

IDEOITA JA TOIMINTAVINKKEJÄ VANHEMMUUDEN TUEKSI



Kyllä perheet tarvitsevat tukea. Se kynnys pyytää apua voi olla välillä korkea. Varsinkin jos käyt töissä, niin helposti voi kuvitella, että ei koske itseä. Eli selvästi esille, että tukimuoto on tarkoitettu kaikille, kaikissa elämäntilanteissa riippumatta sen hetkisestä statuksesta tai elämänvaiheesta.

Sisältö

- Yhdessä vanhemmuuden tueksi -hanke pähkinäkuoressa s. 2
- Mitä perheille kuuluu ja millaista tukea vanhemmat kaipaavat? s. 3-6
- Ideoita ja toimintavinkkejä vanhemmuuden tueksi s. 7-20
- Lämmin kiitos yhteistyöstä s. 21





Tervetuloa tutustumaan, mitä kaikkea Yhdessä vanhemmuuden tueksi -hankkeessa on saatu aikaan.

Julkaisusta löydät lyhyen kuvauksen hankkeen sisällöstä ja tavoitteista sekä tietoa perheiden tilanteesta ja tuen tarpeista. Pääpaino on eri tavoin vanhemmuutta tukevien toimintamallien esittelyssä, joita yhteistyöseurakunnissa ideoitiin ja kokeiltiin hankkeen aikana. Toimintamallit ovat vapaasti hyödynnettävissä ja sovellettavissa myös muiden seurakuntien sekä toimijoiden käyttöön. Halutessasi voit ladata ja tulostaa materiaalin käyttöösi.

Inspiroivia lukuhetkiä,

Minna Laitinen

Projektityöntekijä
Yhdessä vanhemmuuden tueksi -hanke
Kirkkopalvelut ry

YHDESSÄ VANHEMMUUDEN TUEKSI -HANKE PÄHKINÄNKUORESSA



TUKEA VANHEMMUUTEEN

Eri tavoin vanhemmuutta tukevien toimintojen kehittäminen ja vahvistaminen hankepaikkakunnilla.

MUKANA 10 PILOTTISEURAKUNTAA

Päyhteistyökumppaneina 10 pilottiseurakunnat Etelä- ja Pohjois-Savon sekä Keski-Suomen alueilta.

YHTEISTYÖVERKOSTOT

Mukana paikallisia kunta- ja järjestötoimijoita sekä valtakunnallisia toimijoita kuten Kirkkohallitus, Mannerheimin Lastensuojeliitto, Pelastakaa Lapset ry, Lasten ja Nuorten keskus.

Yhdessä vanhemmuuden tueksi on Kirkkopalvelut ry:n hallinnoima ja Tunkelon säätiön rahoittama kolmivuotinen (2021–2023) kehittämishanke. Hankkeessa työskenteli koko-aikainen projektityöntekijä sekä osa-aikainen projektipäällikkö.

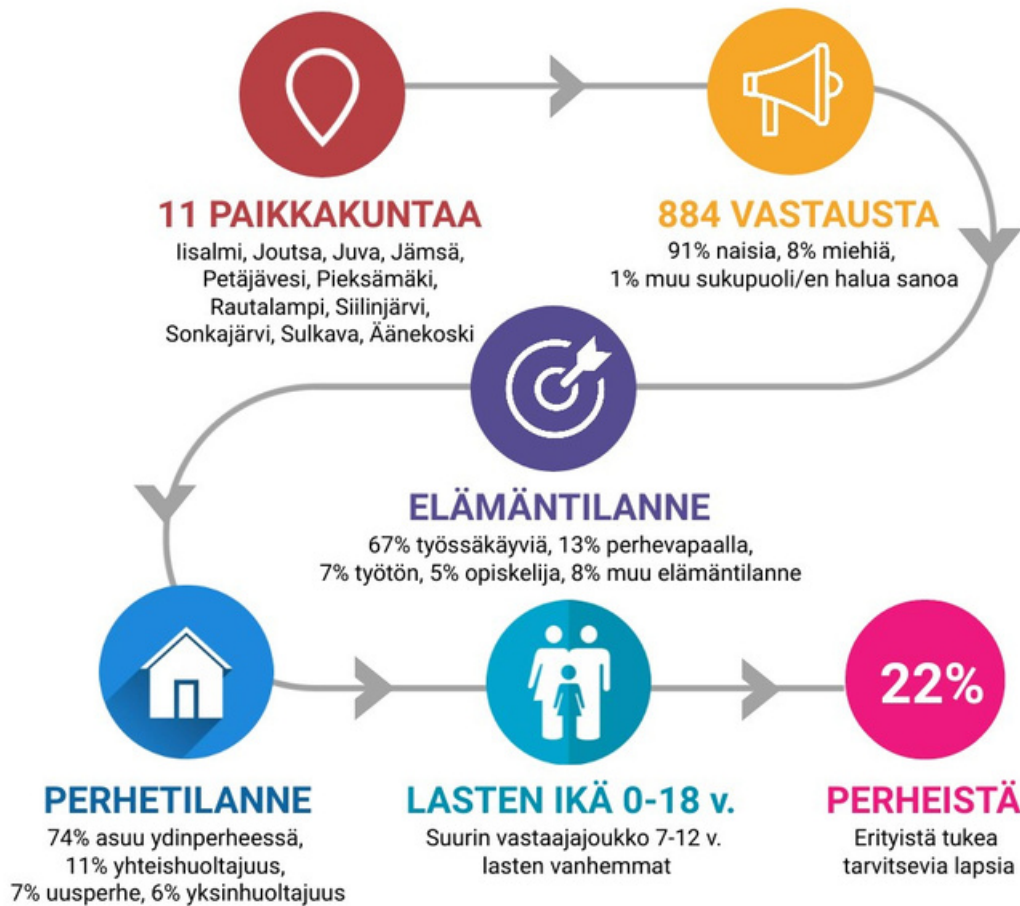
Hankkeen päyhteistyökumppaneina olivat paikalliset seurakunnat: Iisalmi, Sonkajärvi, Siilinjärvi, Rautalampi, Pieksämäki, Juva, Joutsa, Petäjävesi, Jämsä ja Äänekoski.

Tavoitteena:

- Perheiden kuuleminen
- Vanhemmuutta vahvistavien toimintojen kehittäminen ja käyttöönotto hankepaikkakunnilla
- Seurakuntien sisäisen yhteistyön tiivistäminen sekä paikallisten ja alueellisten yhteistyöverkostojen vahvistaminen
- Osaamisen lisääminen verkostotyöskentelyn sekä koulutuksellisten tilaisuuksien avulla

MITÄ PERHEILLE KUULUU JA

MILLAISTA TUKEA VANHEMMAT KAIPAAVAT?



Arki sujuu, mutta on hyvin kuormittavaa. Työelämä vaatii paljon. Lapset tarvitsevat apua kouluasioissa melko paljon, etenkin, kun perheessä on kaksi samanikäistä lasta. Kaikki arki-illat menevät lasten harrastuksiin viemisessä ... Omaa aikaa ja tilaa on hyvin vähän, jos ollenkaan. Riittämättömyyden tunne on valtava.

Hankkeen alussa kartoitettiin vanhemmuuden tuen tarpeita sähköisellä webropol -kyselyllä.

Kysely oli avoinna avoinna 15.2.-10.3.2021 välisenä aikana ja se oli suunnattu kaikille 0-18 -vuotiaiden lasten vanhemmille hankepaikkakunnilla.

Kysely tavoitti yhteensä **884** vanhempaa.



Mitä perheille kuuluu?

- Pääsääntöisesti perheissä voidaan hyvin, arki on sujuvaa ja perheenjäsenillä on turvallista elää ja olla (noin 80% vastaajista).
- Reilut 20% vanhemmista koki kuitenkin omat voimavarat riittämättömiksi sekä ystävien ja tukiverkostojen määrän vähäiseksi.
- Noin 25% vanhemmista kantoi huolta perheen taloudellisesta tilanteesta.
- Lähes 25% vanhemmista koki, ettei saa riittävästi tukea omaan vanhemmuuteensa.
- Eniten tuen tarvetta ilmeni taapero- ja leikki-ikäisten lasten vanhemmilla, seuraavaksi eniten tukea kaipasivat nuorten (yli 13 v.) vanhemmat.
- Arkeen iloa tuottivat mm. oma perhe, lasten leikki ja nauru, viihtyisä koti ja asuinympäristö, ystävät ja läheiset, harrastukset, mielekäs työ sekä toimivat palvelut.
- Huolta perheen arkeen tuottivat mm. jatkuva kiire, perheen yhteisen ajan puute ja sisäiset ristiriidat, huoli lapsesta tai läheisestä, oma jaksaminen sekä tukiverkostojen puute.



Sellainen kokonaisuudesta vastuun kantaminen. Omasta hyvinvoinnista en pidä huolta, kunhan on puhtaat vaatteet päällä ja tukka kammattu.

Puolison kanssa ajoittain hyvinkin erilainen arvomaailma ja rahan käyttö. Lasten kasvatukseen liittyvät näkemyserot.



Millaisiin asioihin vanhemmat kaipaavat tukea?

- **Tukea ja apua perheen arkeen.** Vanhemmat kuvasivat arkeaan hyvin kiireiseksi, jossa työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen oli ajoittain haastavaa. Erityisesti tukea toivottiin kotitöihin, lastenhoitoon sekä arjenhallinnantaitojen vahvistamiseen. Vanhemmat kertoivat perheen sisäisten ristiriitojen, kuten perheenjäsenten välisen riitelyn tai epätasaisesti jakaantuvien kotitöiden, kuormittavan arkea. Myös perheen yhteisen ajan puute sekä yhteisen mielekkään tekemisen löytäminen pohditutti monia.
- **Tukea lapseen liittyvissä asioissa.** Vanhemmat kaipasivat tukea erilaisiin lapsen kasvatukseen ja kehitykseen liittyviin kysymyksiin. Huolta kannettiin mm. lapsen kaverisuhteista, yksinäisyydestä, kiusaamistilanteista tai harrastuksista. Perheen sisäisten ristiriitojen tai elämänmuutosten pelättiin heijastuvan lapseen ja näihin tilanteisiin toivottiin lapselle tukea. Erityislapsiperheiden vanhempien vastauksissa korostui tarve ulkopuoliselle tuelle.
- **Tukea vanhemman omaan jaksamiseen.** Kiire ja jatkuva arjessa selviytyminen sai vanhemmat uupuneiksi ja kokemaan riittämättömyyden tunteita. Moni vanhempi kaipasi omaa aikaa ja mahdollisuutta omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Riidat puolison kanssa, mahdolliset erotilanteet tai huoltajuuskiistat kuormittivat vanhempia. Moni myös kaipasi enemmän yhteistä aikaa puolison kanssa ja mahdollisuutta hoitaa parisuhdetta.



Olisi henkilö, joka voisi tarvittaessa tulla auttamaan esim. viikkosiivouksessa. Ohjaajan ei tarvitse siis alkaa imuroimaan tai tiskaamaan, lähinnä katsoisi lapsia ja opastaisi heitä oman huoneen siivouksessa. Tai sitten apua ruoan laitossa.

Verkostojen vähyys, suku on pieni ja kaukana. Lastenhoito apua ei ole ollenkaan eikä mahdollisuutta viettää aikaa puolison kanssa kahdestaan.



Millaisiin asioihin vanhemmat kaipaavat tukea?

- **Tukea yksinäisyyteen ja tukiverkostojen vahvistamiseen.** Yksinäisyyden kokemukset sekä tukiverkostojen puute näkyi osassa vastauksista. Varsinkin vieraalle paikkakunnalle muuttaneiden oli vaikea löytää ystäviä sekä riittävää tukiverkostoa. Osa vastaajista koki toisiin vanhempiin tutustumisen ja ystävien saamisen haastavaksi. Moni kuvasi kantavansa kaikesta vastuun yksin. Vanhemmat kaipasivat mahdollisuutta vertaisuuteen, mutta toisaalta myös tukea ja keskusteluapua ammattilaiselta. Vanhemmat toivat esille myös haasteita palveluihin ohjautumisessa sekä niiden saatavuudessa.
- **Tukea perheen taloudelliseen tilanteeseen.** Moni vanhempi kantoi huolta perheen taloudellisesta tilanteesta. Perheen taloutta saattoi horjuttaa jokin elämäntilanteen muutos, esimerkiksi työttömyys tai perheenjäsenen äkillinen sairastuminen. Korona heikensi monen perheen taloutta entisestään. Vanhemmat toivoivat taloudellista tukea, esimerkiksi lasten harrastustoimintaan tai ruoan hankintaan. Myös mahdollisuutta maksuttomaan valmiiseen ruokailuun toivottiin. Jonkin verran vastaajat kaipasivat tukea ja neuvontaa taloudellisten asioiden hoitoon.



Olemme lasten kanssa aina keskenämme, koska minulla ei ole ystäviä, enkä uskalla mennä yksin esim. perhekerhoihin.

Taloudellinen tilanne on hyvin huono. Erittäin kärjistyneet välit vanhempien kesken ja sen johdosta lapset voivat huonosti.

Kyl taloudellinen tuki. Harraste tuki. Ja hoitoparkki. Kaikki on tärkeitä meille.



IDEOITA JA TOIMINTAVINKKEJÄ VANHEMMUUDEN TUEKSI



Hankkeen aikana seurakunnat ideoivat ja toteuttivat eri tavoin vanhemmuutta tukevia toimintoja omalla paikkakunnallaan. Toiminnot suunniteltiin alkuvaiheessa toteutetun kyselyn pohjalta - tavoitteena oli huomioida vanhempien toiveet ja tarpeet.

Kehittämistyössä oli mukana seurakunnista eri työalat sekä muita paikallisia toimijoita. Suurin osa hankkeen aikana käynnistyneistä toiminnoista on vakiintunut ja jäänyt pysyvästi osaksi seurakuntien toimintaa.

Seuraavilla sivuilla on kuvattuna seurakunnissa kehitetyt ja kokeillut toiminnot:

- Kerhotoiminta s. 8
- Leiritoiminta s. 9-10
- Tapahtumat s. 11-13
- Jumalanpalveluksen elävöittäminen s. 14
- Yhteisölliset ruokailut s. 15-16
- Vanhemman hyvinvointi ja parisuhteen tuki s. 17-18
- Asiantuntijaluennot ja teemaillat s. 19-20

Kerhotoiminta

Kerhotoiminnalla on seurakunnissa pitkät perinteet ja niissä tavoitetaan hyvin pienten lasten perheitä sekä kouluikäisiä lapsia. Kyselyn mukaan myös työssäkäyvät vanhemmat kaipaavat kerhotoimintaa, johon voisi osallistua koko perheenä. Lisäksi vanhemmat toivoivat monipuolista ja maksutonta eri ikäisille suunnattua kerho- ja harrastustoimintaa.

Iltaperhekerho

- Kestoltaan noin kaksi tuntia
- Alkaa yhteisellä maksuttomalla ruokailulla tai vaihtoehtoisesti päättyy yhteiseen iltapalaan
- Kokoontuu vaihdellen 1xvko - 1xkk
- Ohjaajina varhaiskasvatuksen työntekijät
- "Olohuonemainen", jossa keskiössä on vapaa oleilu, vertaisuus sekä lasten leikki
- Sisältää myös pienimuotoista yhteistä ohjelmaa tai tekemistä

Ilta-aikaan sijoittuvan kerhotoiminnan myötä tavoitettiin paljon uusia asiakasryhmiä, kuten työssäkäyviä perheitä, isovanhempia sekä isiä. Seurakunnat saivat paljon kiitosta valmiista maksuttomasta ruokailusta sekä iltapalasta, joiden koettiin helpottavan perheen arkea.

Siilinjärven, Juvan, Petäjäveden sekä Äänekosken seurakunnat.

Esikouluikäisten seikkailukerho

- Kokoontuu arki-iltaisin kerran viikossa
- Kestoltaan kaksi tuntia
- Ennakoilmoittautuminen, samat lapset mukana koko kerhokauden
- Ohjaajina kaksi varhaiskasvatuksen työntekijää
- Koostuu eri raamatunkertomusten ympärille rakennetuista seikkailuista, jotka muodostavat yhteneväisen seikkailun koko kerhon ajalle
- Seikkailut toteutetaan vaihdellen ulkona, kirkossa sekä muissa seurakunnan tiloissa
- Lopuksi lapset saavat todistukset

Kerho tavoittaa esikouluikäisiä lapsia, joille harvoin on seurakunnassa omaa kerhotoimintaa tarjolla. Valmista kerhosuunnitelmaa on helppo hyödyntää useana vuonna peräkkäin.

Jämsän seurakunta

”

Työssä käyvien vanhempien lapsia/ perheitä ei juurikaan huomioda, kun seurakunnat tai kunnalliset toimijat tekevät suunnitelmia. Ehkä ajatellaan liikaa, että siitä yksinäisyydestä kärsii vain työttömät ja kotiäidit...

Leikki ja harrastetoimintaa myös muille kuin perhekerhoikäisille.



Leiritoiminta

Lasten kesäleirit sekä rippikoululeirit ovat osa seurakuntien vakiintunutta toimintaa. Monessa seurakunnassa leirejä järjestetään myös muulle kohderyhmälle, esimerkiksi perheille. Leirillä perheet tulevat eri tavoin tutuksi kuin lyhytkestoisessa toiminnassa. Yhteisten kokemusten myötä vanhempien ennakoasenteet seurakuntaa kohtaan usein hälvenevät, yhteistyön jatkuminen helpottuu sekä kynnys osallistua myös muuhun seurakunnan toimintaan madaltuu.

Kohdennettu perheleiri

- Yhden yön mittainen (nykyisin 2 yötä)
- Kohderymänä avun ja tuen tarpeessa olevat pienten lasten perheet
- Perheiden etsimisessä ja valinnassa mukana kaupungin perhesosiaalityö
- Leirillä ohjaajina seurakunnan työntekijät
- Ennen leiriä seurakunnan työntekijät tapasivat perheet yhteisesti kaksi kertaa, tavoitteena helpottaa leirille osallistumista
- Tarvittaessa seurakunnan työntekijä vieraili etukäteen perheen kotona
- Leirin tavoitteena lisätä perheen yhteisiä kokemuksia sekä tutustuttaa perheitä toisiinsa
- Yhteydenpito perheiden kesken on jatkunut myös leirin jälkeen

Iisalmen seurakunta

Kaikille avoin perheleiri

- Kahden yön mittainen
- Avoin kaikille perheille
- Ohjelmaa tarjolla koko ajan, johon osallistuminen vapaaehtoista: leikkejä, toimintapajoja, saunomista ja uimista, hartauksia, lepoa, ulkoilua
- Myös erillistä ohjelmaa aikuisille ja lapsille
- Ruokailut yhteisesti
- Ohjaajina varhaiskasvatuksen työntekijät

"Tällaiselle perheleirille on iso tarve – ihanaa vertaistukea ja yhdessäoloa! Uusia leirejä toivotaan!"

Jämsän seurakunta



Leiri tai retkipäiviä, joissa oman perheen vahvuuksia ja ryhmäytymistä tuetaan...

Perheleirit, äiti-tytär päivä, jossa äiti saa olla kahden oman lapsen kanssa. Myös isi lapsi-päivä. Kivaa ohjelmaa ja rentoa yhdessäoloa.



Leiritoiminta

Kesä on usein perheille haastavaa aikaa, mikäli vanhemmat ovat töissä ja pienet koululaiset kotona. Vanhemmat kantavat huolta siitä, miten lapsi selviää yksin pitkistä päivistä. Kesäajalle arkipäiviin toivotaan lapsille ohjattua toimintaa, johon lapsen voi turvallisesti mielin jättää. Kesäleiripäivissä resurssien yhdistäminen muiden toimijoiden kanssa keventää yksittäisen toimijan taakkaa, helpottaa leiripäivien toteuttamista sekä monipuolistaa niiden sisältöä.

Ruokakoulu

- Ruokakoulu on 4H -yhdistyksen kehittämä päiväleiri 8–12-vuotiaille lapsille, joka tarjoaa osallistujille mahdollisuuden kokea ruokailoa kaikin aistein, vieraila maatilalla ja nauttia liikunnasta
- Kestoltaan 4-5 päivää, toimintaa klo 9-16
- Seurakunnan tiloissa
- Ohjaajina seurakunnasta kaksi lastenohjaajaa sekä 4H:n työntekijä
- Päivittäin yhteistä ruoan valmistusta: aamupala, lounas ja välipala
- Päiviin sisältyi myös ulkoilua, terveellisten elämäntapojen opetusta sekä ryhmänä toimimisen harjoittelua
- Yhtenä päivänä toteutettiin retki maatilalle
- Lopuksi päätöstilaisuus, johon kutsuttiin mukaan myös vanhemmat

Pieksämäen seurakunta

Isovanhempien ja lastenlasten - kesäleiripäivä

- Kaikille isovanhemmille ja lastenlapsille avoin kesäleiripäivä
- Kesto noin 6h
- Ohjaajina seurakunnan lapsityöntekijä sekä kunnan nuorisotyöntekijä
- Koko päivän yhteistä ohjattua toimintaa, lounas sekä aamu- ja iltapäiväkahvit
- Tavoitteena vahvistaa isovanhemman ja lapsenlapsen välistä vuorovaikutusta sekä mahdollistaa yhteinen tekeminen
- Tarjoaa vanhemmille hetken omaa aikaa

Rautalammin seurakunta

Rautalammin seurakunta toteutti myös yhden yön mittaisen Isien ja lasten leirin, johon sai halutessaan osallistua koko perhe.

”

Toimintaa myös loma-aikoina, kaikilla vanhemmilla ei ole mahdollisuutta saada lomaa aina samaan aikaan kuin on koulujen loma-ajat ja lastenhoito voi aiheuttaa hankaluuksia. Esimerkiksi kesällä leirejä/ päivätoimintaa.



KIRKKOPALVELUT

Tapahtumat

Koko perheelle suunnattuja tapahtumia toivottiin kyselyssä paljon. Vanhempien mukaan yksittäiseen tapahtumaan osallistuminen on helpompaa kuin säännölliseen toimintaan sitoutuminen. Tapahtumat mielletään kevyemmäksi toiminnaksi - ei niin hengelliseksi - ja siksi niiden avulla voidaan tavoittaa myös perheitä, jotka eivät muutoin osallistuisi seurakunnan toimintaan. Tapahtumat lisäävätkin seurakunnan tunnettavuutta sekä madaltavat kynnystä tulla seurakunnan tiloihin viettämään yhteistä aikaa koko perheenä.

Perhesunnuntait

- Kerran kuukaudessa sunnuntaisin järjestettävä koko perheen maksuton tapahtuma
- Alkuillasta klo 15-18
- Aluksi ruokailu, jonka jälkeen monenlaista tekemistä eri-ikäiset lapset huomioiden
- Tavoitteena koota perheitä yhteen matalalla kynnyksellä sekä hyödyntää seurakunnan tiloja monipuolisesti (kerhotilat, liikuntasali, kirkko)
- Mukana varhaiskasvatuksen työntekijöitä, pappi, kanttori, välillä myös opiskelijoita
- Toteutettu eri teemoin (mm. adventti, ystävyys), liikunta aina vahvasti mukana
- Toteutettu myös ulkotapahtumana, jossa perheet kiersivät tehtävärastit läpi itsenäisesti

Pieksämäen seurakunta

Jouluaskartelut perheille

- Kaikille perheille avoimia jouluaskarteluiltoja syrjäkylillä
- Kestoltaan noin kaksi tuntia
- Tavoitteena viedä toimintaa lähemmäksi perheitä ja heidän asuinympäristöään
- Keskiössä luontevien yhteistyökumppaneiden löytäminen ko. alueelta
- Yhteistyössä mukana MLL ja 4H-yhdistys

Pieksämäen seurakunta



Perhetoimintaa myös eskari- ja kouluikäisille niin, että koko perhe voi osallistua yhteiseen tekemiseen kun perhekerhoon lapsi on tavallaan liian iso ja aikataulut ei enää sovi.



Tapahtumat

Yhteistyö eri toimijoiden kanssa ei aina ole itsestäänselvää tai mutkatonta. Joskus yhteistyön käynnistyminen vaatii omista periaatteista luopumista, toisen tapahtumaan liittymistä tai muiden tiloissa toimimista. Yhteistyö kuitenkin kannattaa, sillä yhdessä toteutetut tapahtumat tarjoavat enemmän mahdollisuuksia ja tuovat niihin monipuolisuutta, keventävät yksittäisen toteuttajan taakka, laajentavat markkinointia sekä lisäävät osallistujien määrää.

Perheiden kesäpäivät

- Seurakunnan leirikeskuksesta
- Yhteistä tekemistä perheille, mahdollisuus saunomiseen ja uimiseen sekä iltapalaa nuotiolla
- Mukana leirimummot (seurakunnan vapaaehtoiset, jotka ovat aktiivisesti mukana seurakunnan toiminnoissa)

Äänekosken seurakunta

Lapsiperheiden tapahtumat

- Säännöllisesti toteutettuja koko kylän tapahtumia, joissa on mukana lukuisia yhteistyökumppaneita
- Järjestetään 4 kertaa vuodessa: Talvirieha (kevät), Perhelauantai (kesä), Nuotioilta (syksy), Joulupolku (talvi)

Joutsan seurakunta

Lekkerbergin laulava kylä

- Kaikille avoin musiikkitapahtuma, joka tuo mukanaan laulavaa, soittavaa ja leikkivää luovaa toimintaa keskelle perheiden arkea
- Kestoltaan noin 2 tuntia
- Sisältää
 - Ohjatun soitintyöpajan, jossa soittimet rakennetaan kierrätysmateriaaleista
 - Lastenmusiikkikonsertin, jossa jokainen pääsee soittamaan, laulamaan ja tanssimaan
- Tapahtuma on osallistava, kokeileva ja luo yhteisöllisyyttä musiikin ja toiminnallisten ohjattujen aktiviteettien avulla
- Tapahtuma kutsuu perheitä mukaan läheisineen ja naapureineen
- Tapahtumat toteutettiin hankepaikkakunnilla yhteistyössä seurakuntien, paikallisten toimijoiden sekä Lekkerbergin laulava kylä -muusikoiden voimin

”

Koko perheelle suunnattuja tapahtumia, puuhapäiviä, leiripäiviä,...

Vuorotyöläisille on myös hyvä mahdollistaa toimintaa, säännöllinen kokoontuminen ei useinkaan vuorotyötä tekeväälle onnistu.



KIRKKOPALVELUT

Tapahtumat

Monilla paikkakunnilla lapsiperheiden määrä vähenee, eivätkä perinteiset vanhemmuutta tukevat toiminnot enää tavoita perheitä. Samanaikaisesti seurakuntien resurssit vähenevät ja perheiden muuttuneet tuen tarpeet vaativat toimintojen uudistamista sekä uusien yhteistyömuotojen rakentumista. Seurakunnan sisäistä yhteistyötä vahvistamalla sekä lähiseurakuntien välistä yhteistyötä lisäämällä voidaan löytää uusia keinoja olla läsnä ja tukena perheiden arjessa.

Äitienpäivätapahtuma

- Kohdennettu erityisesti diakoniatyön asiakasperheisiin sekä maahanmuuttajaperheisiin
- Tapahtuma kokosi paljon myös ukrainalaisia perheitä
- Ohjelma:
 - Ruokailu
 - Taulujen tekeminen äideille
 - Musiikkia, puheita sekä muuta pientä ohjelmaa
 - Lopuksi äideille jaettiin ruusut
- Yhteistyössä diakoniatyö ja varhaiskasvatus
- Mukana paljon vapaaehtoisia avustamassa tarjoilussa, erityisesti miehiä
- Tilaisuudessa tulkki paikalla

Siilinjärven seurakunta

Jouluinen päivä

- Avoin tapahtuma kaikille perheille
- Lisäksi kohdennettua markkinointia diakoniatyön kautta
- Seurakunnan leirikeskuksessa
- Ohjelma:
 - Toiminnallinen osuus lapsille ja aikuisille ulkona
 - Juhlava jouluinen ruokailu
 - Toiminnallinen osuus sisällä (nukketeatteri, kädentöitä ja jouluiset yhteislaulut)
 - Päiväkahvit ja mehut
- Tavoitteena seurakuntaparin yhteistyön tiivistäminen ja resurssien yhdistäminen
- Tilaisuus kokoaa yhteen erilaisia perheitä sekä lapsia isovanhempineen

Iisalmen ja Sonkajärven seurakunnat

”

Helpommin lähestyttävää toimintaa koko perheelle.

Matalan kynnyksen tapahtumia, joissa voisi tutustua toisiin perheisiin.



Jumalanpalveluksen elävöittäminen

Perhemessut ja messun jälkeiset himinät ovat seurakunnille tuttua toimintaa. Niiden tavoitteena on elävöittää ja tehdä houkuttelevammaksi jumalanpalveluselämää erityisesti lapsiperheille. Usein ajatellaan, että kirkossa pitää olla hiljaa ja toiminta siellä on tarkasti rajattua. Eräs seurakunnan työntekijöistä kuitenkin toteaa, että "kirkko ei ole pelottava paikka ja toiminta siellä voi olla myös rentoa". Rentoutta ja monipuolisuutta lisäämällä tavoitetaan uusia kohderyhmiä ja rohkaistaan perheitä tulemaan kirkkoon.

Himinät

- Kerran kuukaudessa perhemessun jälkeen
- Toteutettu eri teemoin (kouluun lähtevien siunaaminen, Mikkelinpäivä, isänpäivä)
- Esimerkkinä himinöistä **Perhepäivä:**
 - Kaikille perheille avoin ja maksuton leiripäivä seurakunnan leirikeskuksessa
 - Alkaa jumalanpalveluksella, jonka jälkeen yhteinen ruokailu ja erilaisia toimintapisteitä
 - Toteutuksessa mukana perhekeskus, MLL paikallisyhdistys sekä 4H -yhdistys

Petäjäveden seurakunta

Hankkeen aikana Petäjäveden seurakunta toteutti myös useita perheille suunnattuja tapahtumia kirkossa, kuten lastenteatteri-esityksiä sekä perheiden kevät- ja joulujuhlat.

Aamupalajumalanpalvelus

- Kerran keväällä ja kerran syksyllä tarjolla maksuton aamiainen ennen jumalanpalvelusta
- Avoin kaikille ja kaikenikäisille
- Tavoitteena koko perheen yhteinen kiireetön aamuhetki
- Aamiainen on laadukas ja monipuolinen
- Jumalanpalvelus toteutetaan perhejumalanpalveluksen kaavalla
- Kokoaa hyvin perheitä yhteen
- Mukana myös kummeja ja isovanhempia, sekä heitä, jotka eivät normaalisti käy jumalanpalveluksissa

Juvan seurakunta

”

Jumalanpalvelustoimintaa olisi mukava olla paremmin ja useammin kohdennettuna ihan pientenkin lasten perheille.

Pienten lasten perheille enemmän tapahtumia ja lyhyitä hartaus-, ehtoollis- tai musiikkitilaisuuksia, jonne olisi helppo tulla alle 4v. lastenkin kanssa.



Yhteisölliset ruokailut

Lapsiperheelle valmiiseen ruokapöytään pääseminen on usein arkea helpottava tekijä ja voi tuoda helpotusta perheen taloudelliseen tilanteeseen. Yhteisen pöydän ääressä ruokailu on samalla tärkeä sosiaalinen tapahtuma ja mahdollisuus kokea yhteisöllisyyttä. Ruokailun yhteyteen on helppo yhdistää myös muuta toimintaa, kuten lapsiparkki, ryhmätoiminta, asiantuntijavierailut tai pienimuotisia tapahtumia.

Soppasunnuntai - kaikille avoin kohtaamispaikka

- Kerran kuukaudessa messun jälkeen
- Avoin kaikille, kestoltaan 2h
- Alkaa maksuttomalla sopalla
- Osallistua voi oman aikataulun mukaan
- Ruokailun jälkeen halukkaille ”hetki parisuhteelle” – ryhmä, jota ohjaa diakoniatyöntekijä
- Lapset voivat jäädä kohtaamispaikkaan lastenohjaajien kanssa
- Mahdollisuus myös vapaaseen oleiluun
- Mukana diakoniatyöntekijä, pappi ja kaksi kasvatuksen työntekijää
- Usean työntekijän läsnäolo mahdollistaa työskentelyn erikseen aikuisten ja lasten kanssa

Jämsän seurakunta

Syödään yhdessä -toiminta

- Kerran kuukaudessa
- Kohderyhmänä erityisesti lapsiperheet, mutta ruokailemaan on voinut tulla kuka tahansa
- Ruokailun jälkeen iltaparkki, johon on voinut jättää lapsen hoitoon
- Tavoitteena tarjota perheille mahdollisuus tulla ruokailemaan valmiiseen pöytään sekä tukea vanhempien hyvinvointia antamalla heille omaa aikaa ruokailun jälkeen
- Ruoka ostettu paikalliselta yrittäjältä ja lisäksi hyödynnetty kauppojen hävikkiruokaa
- Tapahtuma on innostanut paljon vapaaehtoisia toimijoita sekä isoskoulutuksessa olevia nuoria

Joutsan seurakunta

”

Lapsiparkkitoiminta (vaikkapa ennakkovarauksella) ilta- tai viikonloppuaikaan. Pääsisi miehen kanssa viettämään muutaman tunnin kahdestaan vuosien jälkeen. Myös ihan illanvietto yhdessä muiden perheiden kanssa, ruokailu kaikille ja ohjattua toimintaa lapsille olisi houkutteleva.



KIRKKOPALVELUT

Yhteisölliset ruokailut

Muiden toimijoiden ohella vapaaehtoiset ovat seurakunnille merkittävä voimavara ja lisäapu - ilman vapaaehtoisia moni tilaisuus jäisikin toteutumatta. Vapaaehtoisten osaa- mista hyödyntämällä voidaan monin tavoin monipuolistaa ja rikastuttaa toimintaa.

Koululaisten maksuton aamupala

- Kerran viikossa
- Avoin kaikenikäisille koululaisille (alakoululaisista lukioikäisiin)
- Seurakunnan tiloissa, avoinna tunnin ajan ennen koulun alkua
- Aamiaisen valmistuksesta vastaa seurakunnan oma keittäjä sekä Marttojen vapaaehtoiset
- Monipuolinen aamiainen, jossa tarjolla puuroa, leipää ja hedelmää, usein myös joku pieni makea
- Koululaisten kanssa ruokailemassa sekä keskustelemassa on aina yksi seurakunnan työntekijä
- Aamiaista on markkinoitu koteihin yhdessä koulun kanssa

Juvan seurakunta

Puistoruokailu

- Kerran viikossa kesäkuun ajan
- Avoin kaikille
- Toteutettiin osana jo olemassa olevaa liikunnallista sporttipaja-toimintaa
- Tavoitteena tarjota kerran viikossa valmis lämmin ateria, kun lapset ovat keskenään kotona ja aikuiset töissä
- Yhteistyössä kaupungin perhekeskuksen kanssa

Kesäpiknik Ukrainalaisille

- Picnic -tyyppinen ruokailu
- Vapaaehtoinen hartaushetki kirkossa
- Avoin sekä paikallisille että Ukrainalaisille
- Tavoitteena tarjota matalan kynnyksen tapahtuma tutustua paikkakunnan ihmisiin sekä seurakunnan työntekijöihin ja tiloihin
- Yhteistyössä mukana Martat

Äänekosken seurakunta

”

Ruoka-apu lapsiperheille olisi erittäin hyvä, saisi välillä valmiin ruoan ja jäisi aikaa muuhun ja stressi pois mitä ja missä vaiheessa tekee.

Keskustelu tuokioita ja pienten lasten kanssa ruoka-apua toivoisin.



Vanhemman hyvinvointi ja parisuhteen tuki

Arki lapsiperheessä voi joskus olla hyvinkin kiireistä ja kuormittavaa aikaa vanhemmille. Kiireen keskellä vanhempi usein "unohtaa itsensä" ja voimavarat hupenevat työssäkäyntiin sekä perheen arjen pyörittämiseen. Pienetkin hengähdystauot tarjoavat etäisyyttä arkeen ja auttavat jaksamaan. Vanhempien hyvinvoinnista huolehtiminen turvaa niin lasten kuin koko perheen hyvinvointia.

Äitien hemmotteluilta

- Seurakunnan tiloissa
- Ohjelma:
 - Hiljaisuuden/voimaantumisen polku
 - Sauna ja jalkakylpy, vaihtoehtoisesti käsien hoito ja kädentaidot
 - Yhteinen iltapala
 - Loppurentoutus
 - Aikaa varattu myös yhteiselle keskustelulle
- Järjestetään keväisin ja syksyisin
- Äitien toiveena yökyläily kirkossa

Jämsän seurakunta

Äitiparkki

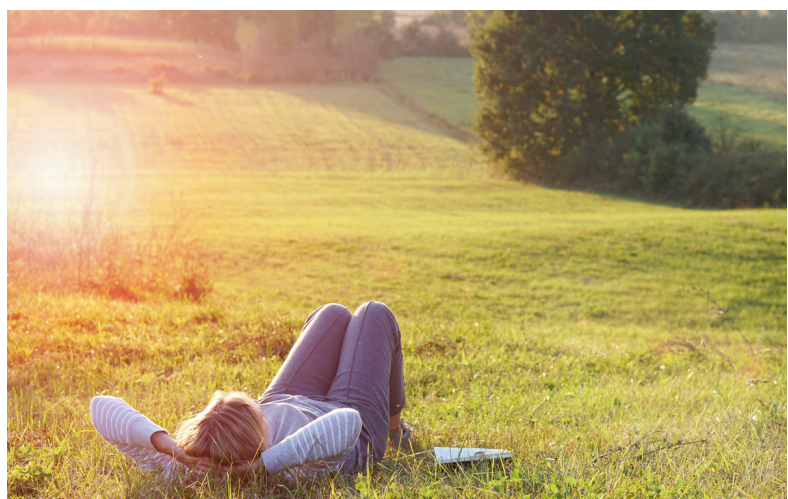
- Seurakunnan tiloissa
- Ovet avoinna useamman tunnin ajan, osallistua voi oman aikataulun mukaisesti
- Tavoitteena tarjota äideille omaa rauhaa, mahdollisuus viettää aikaa mieleisen puuhan parissa sekä tavata muita äitejä
- Mahdollisuus osallistua myös seurakunnan tarjoamaan toimintaan, esim. askarteluun
- Yhteinen tekeminen toimii hyvänä "jäänmurtajana" ja helpottaa usein keskustelun käynnistymistä
- Tarjolla kahvia, teetä ja pientä syötävää
- Voi toteuttaa myös omin eväin

Petäjäveden seurakunta

”

Riittämättömyys. Aika ei meinaa riittää vuorokaudessa. Pitkät työpäivät. Lasten harrastukset etusijalla. Oma hyvinvointi toissijaista.

Joskus olisi tyhjin käsin ihanaa päästä kauppaan tai lenkille.



Vanhemman hyvinvointi ja parisuhteen tuki

Seurakunnat järjestävät monenlaista toimintaa parisuhteen hyvinvoinnin tueksi, kuten leirejä, kursseja, ryhmätoimintaa sekä keskusteluapua. Yhteisen ajan mahdollistaminen on vanhemmille ensiarvoisen tärkeää, ja joskus kevyempikin tilaisuus riittää hyvien yhteisten kokemusten ja muistojen syntymiseen. Kaikilla perheillä ei välttämättä ole mahdollisuutta järjestää lastenhoitoa itsenäisesti, joten seurakunnan tai yhteistyökumppaneiden tarjoama lastenhoitoapu varsinkin pienten lasten vanhemmille on tärkeää.

Romanttinen kynttiläillallinen

- Avoin kaikille pariskunnille
- Seurakunnan leirikeskuksessa
- Maksullinen illalliskortti
- Esteettisesti kaunis tilaisuus, jossa hengellisyys hyvin pienessä osassa
- Tavoitteena tarjota pariskunnille hengähdys hetki arkeen
- Toteutetaan yhteistyössä seurakunnan aikuistyön ja varhaiskasvatuksen kanssa
- Maksuton lastenhoito on mahdollistanut myös pienten lasten vanhempien osallistumisen illalliselle

Jämsän seurakunta

Rentoudu kiireiltäsi -ilta

- Kaikille perheille avoin tilaisuus
- Stand-up-koomikko Mikko Vaismaa esitys vanhemmille teemalla "ruuhkavuosi elämää perheissä"
- Lapsille omaa ohjelmaa
- Tilaisuuden päätteeksi koko perheelle lyhyt hartaus sekä iltapala

Äänekosken seurakunta

”

Haasteellista on se, että puolison kanssa ei ole koskaan mahdollista järjestää kahdenkeskistä aikaa muutamaa tuntia enempää, sillä tukiverkossamme ei ole ketään, joka jaksaisi hoitaa lapsia.

Välillä hengähdystauko vaimon kanssa, jotta ehtii hoitamaan parisuhdetta



Asiantuntijaluennot ja teemaillat

Seurakunnan työntekijät ovat varhaiskasvatuksen ja sosiaalityön ammattilaisia, ja tarjoavat perheille monenlaista tukea sekä apua päivittäisessä työssään. Lisäksi erilaiset asiantuntijavierailut mahdollistavat vanhempien ja paikallisten ammattilaisten kokoontumisen yhteen kuulemaan ja keskustelemaan ajankohtaisista aiheista sekä tutustumaan toisiinsa.

Työkaluja lapsiperhearkeen

- Alle kouluikäisten lasten vanhemmille suunnattu iltatilaisuus
- Alustuksena Liisa Ahosen Haastavat kasvatustilanteet –video
- Paikan päällä keskustelemassa perheneuvolan työntekijä sekä varhaiskasvatuksen erityisopettaja
- Lastenhoito ja kahvitarjoilu
- Yhteistyössä kunnan, Perhekeskuksen ja 4H-yhdistyksen kanssa
- Jämsän seurakunnassa videotallennetta hyödynnettiin eri-ikäisten kerholaisten vanhempainilloissa keskustelun alustuksena

Petäjäveden seurakunta

Haastavat kasvatustilanteet perheissä

- Päivi Aumalan luento haastavista kasvatustilanteista
- Päivällä varhaiskasvatuksen ammattilaisille, illalla pienten lasten vanhemmille
- Lastenhoito ja iltapalatarjoilu
- Yhteistyössä Äänekosken kaupungin kanssa

Äänekosken seurakunta

Stressistä säätelyyn -ilta

- Avoin kaikille vanhemmille
- Teemoina raskausaika, pikkulapsivaihe, arjen kiireet sekä työn- ja lapsiperhearjen yhteensovittaminen.
- Yhteistyössä Stressistä säätelyyn –hankkeen (Ensi -ja turvakotien liitto) ja muiden paikallisten toimijoiden kanssa

Sonkajärven seurakunta

”

Varsinkin uhkaikään liittyen, oma käytös. En halua olla liian lepsu, mutta en halua siirtää aikaisempien sukupolvien käytöstäkään eteenpäin.

Käytännön neuvoja vanhemman lapsen ajoittain haastavaan käytökseen.



Asiantuntijaluennot ja teemaillat

Teknologian kehittyminen on mahdollistanut uudenlaisia tapoja toimia ja toteuttaa tilaisuuksia. Luennoitsijan ei aina tarvitse tulla paikanpäälle, vaan hän voi esiintyä videon tai etäyhteyden välityksellä. Osallistujat puolestaan voivat kuunnella tilaisuutta kotisohvalta tai vaikka lenkipolulta käsin. Usein nämä tilaisuudet tavoittavat enemmän osallistujia sekä säästävät aikaa ja rahaa, kun ei esimerkiksi tarvitse matkustaa. On kuitenkin hyvä muistaa, että meillä kaikilla on luontainen tarve kokoontua yhteen ja päästä keskustelemaan muiden kanssa. Niinpä tällaisissakin tilaisuuksissa on hyvä huomioida kuulijoiden osallisuus.

Huolestuttaako hintojen nousu?

- Kaikille perheille avoin webinaari-ilta taloudenhallinnan tueksi
- Alustana teams
- Ei ennakkoilmoittautumista, osallistumaan pystyi myös nimettömänä
- Tavoitteena mallintaa luentokokonaisuus, jota voitaisiin myös jatkossa tarjota vanhemmille eri sisällöin
- Yhteistyössä Takuusäätiön kanssa
- Tilaisuudessa esittäytymässä seurakunnan diakoniatyöntekijät

lisalmen ja Sonkajärven seurakunta

Mieletön fiilis! luento nuorten vanhemmille ja ammattilaisille

- Raisa Cacciatore luento: miten tuen nuoren hyvinvointia?
- Iltatilaisuus, joka toteutettiin samanaikaisesti kaikilla hankepaikkakunnilla
- Alustana teams
- Ei ennakkoilmoittautumista
- Mahdollisuus
 - osallistua kotoa käsin tai
 - kokoontua seurakunnan tiloihin kuuntelemaan luentoa yhdessä sekä jäädä keskustelemaan luennon jälkeen paikallisten ammattilaisten kanssa
- Toimiva kokonaisuus, jota voi toteuttaa seurakuntayhteistyönä eri teemoin

Mukana kaikki hankkeen seurakunnat



Rahan käytön suunnittelu ja riittävyys lapsiperheessä mietityttää tosi usein.

Tukea kasvatukseen ja etenkin koulun aloitukseen sekä teini-ikäisen kasvatukseen.



LÄMMIN KIITOS YHTEISTYÖSTÄ!

Seurakunnissa tehdään työtä lähellä ihmisten arkea ja halu auttaa on läsnä tekemisessä. Seurakuntien työntekijät saavatkin perheiltä paljon kiitosta kiireettömästä ja arvostavasta kohtaamisesta:



Olen valtavan kiitollinen kaikesta, mihin olemme saaneet osallistua! Ihanat ja asiantuntevat työntekijät. Työntekijäthän aina viime kädessä kuitenkin tekevät siitä toiminnasta sellaista mitä se on, teette työtä sydämellä.

Seurakuntien toimintaan liittyy harmillisen paljon ennakkosenteita niin perheiden kuin ammattilaisten taholta. Seurakunnista löytyy kuitenkin valtavan paljon kasvatus- ja perhetyön sekä sosiaalialan osaamista eikä hengellisyys ole läheskään aina pääosassa. Seurakunta toimijana on myös varsin joustava ja pyrkii parhaalla mahdollisella tavalla vastaamaan avun ja tuen tarpeisiin.

Kenenkään ei kannata tehdä työtään yksin, vaan tarvitaan rohkeaa ja avointa yhteistyötä niin seurakunnan sisällä kuin muiden toimijoiden kesken. Yhteistyöllä usein saavutetaan enemmän ja se avaa uusia näkökulmia sekä tapoja toimia.

Kiitämme kaikkia seurakuntia tekemästänne työstä ja mahdollisuudesta olla kanssanne uuden äärellä. Kiitos myös siitä, että olette raivanneet tilaa uusille kokeiluille ja antaneet niille mahdollisuuden jäädä pysyvästi osaksi toimintaanne.

Kaikkea hyvää tekemällemme työlle myös jatkossa!



Seurakunnan työntekijät tekevät tärkeää työtä koko sydämensä pohjasta.

Seurakunnan rooli perheiden tueksi on merkittävä. Jos kaikki tarvitsevat vaan heidät löytävät ja ymmärtävät, miten paljon jo nyt seurakunnassa tehdään lapsiperheiden hyväksi ja mikä ei maksa perheille mitään.

