



Moniammatilliset työryhmät antavat Lasten ja nuorten taloilla asiakkaiden tarpeita vastaavaa apua ja tukea.

# Matalalla kynnyksellä apua lasten ja nuorten huoliin

**V**anhempi: Onko sinulla huolia lapsen tai nuoren kasvatuksesta, kasvusta ja kehityksestä, arjen hallinnasta, ihmissuhteista, syömisestä tai päihteiden käytöstä?

Nuori: Oletko huolissasi omasta tilanteestasi, perheestä tai jostain teitä kohdanneesta kriisistä?

Voit matalalla kynnyksellä soittaa Lasten ja nuorten talon palvelunumeroon 05 352 2360, josta sinua neuvotaan eteenpäin.

Palvelupäällikkö **Riikka Räisänen** hyvinvointialueelta kertoo, että jos huoli herää, niin vanhempi tai nuori itse voi soittaa Lasten ja nuorten talon palvelunumeroon tai kääntyä koulun oppilashuollon puoleen.

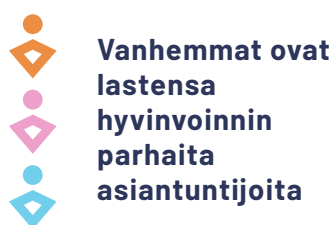
– Meillä on palveluajattelu, että otetaan keneen tahansa ammattilaiseen yhteyttä, niin aina autetaan. Kaikki ottaa koppia – se voi olla myös neuvolan työntekijä, koulukuraattori tai –terkkari, joka antaa ensineuvon ja ohjaa tarvittaessa eteenpäin.

## Yhdessä perheen kanssa arvioidaan paras apu tilanteeseen

Lasten ja nuorten huolet ovat usein sellaisia, että niiden ratkomiseen tarvitaan psykososiaalista apua. Perhe on luonnollisesti lapsen taustalla ja siksi

koko perhe saa kokonaisvaltaisesti tukea.

Räisänen mukaan perheen ja lapsen



**Vanhemmat ovat lastensa hyvinvoinnin parhaita asiantuntijoita**

palveluntarvetta arvioidaan aina yksilöllisesti:

– Meidän ammattilaisemme käyttävät aikaa sen selvittämiseen, mitä kukin lapsi ja perhe kokonaisuudessaan tarvitsee. Avun tarpeen mukaisesti valitaan sopivimmat ammattilaiset perheen kanssa työskentelyyn.

## Vanhemmalla on iso vastuu lapsestaan tai nuorestaan

Kun työskentely lapsen auttamiseksi alkaa, on vanhemmilla tärkeä rooli. **Kaisa Kaski** Imatran Lasten ja nuorten talolta painottaa, että vanhempien on ensiarvoisen tärkeää olla lapsen tukena.

– Vanhemmat ovat parhaita asiantuntijoita omien lastensa kanssa.

Vanhemmuus säilyy läpi koko lapsen elämän. Lapsen asiat ovat aina ykkösasia huoltajan elämässä – oli vanhemmuus tai perhe-elämä missä vaiheessa tahansa.

Lapsi ja myös teini-ikäinen haluaa tulla aidosti kohdatuksi ja kuulluksi. Vanhemmalla on tärkeä rooli auttaa – jämäkästi ohjaten – omaa uhmaikäistä taaperoa ja vielä myös teini-ikäistä nuorta tämän tunnekuohussa.

– Tunteiden myllerrykset eivät oikeuta ketään käyttäytymään jatkuvasti huonosti, painottaa Kaski.

Lapset saavat kouluissa tunnekasvatusta, mutta he tarvitsevat myös sitä, että oma vanhempi tai huoltaja on mukana arjen iloissa ja suruissa – ja tunnistaa heidän apunaan esimerkiksi vaikeita pettymyksen tunteita. Usein jo pelkästään tunteen sanominen ääneen helpottaa lapsen oloa: – Näen, että sinua harmittaa nyt tosi paljon.

## Verkkopalveluista tietoa ja tukea

Omaperhe.fi sisältää luotettavaa tietoa ja tukea perhettä suunnitteleville ja perheille.

Mielenterveystalo.fi tarjoaa luotettavaa apua mielen hyvinvointiin. Sivustot tarjoavat myös omahoito-ohjelmia.

## 3 arkista tekoa lapsen tai nuoren hyvinvointiin:

1. Arjen rutiinit ja rajat: Monipuolinen ruokavalio, kotiintuloajat ja riittävä uni.

2. Miten siulla menee? -hetket: Lapsi kohdataan arjessa ilman laitteita – jutellaan kuulumiset ja huolenaiheet

3. Tukea selvitä vaikeista tunteista: Lapsi tarvitsee aikuisen tukea pettymysten ja surullisten tapahtumien tunnistamiseen ja sanoittamiseen (tuki ei voi toteutua ilman huoltajan läsnäoloa)

Koskaan ei ole liian myöhäistä aloittaa!

## Matalan kynnyksen neuvonta ja palveluohjaus

Maanantaista perjantaihin  
klo 8.00–15.00  
puhelimitse 05 352 2360

Lasten ja nuorten taloihin voit tulla asioimaan ja kysymään neuvoa myös ilman ajanvarausta:

Kasarmikatu 7  
53900 LAPPEENRANTA

Tainionkoskentie 14  
55100 IMATRA

**Verkkopalveluista saat tietoa ja tukea:**

[Omaperhe.fi](http://Omaperhe.fi) ja [mielenterveystalo.fi](http://mielenterveystalo.fi)

**Ekhva julkaisee joka toinen kuukausi asukassivun. Sivu julkaistaan niissä paikallislehdissä, joiden alueen asukkaita sisältö pääosin koskee.**

**Palautetta ja juttutoiveita voi antaa sähköpostilla [viestinta@ekhva.fi](mailto:viestinta@ekhva.fi)**



**ETELÄ-KARJALAN**  
hyvinvointialue

[ekhva.fi](http://ekhva.fi)