

Materiaalia vanhemmuuden tueksi



Mediataidot

Media mukana lapsen arjessa -ohjeistus

- Media mukana lapsen arjessa -ohjeistus tarjoaa vinkkejä perheen sujuvaan media-arkeen. <https://ehyt.fi/tuote/media-mukana-lapsen-arjessa/>

Digireppu

- Digireppu on digitaalisessa muodossa oleva materiaalipaketti esikoulu- ja ala-asteikäisten lasten perheille. Digireppu sisältää tietoa, tehtäviä ja kysymyksiä, joiden avulla vanhempien ja lapsien on helpompaa sukeltaa digilaitteiden maailmaan. Digirepusta löydät näkökulmia niin lapsen ensipuhelimen hankintaan, digipelaamiseen, sovellusten käyttöön kuin myös kaveritaitojen harjoitteluun digilaitteiden parissa. Digirepun tehtävistä löytyy mm. lapsen kanssa yhdessä pohdittavat kodin digisäännöt, ja materiaalin sisältämät kysymyskortit tarjoavat konkreettista apua lapsen kanssa käytäviin keskusteluihin. <https://pelituki.fi/digireppu/>

Perheen digisopimus

- Yhteinen keskustelu ja yhdessä luodut säännöt digilaitteiden käytöstä auttavat luomaan pohjaa, jossa digilaitteet tukevat koko perheen hyvinvointia. <https://www.pelastakaalapset.fi/tyomme/mita-teemme/digitaalinen-lapsuus/digitaalinen-hyvinvointi-ja-turvallisuus/tukea-huoltajalle/perheen-digisopimus/>



Leppävirta

Pelaaminen

Pelitukipuhelin

- Pelitukipuhelin tarjoaa tukea perheille lasten, nuorten ja aikuisten pelaamiseen ja sosiaaliseen mediaan liittyvissä huolissa ja ongelmatilanteissa. Pelituen asiantuntija auttaa sinua pohtimaan keinoja, joilla digikäytön haasteita voidaan lähteä ratkomaan perheessäsi.
<https://pelituki.fi/oma-apu/pelitukipuhelin/>

Peli- ja someneuvola

- Peli- ja someneuvolat vanhemmille ovat Teamsissa toteutettuja vuorovaikutteisia kohtaamisia, joissa Pelituen asiantuntijat tarjoavat tietoa ja vetävät keskustelua ajankohtaisista aiheista liittyen lasten ja nuorten digipelaamiseen, someen ja puhelimen käyttöön. Peli- ja someneuvola vanhemmille -tilaisuuksia järjestetään noin kerran kuussa vaihtuvilla teemoilla. <https://pelituki.fi/peli-ja-someneuvola-vanhemmille/>



Tietoa eri aiheista vanhemmuuden tueksi

Väestöliiton ”Hyvä kysymys” –palvelu.

- Hyvä kysymys on palvelu, josta löydät luotettavaa tietoa ja tukea, kun elämä askarruttaa.
<https://www.hyvakysymys.fi/aihealue/vanhemmuus/>

Mielenterveystalo

- Oma-apu sivustolta löydät tietoa ja vinkkejä, miten vanhempi voi auttaa ja tukea. <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/elamankaari-ja-mielenterveys/mika-nuorta-vaivaa-ja-tarvitseeko-han-apua>

Buenotalk -hyvinvointisisältöä somessa

- BuenoTalkin kanavat TikTokissa, Instagramissa ja YouTubessa sekä BuenoTalk.fi-sivusto tarjoavat sisältöä nuoria kiinnostavista aiheista. BuenoTalkissa puhutaan esimerkiksi päihteistä, pelaamisesta, ihmissuhteista, mielenterveydestä, hyvinvoinnista ja milloin mistäkin nuoria askarruttavasta aiheesta. Materiaali on suunnattu nuorille, mutta niistä on hyötyä myös huoltajille.
<https://buenotalk.fi/>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry

- Artikkelin nuorten alkoholikäytöstä [Nuoret ja alkoholi – mitä kasvattajan on syytä tietää?](#)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto

- Sivuilta löytyy paljon materiaalia vanhemmuuden tueksi

<https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkejä-lapsiperheen-arkeen/nuori-tupakoi/>

<https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkejä-lapsiperheen-arkeen/nuori-kiinnostuu-alkoholista/>



Leppävirta