Sini Vaitinen puh. 044 362 3320)

to klo 10-12

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

VAPAAEHTOISAUTTAJEN 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, arkisin 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

Ulkasakkojen uhrin

Neuvonta ja vertaistuki:
Anne Tuomikoski p. 041 430 1640
Lapsen huoltajuus- ja tapaamis-kiistat

Kansainvälinen ero

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

Omille jaloille

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

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 2023-2024

pj. Susanna Kavonius susanna.kavonius@hel.fi
varapj. Riikka Kähkönen riikka.kahkonen@gmail.com
Jäsenet:

Susanna Reijonen
Antti Räsänen
Marjo Koivuaho
Teija Tervakangas
Karita Vähä-Karvia
Tarja Mäkelä
Tiia Huttunen
Mia Wynne-Ellis
Varajäsenet:
Marita Marttanen
Seija Lamminpää
Satu Lahtinen
Johanna Siltakorpi
Miisa Similä
Johanna Kalliomäki
Heidi Viljanen
Marika Ranta

Jos haluat muutoksia olohuone- ja yhdistystietoihin sekä jäsentietoihin, ota yhteys terhi.rapeli@yypl.fi
LIITON WWW-SIVUT: www.yypl.fi



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

.MW80

Tietoa ja tukea keväällä 2024

**YVPL tukee erossa ja muissa yhden vanhemman perheiden elämäntilanteissa.
Palvelut ovat maksuttomia lukuun ottamatta eroinfopuhelimeen soittamista.
Katso lisää toimintaamme www.yvpl.fi.**

Valtakunnallinen tuki

Eroinfopuhelin

Eroinfopuhelin: ma-to klo 10-16 ja ke klo 10-19

0.085 euroa/puhelu + 0.1669 euroa/minuutti (alv 24%)

Eroinfochat

Keskiviikkoisin klo 9–10: <https://apuaeroon.fi/>

Hyvä ero -ryhmä Teamsissa helmi-huhtikuussa

Monia asioita joutuu eron kohdatessa miettimään toisella tavalla. Eroryhmä tarjoaa osallistujilleen kartan ja kompassin, jonka avulla voi kulkea kohden uutta ja parempaa elämää. Eroryhmä muodostuu mukana olevien erokriisiään läpikäyvien ihmisten yhteisestä oppimisprosessista: eroon liittyvästä tiedosta, keskusteluista ja kasvua tukevista kokemuksista.

Aika: 26.2-22.4, 8 kertaa, maanantaisin klo 17.00-19.00, paitsi ei 1.4.

Paikka: Teams

Ilmoittautuminen 31.1.2024 mennessä: <https://link.webropol.com/s/hyvaero ilmoittautuminen>

Lisätieto: Markku.isoheiko@yvpl.fi, p. 040 7540 026.

Vertaischatit yksin odottaville ja yksin lapsen saaneille vanhemmille Tukinetissä

Lisätieto chateista: <https://tukinet.net/teemat/vertaistukea-yhden-van->

hemman-perheiden-vanhemmille/ryhmachatit/

Totaaliyksinhuoltajien vertaispulinaboksi Tukinetissä

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry ylläpitää Totaaliyksinhuoltajien vertaispulinaboksi -keskustelupalstaa Tukinetissä. Palsta on vertaisohjattu ja avoin 24/7. Palstalla voit aloittaa keskustelun haluamasta aiheesta, kysyä neuvoa ym. Löydät Pulinaboksin täältä: <https://tukinet.net/teemat/totaa-liyksinhuoltajien-vertaispulinaboksi/forum/>

Paikallinen tuki

Hyvä ero -ryhmä Teamsissa helmi-huhtikuussa pohjois-savolaisille

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto järjestää keväällä 8 viikon mittaisen, maksuttoman ammatillisesti ohjatun Hyvä Ero -verkkoryhmän yhteistyössä Pohjois-Savon hyvinvointialueen kanssa. Ryhmän tavoitteena on auttaa osallistujia ymmärtämään omaa eroprosessia ja siihen liittyviä tekijöitä. Parhaimmillaan se auttaa ymmärtämään eron syitä ja yksilön omaa osuutta eroprosessissa sekä antaa mahdollisuuden käsitellä eron liittyviä tunteita ja kokemuksia. Eroryhmä kokoontuu kerran viikossa tiistaisin klo 18-20.

Ryhmän kesto: 20.2.-16.4.2024 (Viikolla 10 on taukoviikko)

Kenelle: Pohjois-Savossa asuville, eron kokeneille tai eroa pohtiville aikuisille

Haku ryhmään 28.1.24 mennessä: <https://link.webropol.com/s/eroryhma-pohjois-savo>. Osallistujat haastatellaan lyhyesti ennen ryhmän alkua. Haastatteluaajat sovitaan viikoille 5-6.

Lisätieto: marjo.meriranta@yvpl.fi tai p. 0400 441 708.

Suomalainen eroseminaari maaliskoukokuussa Helsingissä

Kokoontumiset 6.3. – 15.5.2024 keskiviikkoisin kello 17.30–20.30

Paikka: YVPL:n toimisto Helsingin keskustassa, Kalevankatu 16 A.

Hinta: 150 e.

Ilmoittautuminen viimeistään 10.2.2024 <https://link.webropol.com/s/eroseminaari-helsingissa-2024>

Kokoonnumme 11 kertaa, joka kerta 3 tuntia.

Eroseminaarin ohjaavat YVPL:n asiantuntija Helka Belt sekä Pienperheyhdistyksen vertaistoiminnan koordinaattori Riikka Koola. Yhteistyössä Pienperheyhdistyksen kanssa.

Lisätietoja: helka.belt@yvpl.fi, p. 040 774 9660

Lisää toimintaamme löytyy:

www.yvpl.fi

Facebook [@yhdenvanhemmanperhedenliitto](https://www.facebook.com/yhdenvanhemmanperhedenliitto)

Instagram [yvplry](https://www.instagram.com/yvplry)