

Tietoja vanhempaintuesta

Vanhempaintuki Västmanlandissa

Vanhempana tai läheisenä omaisena olet tärkein henkilö lapsesi elämässä, ja sinulla on sen ansiosta suuret mahdollisuudet vaikuttaa lapsesi terveyteen ja hyvinvointiin positiivisesti. Ei ole aina helppoa tietää mitä pitää tehdä ja ajatella ja silloin on hyvä olla perillä saatavilla olevasta tuesta.

Vanhempaintuki tarkoittaa auttavia ja tukevia toimenpiteitä, jotka vahvistavat kykyä olla vanhempana ja suhdetta vanhemman ja lapsen välillä. Hyvä suhde lapsen ja vanhempien välillä antaa edellytykset lapsen kehitykselle varhaisesta lapsuudesta aina aikuisikään saakka.

Osoitteessa www.1177.se/vastmanland/foraldraskapsstod on tietoja vanhempaintuesta, saatavilla olevan tuen tyyppistä sekä tukikontakteista juuri sinun kunnassasi. Tästä pdf-tiedostosta voit lukea eri toimijoista omalla kielelläsi. Olemme valinneet kirjoittaa vanhemmille ja tällä tarkoitamme sekä biologisia vanhempia että huoltajia tai muita aikuisia, joilla on päävastuu lapsesta.

Äitiys- ja lasten terveydenhuolto **Mödra- och barnhälsovården**

Äitiysterveydenhuolto (MHV) antaa hoitoa ja tukea raskaana oleville, mutta myös tukea vanhempana olemisessa esimerkiksi synnytykseen ja vanhemmuuteen valmistavissa vanhempien ryhmissä. Äitiysneuvolassa (MVC) tai kättilövastaanotolla tapaat useimmiten kättilön. Täältä voit myös saada tukea ja neuvoja esimerkiksi elintavoista ja ehkäisyvälineistä.

Lastenneuvolassa (BVC) lapsellesi tehdään terveystarkastuksia ja annetaan rokotuksia vastasyntyneestä aina siihen saakka, kun hän aloittaa esikoululuokalla. Vanhempana saat neuvoja ja tukea lapsen terveydestä ja kehityksestä. Vastaanotto on useimmiten terveyskeskuksessa tai perhekeskuksessa, mutta myös kotikäynnit ovat mahdollisia. Käynnit lastenneuvolassa (BVC) ovat vapaaehtoisia ja kaikki vanhemmat ovat tervetulleita. Käynnit lastenneuvolassa ovat maksuttomia.

Terveyden- ja sairaanhoito **Hälsa- och sjukvården**

Terveyden- ja sairaanhoito antaa moninaista hoitoa ja tukea sekä lapsille että vanhemmille.

Terveyskeskuksella on laaja toimialue yhteiskunnan avohoidossa ja se voi varsinaisen hoidon lisäksi tarjota lapsesi vointiin liittyvää tukea ja neuvoja. Lasten ja nuorten terveydenhoidossa (BU-hälsan) Västmanlandissa asuvat, enintään 18-vuotiaat koululapset ja nuoret voivat saada hoitoa lievissä-kohtalaisien vaikeissa psyykkisissä sairauksissa. Lasten ja nuorten terveydenhuollolla on läänissä kolme vastaanottoa; Västeråsissa, Köpingissä ja Fagerstassa. Hakeutuminen vastaanotolle edellyttää, että lapsella tai nuorella on psyykkisen sairauden oireita.

Jos lapsella hänen oltuaan yhteydessä esimerkiksi oppilasterveydenhuoltoon tai terveyskeskukseen on edelleen suuria vaikeuksia arkipäivässään, koulussa ja tovereiden kanssa, on myös olemassa lasten ja nuorten psykiatria (BUP). BUP selvittää, hoitaa ja tukee nuoria, alle 18-vuotiaita, joilla on vakava psyykinen sairaus, esimerkiksi alakuloisuus/masennus, huoli/ahdistus ja vaikeuksia käsitellä tunteita ja suhteita muihin ihmisiin. Käännyttäessä ensimmäistä kertaa lasten ja nuorten psykiatrian puoleen, yhteys tulee ottaa BUP Startiin. Se on Västeråsissa sijaitseva, koko läänin kattava vastaanotto, jonka kautta pääsee BUPiin.

Lasten ja nuorten psykiatria, lasten ja nuorten kuntoutus ja lastenklinitkat tarjoavat vanhempaintukea, kun lapsella on sairaus, tila tai toimintarajoite. Kuntoutus on tarkoitettu pysyvästi toimintarajoitteisille. Sieltä myös läheinen saa tukea ja tietoa.

Avoim esikoulu Öppen förskola

Avoim esikoulu on tarkoitettu vanhemmille tai muulle aikuiselle, jolla on vastuu lapsesta, joka ei ole kirjoilla tavallisessa esikoulussa. Täällä lapsilla on tilaisuus leikkiä ja tavata muita lapsia virikkeisessä ympäristössä vanhempien vaihtaessa ajatuksia ja kokemuksia lapsista ja vanhemmuudesta muiden vanhempien kanssa. Samoin avoimen esikoulun pedagogit voivat antaa neuvoja ja tukea lapseen tai vanhemman rooliin liittyvissä asioissa.

Toiminta on useimmiten maksutonta, mutta sen muodot voivat vaihdella eri kunnissa. Osanottajien ei tarvitse kirjautua, vaan he voivat tulla milloin haluavat. Avoim esikoulu voi toimia myös kohtaamispaikkana ulkomailla syntyneille vanhemmille, jotka voivat näin lisätä yhteysverkostoaan ruotsalaiseen yhteiskuntaan.

Perhekeskus Familjecentral

Perhekeskuksella tarkoitetaan äitiysneuvolan, lastenneuvolan, avoimen esikoulun ja sosiaalipalvelun ehkäisevän toiminnan yhteistyötä. Toisinaan vanhemmille on tarjolla myös muun tyyppistä perhekeskukseen liittyvää tukea. Täällä työskentelee kättilöitä, sairaanhoitajia, esikoulunopettajia, sosiaalishteereitä ja toisinaan myös perheneuvojia, vapaa-ajanohjaajia, psykologeja ja lääkäreitä. Kaikki perhekeskuksessa työskentelevät lasten positiivisen terveyskehityksen hyväksi. Toiminta on suunnattu lapsille ja vanhemmille ja se on luonteeltaan terveyttä edistävää, aikaisessa vaiheessa ehkäisevää ja tukevaa.

Esikoulu ja peruskoulu Förskola och grundskola

Esikoulu, peruskoulu ja erityisperuskoulu ovat tärkeitä paikkoja, jotka tarjoavat tilaisuuden yhteistyöhön kokouksissa lasten, heidän vanhempiensa ja pedagogien kanssa. Esikouluvuosien ja aikaisten kouluvuosien aikana arkipäiväiset tapaamiset pedagogien kanssa vietäessä lapsia kouluun ja haettaessa heitä sieltä ovat yleinen tuki vanhemmille. Ne ovat myös tärkeitä tilaisuuksia lapseen liittyvään tiedonvaihtoon ja yhteistyöhön. Muita tärkeitä tilaisuuksia ovat esimerkiksi vanhempainkokoukset, informaatioillat ja kehityskeskustelut.

Oppilaiden terveydenhuolto Elevhälsan

Oppilaiden terveydenhuolto koulussa voi auttaa ja tukea lasta voimaan hyvin, kehittymään ja oppimaan asioita esikoululuokasta aina lukioon. Oppilaiden terveydenhuolto informoi ja järjestää tukikeskusteluja sekä oppilaan että tämän vanhempien kanssa esimerkiksi viihtymisestä koulussa, terveistä elämäntavoista, psyykkisestä voinnista, käyttäytymisongelmista ja toimintarajoitteesta. Siellä lapsi käy terveystarkastuksissa ja saa rokotuksia. Sekä lapsi että vanhempi voi käydä oppilaiden terveydenhuollossa tai ottaa sinne yhteyttä esikoulusta aina lukioon asti.

Sosiaalipalvelu Socialtjänsten

Vanhemmat voivat ajoittain tuntee itsensä riittämättömiksi. Kyseessä voivat esimerkiksi olla lapsen vaikeudet sopeutua esikouluun/kouluun tai merkit riskialttiista kehityksestä. Tällöin voidaan ottaa yhteyttä kunnan sosiaalipalveluun, josta saa neuvoja ja tukea eri tavoin. Samoin vanhempi, joka on

huolestunut lapsesta, myös lapsesta, jonka vanhempi hän ei ole, voi ottaa yhteyttä sosiaalipalveluun ja saada neuvoja ja tukea huoliinsa.

Sosiaalipalvelu tarjoaa perheenhoitoa, yhteysperheitä ja omaistukea, joita edeltää usein tarpeenharkinta, toisin sanoen selvitys, jossa tarpeet ja oikeus apuun selvitetään sosiaalipalvelulain pohjalta. Perheet, joilla on toimintarajoitteinen lapsi, voivat hakea tukea LSS-lain (laki eräille toimintaesteisille annettavasta tuesta ja palvelusta) mukaan ja tällöin lapselle voidaan muun muassa myöntää lyhytaikaisoleslelu, yhteyshenkilö sekä lomituspalvelu kotona. Perheet, joissa jollakin vanhemmista on toimintarajoite, voivat hakea ohjausta ja käytännön tukea kotona. Monissa kunnissa tätä kutsutaan asumistueksi.

Vanhempaintuki verkossa *Webbaserat föräldraskapsstöd*

Useat verkkosivut tarjoavat tietoja ja neuvoja eri aiheista, kuten lapsen huolto ja kehittyminen. 1177 Hoito-opas ja Gravid.se (käsittelee raskautta) ovat esimerkkejä sivuista, jotka ovat alan asiantuntijoiden tarkastamia tietojen oikeellisuuden varmistamiseksi.

Siviiliyhteiskunta *Civilsamhället*

Siviiliyhteiskunnassa tukea tarjoavat esimerkiksi urheilu-, ja kulttuuriyhdistykset, psyykkiseen terveyteen liittyvät yhdistykset, lastenoikeusorganisaatiot kuten Bris ja Pelastakaa lapset (Rädda barnen), opintoliitot sekä uskonnolliset yhteisöt ja kirkot.

Monet vanhemmat kokevat siviiliyhteiskunnan areenat helpommin lähestyttäviksi, apua voi esimerkiksi löytää julkisen sektorin ulkopuolelta tai sieltä missä on yksilölle sopivampi teema.