

Lapsiperheiden ryhmämuotoiset palvelut

Perhepalvelukeskus, Korkalonkatu 4, 96100 Rovaniemi

Päivitetty 1.5.2016 / Marja Leena Nurmela



Kuva: Pekka Ojaniemi

Palveluja perheille

Avoim päiväkot

Avoimen päiväkodin toiminta on tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille ja heitä kotona hoitaville vanhemmille. Lapsilla on mahdollisuus olla toisten lasten kanssa ja vanhemmilla on mahdollisuus tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia.

Avoimen päiväkodin **vauvavoimaa ryhmä** on tarkoitettu alle 1-vuotiaille ja heidän vanhemmillensa. Avoimen päiväkodin toimipisteet ja aukioloajat löytyvät www.rovaniemi.fi -> avoin päiväkot. Lisätietoja numerosta 040 769 9725. Toiminta on maksutonta eikä ennakkoilmoittautumista tarvita.

Vanhemmuuden ja parisuhteen tueksi

Perheeksi ryhmä

Perheeksi ryhmä on tarkoitettu ensimmäistä lastaan odottaville perheille modernina perhevalmennuksena. Ryhmä käynnistyy raskausaikana ja jatkuu noin puoli vuotta lapsen syntymän jälkeen. Ryhmään osallistuvat äiti ja isä ja lapsen syntymän jälkeen myös vauva. Perheeksi ryhmässä voi jakaa kokemuksia, saada tietoa vanhemmuudesta, raskaudesta, synnytyksestä ja vauvaperheen arjesta. Lähtökohtana ovat vanhempien osallisuutta ja voimavaroja vahvistavat työmenetelmät. Ryhmän ohjaajina toimivat terveydenhoitajat yhteistyössä vauvaperheitä tukevien tahojen kanssa.

Lisätietoja ja kutsun ryhmään saa omalta terveydenhoitajalta.

Puolivuotiaiden ryhmäneuvola

Kuusi kuukautta vanhat lapset osallistuvat ryhmäneuvolaan, johon lapsen molemmat vanhemmat ovat tervetulleita. Ryhmän ohjaajina toimivat terveydenhoitajat.

Lisätietoja saa omalta terveydenhoitajalta.

Ryhmämuotoinen perhetyö Majakka

Majakka-ryhmä on ammatillisesti ohjattu, suljettu vertaistukiryhmä erilaisissa elämäntilanteissa oleville perheille (esimerkiksi monikkoperheet, yksinhuoltajaperheet). Tavoitteena on tarjota perheille vertaistukea, lisätä arjenhallintaa, tukea vanhemmuutta ja korostaa lapsen asemaa perheessä. Ryhmään otetaan 5–8 perhettä. Ryhmät kokoontuvat Rovaniemen kaupungin perhetuvalla, os. Pohjolankatu 19 – 21. Ryhmämuotoinen perhetyö on osa perhesosiaalityön ennaltaehkäisevän perhetyön toimintaa.

Lisätietoja numerosta 0400 695 005.

Ihmeelliset vuodet – vanhempien ryhmä

IHMEELLISET VUODET – vanhempien ryhmä on tarkoitettu haastavasti käyttäytymien lasten vanhemmille. Se on suljettu ryhmä, johon voi osallistua enimmillään 10 perhettä kerralla. Kahden tunnin tapaamisia on 15 – 20. Ryhmässä vahvistetaan vanhempien ja lasten positiivista suhdetta usealla eri tavalla: Vanhemmat saavat

Ihmeelliset Vuodet – kirjan, videoesimerkit toimivat keskustelun virittäjinä, vuorovaikutukseen liittyviä taitoja harjoitellaan pienryhmissä ja kotitehtävät siirtävät uudet näkökulmat käytäntöön. Tärkeää on yhdessä käyty keskustelu ja toisten vanhempien tuki. Ihmeelliset vuodet – vanhempain ryhmää ohjaa alle kouluikäisten lasten vanhemmille varhaiserityiskasvatus ja perheneuvola yhdessä ja kouluikäisten lasten vanhemmille oppilashuolto ja perheneuvola. Ryhmät järjestetään vuosittain, lisätietoja saa numerosta 040 187 9742 tai 040 838 3126.

Mukuoppia vanhemmille -kurssi

Mukuoppia vanhemmille -kurssin tavoitteena on vahvistaa vanhempien uskoa itseensä vanhempina ja tarjota heille työkaluja arjen kasvatuspulmiin. Kurssilla keskustellaan keskeisistä kasvatukseen liittyvistä kysymyksistä ja opetellaan käytännöllisiä kasvatustaitoja harjoitusten avulla. Kurssi soveltuu 3-vuotiaiden ja sitä vanhempien lasten vanhemmille ja se koostuu 4–5 tapaamiskerrasta. Mukuoppia vanhemmille -kurssin järjestää perheneuvola.

Lisätietoja kurssista ja tietoa seuraavasta ryhmästä numeroista 040 187 9742 ja 040 195 5934.

Tahdolla ja taidolla -parisuhdeohjelma

Tahdolla ja taidolla -parisuhdeohjelma sopii pareille, joilla ei ole akuuttia kriisiä parisuhteessaan, mutta jotka kaipaavat suhteensa päivittämistä ja haluavat panostaa parisuhteensa vuorovaikutukseen ja hoitoon. Ohjelma on Väestöliiton kehittämä. Ohjelma järjestetään perhepalvelukeskuksessa avoimen päiväkodin tiloissa ja siihen osallistuminen on maksutonta. Tahdolla ja taidolla -parisuhdeohjelmaa järjestää perheneuvola.

Lisätietoja parisuhdeohjelmasta ja seuraavasta ryhmästä numeroista 040 525 8709 ja 040 187 9739.

Terveys ja hyvinvointi

Motoriikkaryhmä

Lasten kuntoutuksella on omana toimintanaan motoriikkaryhmä alle kouluikäisille lapsille. Ryhmään pääsee terapeuttien arvioinnin jälkeen lääkärin läheteellä.

Lisätietoja numeroista 016 322 8319 ja 016 322 8328.

Depressioryhmä

Depressioryhmän tarkoituksena on ehkäistä ja katkaista stressin, uupumuksen ja masennuksen muodostamaa kierrettä. Ryhmässä opiskellaan masennuksen ehkäisy- ja itsehoitotaitoja ja lisätään tietoisuutta omista voimavaroista, mielialoista ja taidoista vaikuttaa niihin.

Lisätietoja numerosta 0400 694 772.

Sosiaalisten taitojen hallintaa koululaisille

ART –ryhmä

ART - menetelmä perustuu ajatukseen, että sosiaalisia taitoja, vihanhallintaa sekä moraalista päättelyä voi ja kannattaa harjoitella. Lapsilla ja nuorilla voi olla erilaisia taitopuutoksia edellä kuvatuilla osa-alueilla ja tutkimusten kautta on huomattu, että lapset ja nuoret ovat hyötäneet intensiivisestä taitojen harjoittelusta ja lähiympäristön mukaan ottaminen on myös vahvistanut työskentelyä. keskittyy sosiaalisten taitojen harjoitteluun.

Ryhmä keskittyy sosiaalisten taitojen harjoitteluun. Sosiaalisten taitojen hiomisella kartutetaan ihmissuhde- ja aggressionhallintataitoja. Aloitamme työskentelyn perustason sosiaalisista taidoista, kuten kuuntelemisen, keskustelun aloittamisen ja kysymisen harjoittelusta. Siirrymme sen jälkeen edistyneimpiin sosiaalisiin taitoihin, kuten avun pyytämisen, ohjeiden noudattamisen ja anteeksi pyytämisen harjoitteluun. Lopuksi harjoitteleme tunteiden käsittelyyn liittyviä taitoja, kuten omien tunteiden

tunnistamista, toisen henkilön tunteiden ymmärtämistä, välittämisen ilmaisemista sekä itsensä palkitsemista.

Lisätietoja Asta Pernu puh. 050 341 1648 ja Kati Puhakka puh. 040 838 3125.

Lapsiperheen erossa

Lasten eroryhmä

Lasten eroryhmä on tarkoitettu vanhempiensa eron kokeneille 8–12-vuotiaille lapsille. Vanhempien erosta on hyvä olla aikaa vähintään puoli vuotta. Ryhmän tavoitteena on tukea lapsen sopeutumista vanhempien eroon ja rohkaista lasta jakamaan eroon liittyviä kokemuksia, ajatuksia ja tunteita muiden lasten kanssa. Ryhmässä keskeisenä työskentelytapana ovat toiminnalliset menetelmät. Ryhmä kokoontuu kahdeksan kertaa ja se järjestetään perhepalvelukeskuksessa. Lasten eroryhmät ovat osa perheneuvolan toimintaa.

Lisätietoja eroryhmästä ja tietoa seuraavasta ryhmästä numeroista 040 187 9742 ja 040 187 9724.

Nuorten eroryhmä

Nuorten eroryhmä on tarkoitettu vanhempiensa eron kokeneille 12–15-vuotiaille nuorille. Vanhempien erosta on hyvä olla aikaa vähintään puoli vuotta. Ryhmässä nuoret saavat purkaa tuntemuksiaan, esittää kysymyksiä, tutustua vastaavassa elämäntilanteessa oleviin ikätovereihin ja kuunnella heidän kokemuksiaan sekä pohtia omia vahvuuksiaan. Ryhmä kokoontuu yhteensä kahdeksan kertaa perhepalvelukeskuksessa avoimen päiväkodin tiloissa.

Lisätietoja nuorten eroryhmästä ja seuraavasta ryhmästä numerosta 050 574 3547.

Eroneuvo-illat

Eroneuvo-illat on tarkoitettu eronneille ja eroa harkitseville vanhemmille sekä heidän aikuisille läheisille. Illan ohjaa sosiaalialan ammattilainen yhdessä eron kokeneiden vapaaehtoisten kanssa. Eroneuvo-illassa vanhemmat saavat tietoa eron vaikutuksista omaan ja lasten elämään sekä mahdollisuuden keskustella ja kysyä eroon liittyvistä kysymyksistä. Tilaisuudet ovat kertaluontoisia ja maksuttomia, eivätkä ne vaadi ennakoilmoittautumista. Eroneuvo-illat järjestetään perhepalvelukeskuksessa avoimen päiväkodin tiloissa. Tilaisuuksia pidetään syys- ja kevätkaudella joka kuukauden toinen torstai klo 17–19. Eroneuvo-illat järjestetään lastenvalvojien ja Lapin ensi- ja turvakodin yhteistyönä.

Lisätietoja numeroista 016 322 6986 ja 050 574 3547.

Vanhemman neuvo - ryhmä

Vanhemman neuvo on ammatillisesti ohjattu vertaistukiryhmä eropäätöksen tekneille ja eronneille vanhemmille. Ryhmän tavoitteena on lapsen menetyksen minimoiminen ja vanhempien keskinäisen yhteistyön tukeminen lapsiperheen erossa. Ryhmään kuuluu kahdeksan tapaamiskertaa ja se kokoontuu Lapin ensi- ja turvakodilla (Lähteentie 5).

Lisätietoja Vanhemman neuvo -ryhmästä sekä seuraavan ryhmän kokoontumisajosta numeroista 016 322 6986 ja 050 574 3547.

