

VALTIMON PERHEPALVELUOPAS

25.9.2009



Arvoisa lukija,

kädessäsi on Valtimon perhepalveluopas. Perhepalveluoppaassa on tietoa kuntalaisille tarjolla olevista kunnan, seurakunnan, järjestöjen ja valtion palveluista.

Oppaassa vastataan keskeisiin lapsiperheitä askarruttaviin kysymyksiin ja tarjotaan yhteystietoja lisäkysymyksiä ja asioiden edelleen selvittelyä varten.

Oppaaseen liittyvät kehittämis ehdotukset ja päivitystiedot voi toimittaa sosiaalitoimistoon Terttu Toivoselle, terttu.toivonen@valtimo.fi tai puh. (013) 681 3250.

VALTIMON PERHEPALVELUT

SISÄLLYSLUETTELO

Perheen perustaminen	4
Mistä löydämme kodin?.....	4
Mietimme perheen perustamista – avo- vai avioliitto?.....	4
Vauva vai ei?.....	6
Meistä tulee vanhempia – mitä teemme?.....	6
Mikä lapselle nimeksi?.....	7
Vauvaa ei toiveista huolimatta kuulu – mitä nyt?.....	8
Haemme adoptiota – miten liikkeelle?.....	8
Lapseni kasvaa ja kehittyy	9
Kasvun ja kehityksen seuraaminen ja tukeminen.....	9
Lapseni sairastuu – mistä apua?.....	10
Jos perheessämme on vammaisen lapsi, mistä apua?.....	11
Huolestuttaako lapsesi hyvinvointi?.....	12
Apua ja tukea arkeen	13
Lapseni tarvitsee leikkikavereita – mistä heitä löydän?.....	13
Haluan tavata muita lapsia ja vanhempia – missä heitä voin tavata?.....	13
Tarvitsen tukea vanhemmuuteen – mitä tarjolla?.....	14
Maahanmuuttajaperheiden palvelut – mitä teemme, mistä apua?.....	15
Päivähoidonvaihtoehdot	16
Tukea lapseni kasvatukseen – päivähoito kasvatuskumppanina.....	16
Lapseni on syksyllä esikoululainen – mitä minun pitää tehdä?.....	18
Kouluikäinen lapsi	19
Lapseni lähtee kouluun – mistä liikkeelle?.....	19
Olen töissä – miten koululaiseni pärjää aamulla ja iltapäivällä?.....	20
Kesälomani alkaa vasta elokuussa – miten järjestän koululaiseni kesän?.....	21
Koulun tuki oppilaille ja vanhemmille.....	21
Perheessäni on huolia	23
Rahat eivät riitä elämiseen – mistä apua?.....	23
Tarvitsen lomaa, mutta rahat eivät riitä – onko kotilomalle vaihtoehtoa?.....	24
Yllättävä kriisitilanne perheessä – miten saan apua?.....	24
Mieli järkkyy, perhe kärsii – mistä tukea ja apua?.....	27
Päihteiden käyttö on ongelmallista joko itselläni tai läheiselläni – mistä saamme apua?.....	28
Perheessämme on väkivaltaa – minne soitan, mitä teen?.....	29
Parisuhde rakoilee – avioero uhkaa.....	29
Avioero on edessä – miten menetellä?.....	30
Vaihtoehtoja vapaa-ajanviettoon	31
Lapseni haluaa harrastuksia – mitä mahdollisuuksia paikkakunnalla on?.....	31
• Kulttuuri.....	31
• Liikunta.....	32
• Muu vapaa-ajan toiminta.....	32
Auttavia puhelimia ja nettipalveluja	34

PERHEEN PERUSTAMINEN

Mistä löydämme kodin?

Valtimon kunnan alueen **vuokra-asunnoista** löydät tietoa kunnan internet-sivuilta www.valtimo.fi > palvelut > asuminen > kunnan vuokra-asunnot. Hakulomakkeet vuokra-asuntoihin löydät kunnan sivuilta www.valtimo.fi > keskushallinto > lomakkeet. Lisätietoja Taloussihteeriltä puh. (013) 681 3230.

Pidä silmällä myös paikallislehden ja sanomalehti Karjalaisen rivi-ilmoituksia ja asuntoliitettä, jossa tarjotaan vuokralle/myytäväksi yksityisiä asuntoja.

Rakentamiseen ja rakennusvalvontaan liittyviä ohjeita löydät kunnan internet-sivuilta www.valtimo.fi > palvelut > asuminen > rakentaminen. Lisätietoja rakennustarkastajalta, puh. (013) 681 3205.



Mietimme perheen perustamista – avo- vai avioliitto?

Avoliitto on yhteiskunnan lainsäädännöllä sääntelemä parisuhteen muoto. Päästäkseen perheen tueksi ja turvaksi säädettyjen lakien piiriin puolisoiden on solmittava avioliittolain määräämässä järjestyksessä avioliitto. Vain eri sukupuolta olevat voivat solmia avioliiton. Samaa sukupuolta olevien rekisteröity parisuhde rinnastetaan pääosin avioliittoon. **Avoliittoa** ei ole säännelty lailla eikä siinä eläviä rinnasteta eräitä poikkeuksia lukuun ottamatta aviopuolisoihin. Lapsen asemaan ei vaikuta se, elävätkö hänen vanhempansa avio- vai avoliitossa. Sen sijaan puolisoiden asemaan liiton muodolla on merkitystä.

Avoliitto ei rekisteröidä mihinkään. Avopuolisot eivät ole toisiinsa nähden elatusvelvollisia ja molemmilla on oma omaisuutensa. Sopimukset ovat sen henkilön nimissä, kuka sopimuksen on tehnyt. Tämä tarkoittaa myös sitä, että lain mukaan se henkilö kenen nimi on sopimuksessa, on myös vastuussa kyseisestä asiasta, esim. velasta. Avoliitossa asuminen vaikuttaa sosiaaliin. Toisen puolison tulot ja omaisuus vaikuttavat tukien saantiin, esim. työttömyyspäivärahan tai asumistuen suuruuteen.

Avoliitto tuo mukanaan velvollisuuden huolehtia paitsi yhteisistä lapsista myös puolisoista mutta se ei vaikuta puolisoitten omistussuhteisiin tai velkoihin. Kumpikin omistaa oman omaisuutensa myös avioliiton aikana ja vastaa yksin omista veloistaan. Puolisot ovat toistensa lähimmät sukulaiset ja heillä on siten oikeus saada tietoa puolison terveydentilasta ja päättää tämän hoidosta, jos tämä ei siihen itse pysty.

Avioliiton voi solmia jokainen 18 vuotta täyttänyt henkilö, jota ei ole julistettu holhottavaksi ja joka ei ole ennestään naimisissa. Avioliitto tiettyjen lähisukulaisten kesken on kielletty. Ennen avioliittoa suoritetaan avioliiton esteiden tutkinta. Avioliittoon vihkiminen voidaan toimittaa joko kirkossa tai maistraatissa.

Kirkollinen avioliittoon vihkiminen on sekä oikeudellinen tapahtuma että pyhä toimitus, jossa pyydetään liitolle Jumalan siunausta. Avioliitto on perheen perusta. Avioliiton solmimisessa vihittävät sitoutuvat toisiinsa julkisesti ja liitto saa yhteiskunnallisen vahvistuksen. Ennen vihkimistä toimitetaan avioliiton esteiden tutkinta, jonka avioon aikovat pyytävät yhdessä joko sulhasen tai morsiamen väestörekisterin pitäjältä. Evankelis-luterilaisen kirkon jäsenet voivat käydä toisen kotiseurakunnan kirkkoherranvirastossa. Esteiden tutkintaa täytyy pyytää vähintään viikkoa ennen vihkipäivää. Jos toinen puolisoista on ulkomaalainen, esteiden selvittely voi kestää viikkoja.

Vihkiminen voidaan toimittaa, kun kihlapari on saanut todistuksen avioliiton esteiden tutkinnasta. Todistuksen saa aikaisintaan seitsemäntenä päivänä tutkinnan pyytämisen jälkeen, ja se on voimassa neljä kuukautta. Kihlapari antaa todistuksen vihkipäivälle. Vihkimisen toimittaa pappi. Vihkimisessä tulee olla läsnä vähintään kaksi todistajaa. Vihkimiseen liittyvissä asioissa lisätietoja saa Valtimon seurakunnan kirkkoherranvirastosta puh. (013) 450 014. Lisätietoja myös www.evl.fi.

Siviilivihkimisen maistraatissa suorittaa henkikirjoittaja. Valtimolaisia palvelee Pohjois-Karjalan maistraatti ja lähimpänä Juuan yksikkö, Onninpolku 1 83900 Juuka, henkikirjoittaja puh. 071 875 1135.

Vauva vai ei?

Perhesuunnitteluneuvolassa annetaan neuvontaa perhesuunnitteluun ja raskaudenehkäisymenetelmiin liittyvissä asioissa sekä edistetään seksuaaliterveyttä. Perhesuunnitteluneuvolan terveydenhoitaja ja lääkäri keskustelevat kanssasi tilanteestanne ja eri vaihtoehdoista, auttavat päätöksenteossa ja tekevät tarvittaessa tutkimuksia.

Perhesuunnittelu-, äitiys- ja lastenneuvolan yhteystiedot:

Perhesuunnitteluneuvola puh. (013) 681 3350 (klo 8-9 ja 12-12.30)

Äitiysneuvola puh. (013) 689 5459 (ma-to klo 12-13 ja pe klo 10-11)

Lastenneuvola puh. (013) 681 3350 (klo 8-9 ja 12-12.30)

Meistä tulee vanhempia – mitä teemme?

Kun huomaat olevasi raskaana tai epäilet raskautta, varaa aika **äitiysneuvolan** terveydenhoitajalle (yhteystiedot yllä). Äitiysneuvolan toiminnan tavoitteena on turvata odottavan äidin, syntyvän lapsen ja koko perheen mahdollisimman hyvä terveydentila raskauden, synnytyksen ja lapsivuoteen aikana. Äitiysneuvolassa seurataan äidin terveyttä ja raskauden etenemistä sekä keskustellaan molempien vanhempien kanssa parisuhteesta ja vanhemmuudesta. Ensimmäistä kertaa vanhemmiksi tuleville järjestetään perhevalmennusta. Vauvan synnyttyä äitiysneuvolan terveydenhoitaja tekee kotikäynnin viikon sisällä äidin ja vauvan kotiutumisen. Tämän jälkeen perhe siirtyy lastenneuvolan asiakkaaksi.

Avioliitossa syntyneen lapsen huoltajia ovat molemmat vanhemmat. Avioliiton ulkopuolella syntyneen lapsen huoltaja on äiti. Avioliitossa syntyneen lapsen **isyysselvitys** tehdään sosiaalitoimistossa lastenvalvojan luona. Lastenvalvoja ottaa äitiin yhteyttä kirjeitse saatuaan maistraatista ilmoituksen lapsen syntymästä. Vanhemmat voivat sopia isyyden tunnustamisen yhteydessä, kuinka avioliiton ulkopuolella syntyneen lapsen huolto järjestetään jatkossa. Lisätietoja sosiaalitoimistosta puh. (013) 681 3244. Ajanvaraus ja neuvonta (013) 6813249 tai (013) 6813250.

Mikä lapselle nimeksi?

Tieto lapsen syntymästä lähetetään sairaalasta maistraatille, minkä jälkeen maistraatti antaa lapselle henkilötunnuksen. Nimilain mukaan lapselle on annettava etunimi, joita saa olla enintään kolme. Annetut nimet tulee ilmoittaa väestötietojärjestelmään kahden kuukauden kuluessa lapsen syntymästä. Jos lapsi aiotaan kastaa evankelis-luterilaisen tai ortodoksisen kirkon jäseneksi, ilmoituksen voi tehdä omaan kotiseurakuntaan, mikä tapahtuu useimmiten kasteen yhteydessä. Seurakunnan velvollisuutena on siten selvittää nimen lainmukaisuus ja toimittaa tieto nimestä viipymättä väestörekisterijärjestelmään rekisteröitäväksi.

Luterilaisessa kirkossa kastetaan kaikenikäisiä lapsista aikuisiin. Henkilö voidaan kastaa vain kerran. Suurin osa kastetuista on vauvoja. Kasteessa lapsi liitetään seurakunnan yhteyteen. Kastetilaisuuteen liittyy myös nimenantaminen. Kun haluat tuoda lapsesi kasteelle, ota yhteyttä seurakunnan kirkkoherranvirastoon puh. (013) 450 014.

Suositus on, että lapsi kastetaan kahden kuukauden kuluessa syntymästä. Jos lasta ei ole kahden kuukauden kuluessa kastettu tai kastetilaisuudesta sovittu, niin hänet merkitään ei-kirkkoon kuuluvana yleiseen väestörekisteriin.

Jos lasta ei aiota kastaa, vanhemmat tekevät nimi-ilmoituksen suoraan siihen maistraattiin, jonka alueeseen lapsi kuuluu. Vanhemmat voivat järjestää lapselle vapaamuotoisen **nimenantujuhlan**. Nimenantujuhlan tai nimiäisten järjestämisestä löytyy lisätietoja esimerkiksi Pro-Seremonoiden kotiviuilta www.pro-seremoniat.fi.

Lisätietoja:

Valtimon ev.lut.seurakunta: puh. (013) 450 014

Nurmeksen Ortodoksinen seurakunta: (013) 480 293

Pohjois-Karjalan maistraatti: puh. 071 8751130



Vauvaa ei toiveista huolimatta kuulu – mitä nyt?

Perhesuunnitteluneuvolan terveydenhoitaja ja lääkäri keskustelevat kanssasi tilanteestanne ja eri vaihtoehtoista sekä auttavat päätöksenteossa ja käynnistävät tarvittavat tutkimukset/hoidot. Varaa aika perhesuunnittelu-neuvolasta, puh. (013) 681 3350 (klo 8-9 ja 12-12.30).

Harkitsemme adoptiota – miten liikkeelle?

Lapsen **adoptoiminen** edellyttää adoptioneuvontaa, jota voi saada oman kunnan sosiaalitoimesta tai Pelastakaa Lasten Itä-Suomen aluetoimistosta. Adoptioneuvonnan tarkoituksena on auttaa lasta ja valvoa hänen etuaan ja tukea biologisten vanhempien päätöksentekoa. Adoptioneuvonta selvittää myös hakijoiden valmiuksia adoptiovanhemmiksi ja auttaa eri osapuolia adoption vahvistamisen jälkeen. Lisätietoja Pelastakaa Lasten Itä-Suomen aluetoimistosta (040) 575 4490 ja Valtimon sosiaalitoimistosta (013) 681 3244). Ajanvaraus ja neuvonta (013) 681 3249 tai (013) 681 3250. Tietoa adoptioprosessista on löydettävissä myös osoitteesta:

<http://www.pelastakaa lapset.fi/fi/toiminta/lastensuojelutyo/adoptiot>.

LAPSENI KASVAA JA KEHITTYY

Kasvun ja kehityksen seuraaminen ja tukeminen

Kaikki alle kouluikäiset lapset kuuluvat **lastenneuvolan** piiriin. Lastenneuvolatyössä on keskeistä lapsen terveyden edistäminen, vuorovaikutuksen ja vanhemmuuden tukeminen sekä lapsen kasvun ja kehityksen seuraaminen. Lastenneuvolan terveydenhoitaja tapaa lastasi ja perhettäsi ensimmäisen vuoden aikana noin kerran kuukaudessa ja myöhemmin kasvua ja kehitystä seurataan ikävuositarkastuksissa. Myös lastenneuvolan lääkäri tapaa lastasi säännöllisin väliajoin. Lastenneuvolan yhteystiedot sivulla 6.

Lapsesi kutsutaan **hammashoitolaan** ensimmäisen kerran ½ -vuoden iässä ja hampaiden seuranta jatketaan säännöllisin väliajoin. Tarvittaessa voit myös itse varata hoitoajan, hammashoitaja: puh. (013) 681 3364 tai hammaslääkäri: puh. (013) 681 3363. Hampaiden ja suun hoidosta käydään kertomassa myös päiväkerhoissa, päiväkodeissa ja kouluilla.



Lapseni sairastuu – mistä apua?

Terveydenhuollon palveluita ovat:

Terveydenhoitajien, lääkäreiden ja sairaanhoitajien palvelut.

Ensiapu.

Päivystysvastaanotto.

Fysioterapia.

Puheterapia.

Toimintaterapia.

Ravitsemusterapia.

Mielenterveyspalvelut.

Terveydenhoitajat lastenneuvolassa (yhteystiedot s.6) sekä **koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa** (yhteystiedot s.22) antavat lapsen sairauteen liittyviä hoito-ohjeita ja neuvontaa sekä ohjaavat tarvittaessa oikeaan hoitopaikkaan. Lisäksi he tarvittaessa kirjoittavat todistuksen lapsen sairaudesta työnantajalle.

Ajanvarausvastaanotolla tutkitaan, hoidetaan ja seurataan lasten sairauksia, jotka eivät ole kiireellisiä. Valtimon terveysasema, puh. (013) 681 3357, lääkärin ajanvaraus puh.(013) 681 3357.

Terveyskeskuksen **päivystysvastaanotolla** tutkitaan, arvioidaan ja hoidetaan lasten akuutteja oireita, tapaturmia ja sairauksia ja tarvittaessa ohjataan erikoislääkärin tutkimuksiin ja hoitoon. Päivystysvastaanotto Nurmeksessa puh. (013) 689 5500

Kiireellisen sairastapauksen tai onnettomuuden sattuessa soita yleiseen **hätänumeroon 112**.

Jos perheessämme on vammainen lapsi, mistä apua?

Vammaiselle lapselle ja hänen perheelleen kuuluvat kaikki samat yhteiskunnan palvelut, kuin muillekin lapsiperheille: neuvola, päivähoito ja koulutus. Lasten kasvua ja kehitystä seurataan varhaislapsuudessa tarkasti neuvolassa. Joskus neuvola onkin ensimmäinen paikka, jossa huomataan poikkeavuutta lapsen kehityksessä. Kun yleiset palvelut eivät riitä tai ole sopivia, lapsi ja perhe voivat saada tuekseen erityispalveluita lapsen hoidon ja kuntoutumisen tueksi. Lapsen elämäntilanteen mukaan siihen voi kuulua esimerkiksi Kelan tai sosiaalitoimen myöntämiä taloudellisia tukia, päivähoiton erityispalveluja, terveydenhuollon puolelta fysioterapiaa ja erikoissairaanhoidon palveluja.

Vammaispalvelulain kautta saatavia palveluja ovat:

- Kuljetuspalvelut.
- Tulkkipalvelut.
- Palveluasuminen.
- Asuntoon kuuluvat välineet ja laitteet sekä asunnon muutostyöt.
- Henkilökohtaiset avustajat.
- Kuntoutusohjaus.
- Sopeutumisvalmennus.
- Päivittäisistä toiminnoista suoriutumisessa tarvittavat välineet, koneet ja laitteet.

Valtimolla vammaispalveluasiat hoitaa sosiaalihoitaja (013) 681 3243.
Ajanvaraus ja neuvonta (013) 681 3249 tai (013) 681 3250.



Huolestuttaako lapsesi hyvinvointi?

Kasvatus- ja perheneuvola tukee lapsia, nuoria ja perheitä. Yhdessä perheen kanssa etsitään ratkaisuja, kun perheellä on lapsen kasvuun, kehitykseen tai käyttäytymiseen liittyvää huolta tai perhe haluaa keskusteluapua muuhun ongelma- tai kriisitilanteeseen. Kasvatus ja perheneuvolassa tehdään psykologisia tutkimuksia ja sosiaalisten tilanteiden kartoituksia ja sieltä saa myös lasten- ja nuorisopsykiatriin palveluja. Palvelut ovat luottamuksellisia ja maksuttomia. Lähetettä ei tarvita. Puh. (013) 689 5226

Kasvatus ja perheneuvolaan voi ottaa yhteyttä:

● Perheasiat

- jos perhettä on kohdannut jokin vaikea asia
- jos lasten kasvamiseen tai kasvatukseen liittyy sellaista huolta, jonka suhteen vanhemmat kokevat neuvottomuutta tai jossa vanhempien yhteistyö tuntuu vaikealta
- jos pariskunta kokee yhteiselämässään sellaista hankaluutta, jossa neuvotteluapu olisi hyödyksi
- jos vanhempana olemisessa tilanne alkaa tuntua ylivoimaiselta

● Lasten ja nuorten asiat

- jos lapsen käyttäytyminen tai mieliala huolestuttaa
- jos lapsen oppimiseen, keskittymiseen tai tarkkavaisuuteen liittyy pulmia
- jos lapsen kehityksen eteneminen muuten askarruttaa

Lapsen ja nuoren kasvuun, kehitykseen ja käyttäytymiseen liittyvissä huolenaiheissa ja perheen ongelma- ja kriisitilanteissa apua saa **neuvolan tai koulun terveydenhoitajan** lisäksi myös **sosiaalityöntekijältä**.

Sosiaalityöntekijä tarjoaa keskusteluapua ja auttaa etsimään ratkaisuja tilanteeseen. Puhelinnumero sosiaalityöntekijälle (013) 681 3244.

Sosiaalitoimiston ajanvaraus ja neuvonta (013) 681 3249 tai (013) 681 3250.

Arkisin virka-ajan ulkopuolella klo 16-24 ja viikonloppuisin klo 12-24 välisenä aikana akuuteissa kriisitilanteissa apua saa soittamalla hätäkeskukseen puh. 112, mistä puhelu ohjataan tarvittaessa **sosiaalipäivystykseen**.

Sosiaalipäivystys tarjoaa puhelinneuvontaa ja –ohjausta ja tarvittaessa sosiaalipäivystäjä lähtee itse paikalle selvittämään tilannetta.

APUA JA TUKEA ARKEEN

Lapseni tarvitsee leikkikavereita – mistä heitä löydän?

Valtimon **seurakunnan päiväkerho** on kirkon varhaiskasvatusta. Kerhot on tarkoitettu 3-5 –vuotiaille lapsille ja kokoontuvat kerran viikossa 2-3 tuntia kerrallaan. Vapaita kerhopaikkoja voi kysellä lapsityön toimistosta. Lisätietoja: 050 3701227.

Haluan tavata muita lapsia ja vanhempia – missä heitä voin tavata?

Valtimon seurakunnan perhekerho toimii lasten ja aikuisten yhteisenä kohtaamispaikkana. Perhekerhoon ovat tervetulleita kotona lapsia hoitavat äidit, isät, mummit ja ukit. Perhekerhoista löytyy uusia ystäviä ja leikkiseuraa. Kerhoon kuuluu pieni hartaushetki, kahvittelua ja mehua. Perhekerhossa askarrellaan, leikitään, lauletaan ja joskus kerhossa käy ”vieraita”. Perhekerho kokoontuu kerran viikossa seurakuntatalolla. Lisätietoja kokoontumisajoista: puh. 050 3701227

Touhutupa eli Mannerheimin lastensuojeluliiton Valtimon yhdistyksen kaikille avoin perhekerho toimii maanantaisin klo 10-12 Kuntalaisten Talon nuorisotilassa. Touhutupa on lasten ja aikuisten kohtaamispaikka. Ohjelmassa on vapaata leikkiä, askartelua, vierailijoita jne. Lopullinen ohjelma muodostuu osallistujien toiveista. Toimintaan ei tarvitse ilmoittautua, voit tulla aina kun ehdit. Lisätietoja MLL p. 050 3296374.

Tarvitsen tukea vanhemmuuteen – mitä tarjolla?

Lastenneuvolan terveydenhoitaja (yhteystiedot s.6) tukee sinua vanhemmuuteen liittyvissä asioissa ja ohjaa tarvittaessa eteenpäin.

Kasvatus- ja perheneuvola tukee lapsia, nuoria ja perheitä. Yhdessä perheen kanssa etsitään ratkaisuja, kun perheellä on lapsen kasvuun, kehitykseen tai käyttäytymiseen liittyvää huolta tai perhe haluaa keskusteluapua muuhun ongelma- tai kriisitilanteeseen. Ota yhteyttä: Puh. (013) 689 5226.

Sosiaalityöntekijä tukee lapsia, nuoria ja perheitä erilaisissa perheen ongelmatilanteissa tarjoamalla erilaisia tukipalveluja kuten keskusteluapua, selvittämällä perheen oikeuden taloudellisiin etuuksiin (esim. toimeentulotukeen) ja ohjaamalla tarvittaessa eteenpäin. Lisätietoja sosiaalityöntekijältä (013) 681 3244. Sosiaalitoimiston ajanvaraus ja neuvonta (013) 6813249 tai (013) 681 3250.



Maahanmuuttajaperheiden palvelut – mitä teemme, mistä apua?

Kun muutat Valtimolle, sinun tulee ilmoittautua **maistraattiin**, josta sinut ohjataan työ- ja elinkeinotoimistoon ja Kelalle.

Työvoimatoimistossa tehdään sinulle ja perheellesi kotouttamissuunnitelma (lasten ja vammaisten osalta kotouttamissuunnitelman laatimisesta vastaa kuitenkin sosiaalitoimisto). Tässä tilaisuudessa ovat läsnä perhe, tulkki, työ- ja elinkeinotoimiston ja sosiaalitoimiston virkailijat sekä tarpeen mukaan muita viranomaisia (esim. koulu). Kotouttamissuunnitelmaa tehtäessä käydään läpi perheesi tilanne. Kouluikäinen maahanmuuttajalapsi ilmoitetaan sivistyskansliaan, jossa sovitaan koulun aloittamiseen liittyvät asiat.

Sinulla on mahdollisuus osallistua kielikurssille, mikäli suomenkielen taitosi ei ole riittävä. Tältä ajalta sinulla on mahdollisuus saada työmarkkinatukea sekä ylläpitokorvausta. Lapsille tehdään omat kotouttamissuunnitelmat, jossa käydään läpi päivähoito- ja kouluasiat.

Lisätietoja Juuan maistraatista (071) 875 1130, Nurmeksen työ- ja elinkeinotoimistosta (010) 19 4144, Kelan palvelunumerosta (020) 692 207, Valtimon koulun rehtorilta (013) 681 3279 tai Valtimon sosiaalitoimistosta (013) 681 3244.



PÄIVÄHOIDON VAIHTOEHDOT

Lasten kotihoidon tuki

Vanhempainrahakauden jälkeen äiti tai isä voi jäädä hoitovapaalle. Kotiin jäävä vanhempi voi hakea alle kolmevuotiaan lapsen hoitoon Kelalta lasten kotihoidontukea. Lisätietoja Kelan Valtimon toimipisteestä ja lapsiperheiden tuista voit kysyä myös Kelan palvelunumerosta 020 692 206 tai www.kela.fi > lapsiperheelle > pienten lasten hoitoon tukea.

Valtimon kunta maksaa vuonna 2009 **kotihoidontuen kuntalisää** kotonaan alle kolmevuotiaita lapsiaan hoitaville vanhemmille, jotka ovat hoitovapaalla työstä tai opiskelusta. Kotihoidontuen kuntalisän suuruus on 200€ kuukaudessa. Lisätiedot ja kotihoidontuen kuntalisän hakemukset saat sosiaalitoimistosta ja lisätietoja numerosta (013) 681 3250.

Kunnallinen päivähoito

Alle kouluikäisen lapsen vanhemmilla tai muulla huoltajalla on oikeus saada lapselleen kunnan järjestämä päivähoitopaikka. Päivähoitopalvelujen tavoitteena on edistää lapsiperheiden hyvinvointia tukemalla lasten yksilöllistä kasvua ja vanhempien kasvatustyötä. Päivähoitolain mukaista kunnallista päivähoitoa järjestetään Valtimolla perhepäivä-, ryhmäperhepäivä- ja päiväkotihoitona.

Päivähoitopaikkaa voi hakea ympäri vuoden, kuitenkin viimeistään neljä kuukautta ennen hoidon tarpeen alkamista. Äkillisessä hoidon tarpeessa (työllistyminen / opiskelu / koulutus) hakemus tulee toimittaa viimeistään kaksi viikkoa ennen päivähoitoon alkamisajankohtaa.

Päivähoitohakemuksia saa Niksulän päiväkodista tai voitte tulostaa sen kunnan nettisivuilta (www.valtimo.fi) . Päivähoitohakemukset palautetaan päiväkodille. Päivähoitosta kunta perii perheen tulojen mukaisen maksun. Lisätietoja puh. (013) 6813270.

Tukea lapseni kasvatukseen – päivähoito kasvatuskumppanina

Päivähoidon keskeisiä sisältöjä ovat lapsen perushoito, leikki ja puheen, kielen, omatoimisuuden, liikunnallisten ja muiden motoristen taitojen sekä sosiaalisten taitojen kehityksen tukeminen. Keskeistä on myös lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvä yhteistyösuhde vanhempien kanssa ja vanhemmuuden tukeminen.

Yhteistyössä vanhempien kanssa

- Laaditaan varhaiskasvatussuunnitelma, jonka tavoitteena on lapsen yksilöllisyyden ja vanhempien näkemysten huomioiminen toiminnan järjestämisessä.
- Keskustellaan lapsen hoidon toteutumisesta.
- Perhekohtaiset keskustelut vähintään kerran vuodessa.
- Järjestetään vanhempainiltoja, joiden aiheet muodostuvat ryhmän tarpeista, vanhempien toiveista, ajankohtaisista kasvun ja kehityksen asioista.
- Järjestetään juhlia ja yhteisiä tapahtumia.

Erityistä tukea tarvitsevalle lapselle laaditaan **kuntoutussuunnitelma** yhteistyössä lapsen vanhempien ja muiden lapsen ja perheen kanssa työskentelevien tahojen kanssa. Erityislastentarhanopettaja (elto) seuraa lapsen kehitystä päivähoidossa, antaa yksilöllistä tai pienryhmäopetusta, tukee perheitä, ohjaa tutkimuksiin sekä osallistuu kuntoutuksen suunnitteluun yhdessä vanhempien, päivähoidon henkilöstön ja moniammatillisen verkoston kanssa. Jos sinua mietityttää jokin asia lapsesi kehityksessä, voit ottaa yhteyttä erityislastentarhanopettajaan, puh. 044 781 3270.



Lapseni on syksyllä esikoululainen – mitä minun pitää tehdä?

Kunnan **lakisääteinen maksuton esiopetus** on tarkoitettu kaikille alle kouluikäisille lapsille vuotta ennen lapsen oppivelvollisuuden alkua. Esiopetusta tarjotaan 700 tuntia vuodessa eli noin neljä tuntia päivässä. Lukukausi noudattelee pääosin kouluissa noudatettavia työ- ja loma-aikoja. Esiopetus on perheille maksutonta ja vapaaehtoista. Esiopetuksella taataan kaikille lapsille tasavertaiset mahdollisuudet kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen omien edellytystensä mukaisesti. Esiopetus toteutetaan esiopetussuunnitelman mukaisesti.

Esiopetus järjestetään Valtimon koulussa esiopetusryhmässä. Esiopetus on suunnitelmallista ja pitkäjänteistä opetusta ja kasvatusta. Sillä tuetaan lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä sekä oppimaan oppimisen taitoja. Leikki on keskeisin toimintamuoto esiopetuksessa. Esiopetuksen erityisopetuksesta vastaa koulun erityisopettajat yhdessä esiopettajan kanssa tai päiväerityislastentarhanopettaja.

Esiopetukseen ilmoittaudutaan helmi-maaliskuun aikana tarkemmin ilmoitettavana ajankohtana erillisellä lomakkeella, jota saa päiväkodista ja koululta. Samassa yhteydessä ilmoittaudutaan maksulliseen koululla järjestettävään aamu- ja iltapäivätoimintaan.

Esioppilaat kuuluvat kunnan järjestämän **kuljetuksen** piiriin, mikäli esikoulumatka on yli (1) kilometrin. Lisätietoja esiopetuksesta: rehtori (013) 6813279 ja 044 7813286

KOULUIKÄINEN LAPSI

Lapseni lähtee kouluun – mistä liikkeelle?

Koulutus on Suomessa perusoikeus. Jokainen Suomessa asuva on oikeutettu saamaan maksutonta **perusopetusta**. Elinikäisen oppimisen periaatteen mukaisesti jokaisella on myös oikeus jatkuvaan itsensä kehittämiseen ja uuden oppimiseen iästä, asuinpaikasta, varallisuudesta, sukupuolesta ja äidinkielestä riippumatta.

Lapsen oppivelvollisuus alkaa sinä vuonna, jona lapsi täyttää seitsemän vuotta. Lapsella on oikeus aloittaa koulunkäynti myös vuotta aikaisemmin tai myöhemmin psykologisten ja tarvittaessa lääketieteellisten selvitysten perusteella. Huoltajan tulee toimittaa varhentamista/lykkäystä koskeva hakemus rehtorille.

Uusien oppilaiden **ilmoittautuminen** peruskoulun 1. luokalle tapahtuu helmimaaliskuussa. Koulun aloittavien lasten huoltajille lähetetään oppilaaksi ilmoittautuminen –lomake, mikä palautetaan koululle.

Lisätietoja koulunkäynnin aloittamisesta rehtori, puh.(013) 6813279 ja 044 7813286



Olen töissä – miten koululaiseni pärjää iltapäivällä?

Aamu ja iltapäivätoiminnan tavoitteena on tarjota pienille koululaisille mahdollisuus mielekkääseen toimintaan turvallisen ja tutun aikuisen seurassa koulun jälkeen. Toimintaa järjestetään koululla esiopetuksen tiloissa. Aamu- ja iltapäivätoiminta on tarkoitettu esioppilaille, ensimmäisen ja toisen vuosiluokan oppilaille sekä kaikkien vuosiluokkien erityisoppilaille.

Toiminnan tavoitteena on tukea lapsen hyvinvointia ja terveyttä. Lapselle tarjotaan ennen ja jälkeen koulupäivän turvallinen ympäristö, jossa hän aikuisen ohjauksessa voi osallistua monipuoliseen ja virkistävään toimintaan.

Valtimolla aamu- ja iltapäivähoitopaikkaa voi hakea koululta saatavalla lomakkeella. Hakulomakkeita saa myös päiväkodista. Lisätietoja aamu- ja iltapäivätoiminnasta saa rehtorilta, puh. (013) 6813279 ja 044 7813286.

Sinulla on mahdollisuus lyhentää työaikaasi ja saada lyhennetyltä työajalta **osittaista hoitorahaa** lapsen ensimmäisen ja toisen luokan aikana, mikäli niin haluat. Lisätietoja voit hakea www.kela.fi > lapsiperheelle > pienten lasten hoitoon tukea tai puh. 020 692 206.



Kesälomani alkaa vasta elokuussa – miten järjestän koululaiseni kesän?

Päivähoitopaikkaa voit kysyä päiväkodilta puh. (013) 681 3270.

Valtimon **vapaa-aikatoimi** järjestää kesällä toimintaa. Lisätietoja voit kysyä:
Kulttuuri- ja kirjastoasiat: (013) 681 3218
Liikunta-asiat: Valtimon Vasama, puh. (013) 450 079 (klo 14-20)
Nuoriso-asiat: Valtimon 4H, puh. 050 017 0887.

Valtimon **seurakunta** järjestää kesällä leiritoimintaa. Lisätietoja 050 326 9368.

Koulun tuki oppilaille ja vanhemmille

Huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen ja nuoren kasvatuksesta. Koulu tukee kotien kasvatustehtävää ja vastaa oppilaan kasvatuksesta ja opetuksesta kouluyhteisön jäsenenä. Koulun on yhteistyössä huoltajien kanssa niin, että he voivat osaltaan tukea lastensa tavoitteellista oppimista ja koulunkäyntiä. Yhteisvastuullisen kasvatuksen tavoitteena on edistää lasten ja nuorten oppimisen edellytyksiä, turvallisuutta ja hyvinvointia koulussa. Kodin ja koulun yhteistyötä toteutetaan sekä yhteisö- että yksilötasolla. Toimintatapoja ovat muun muassa henkilökohtaiset yhteydenotot, vanhempainvartit, tiedotteet, vanhempainillat ja vanhempainoimikunnat.

Koulu tukee vanhempia **opetussuunnitelmaan** perustuvalla kodin ja koulun välisellä yhteistyöllä.

Perusopetuksessa oppilaalla on oikeus saada maksuton **oppilashuolto**. Oppilashuollolla tarkoitetaan oppilaan hyvän oppimisen, hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä sekä niiden edellytyksiä lisäävää toimintaa. Oppilashuoltoon kuuluvat:

- Kouluterveydenhuollon palvelut.
- Psykologipalvelut.
- Sosiaalityöntekijän palvelut.
- Koulujen oppilashuoltotyöryhmä.
- Tukioppilas- ja oppilaskuntatoiminta.
- Maksuton ateria koulussa.
- Koulukuljetukset.

Kouluterveydenhuollon tehtävänä on:

- Oppilaan hyvinvoinnin ja terveyden seuraaminen, arviointi ja edistäminen.
- Osallistuminen koko kouluyhteisön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen.
- Osallistuminen oppimisen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien tunnistamiseen ja selvittämiseen yhteistyössä muun oppilashuoltohenkilöstön ja opettajien kanssa.
- Koulun työolojen ja koulutyön terveellisyyden ja turvallisuuden valvonta ja edistäminen.

Kouluterveydenhuolto toimii ensisijaisesti koulujen tiloissa ja terveydenhoitaja suunnittelee ja toteuttaa terveydenhoitotyön. Koululääkäri toimii oman toimenkuvansa lisäksi lääketieteellisenä asiantuntijana. Myös muut työntekijät, kuten suunterveydenhuollon työntekijät ja psykologi osallistuvat toimenkuviansa mukaisesti toimintaan.

Oppilaiden terveydenhuoltoon kuuluvat säännölliset terveystarkastukset, terveydenhoitajan vastaanotto ilman ajanvarausta tai ajanvarauksella ja ryhmäneuvonta opetusryhmille. Kouluterveydenhuolto on oppilaalle maksuton ja se järjestetään oppilaan työpäivän aikana. Palvelujen käyttö on oppilaille vapaaehtoista. **Kouluterveydenhoitajan** yhteystiedot: puh. (013) 681 3350.

Kouluterveydenhuoltoon kuuluu myös **suunterveydenhoito**. Oppilas kutsutaan hammashoitolaan tarkastusten perusteella yksilöllisen hoitosuunnitelman mukaan. Hoitosuunnitelman laatii hammaslääkäri, joka samalla laatii suunnitelman hoidon suorittajista (hammaslääkäri, suuhygienisti, hammashoitaja). Ota yhteyttä hammashoitolaan, hammashoitaja: puh. (013) 681 3364 tai hammaslääkäri: puh. (013) 681 3363.

Tukioppilaat ovat muiden oppilaiden tukena Valtimon koulussa ja lukiossa. Heidän tehtävänä on vahvistaa oppilaiden identiteettiä ja myönteistä ja turvallista kouluilmapiiriä. Tukioppilaat ohjaavat uusia oppilaita, tutustuttavat heitä toisiinsa ja koulun tapoihin. Lisätietoja tukioppilastoiminnasta saa oppilaanohjaajalta p.(013) 6813282.

Koulun **vanhempaintoimikunnan** toiminnan tavoitteena on oppilasyhteisön hyvinvoinnin lisääminen (esimerkiksi yhteiset toimintapäivät, peli-illat ja muut tapahtumat) ja vanhempien ja opettajien yhteisten kasvatustavoitteiden tukeminen (koulutus, tiedon välittäminen). Lisätietoja vanhempaintoimikunnasta saa koululta.

PERHEESSÄNI ON HUOLIA

Rahat eivät riitä elämiseen – mistä apua?

Toimeentulotuki on viimesijainen toimeentuloturvan muoto tilanteissa, joissa henkilön tai perheen tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin. Toimeentulotuki muodostuu perustoimeentulotuesta, täydentävästä toimeentulotuesta ja ehkäisevästä toimeentulotuesta. Tukea myönnetään yleensä kuukaudeksi kerrallaan, ja se lasketaan asiakkaan välttämättömien menojen mukaan. Tukea maksetaan se määrä, jolla asiakkaan tukeen oikeuttavat menot ylittävät hänen tulonsa ja varansa.

Mahdollisuutesi saada **toimeentulotukea** selvitetään sosiaalitoimistossa, josta saat hakulomakkeita. Hakulomakkeen liitteeksi on toimitettava selvitykset tuloista ja menoista. Ensimmäistä käyntiä varten varaa aika sosiaalityöntekijältä (013) 681 3244 tai numerosta (013) 681 3250.

Talous- ja velkaneuvonta antaa yksityishenkilöille tietoja ja neuvontaa talouden ja velkojen hoitamiseksi, avustaa taloudenpidon suunnittelussa, selvittää velallisen talouteen liittyvien ongelmien ratkaisumahdollisuudet, avustaa velallista velkajärjestelyyn liittyvän asian hoitamisessa ja ohjaa velallista hakemaan tarvittaessa oikeudellista apua. Talous- ja velkaneuvontaa valtimolaisille on saatavissa Joensuun kaupungin talous- ja velkaneuvonnasta (013) 267 5298 tai 267 5296.

Taloudellisista ongelmista voi soittaa myös valtakunnalliselle Velkalinjalle maksutta ja keskustella nimettömänä. Puheluihin vastaavat Takuu-Säätiön työntekijät. Velkalinjan numero: 0800 9 8009, soittoaika arkisin klo 10.00 - 14.00.

Tarvitsen lomaa, mutta rahat eivät riitä – onko kotilomalle vaihtoehtoa?

Tuettua lomaa voit hakea, jos asut vakituisesti Suomessa. Lomat on suunnattu perheellisille ja yksinäisille henkilöille, jotka eivät taloudellisten tai muiden syiden johdosta ilman tukea voi käyttää maksullisia lomapalveluita ja joiden katsotaan olevan loman tarpeessa. Tarkempia tietoja ja hakulomakkeita on saatavissa yhdistysten kotisivuilla:

Lomayhtymä: www.lomayhtyma.fi/tuetut_lomat

Solaris-lomien tuetut lomat: <http://www.solaris-lomat.fi>

Lomaliiton lomatoiminta: <http://www.lomaliitto.fi>

Lisätietoja voit pyytää myös sosiaalitoimistosta (013) 681 3244.



Yllättävä kriisitilanne perheessä – miten saan apua?

Kriiseihin johtavia tilanteita ovat mitkä tahansa elämänmuutokset, kuten läheisen kuolema tai sairastuminen, väkivallan uhriksi joutuminen, parisuhdeongelmat, työttömyys, erilaiset riippuvuudet, onnettomuus, työuupumus tai työyhteisön ongelmatilanteet.

Kasvatus- ja perheneuvola tukee lapsia, nuoria ja perheitä. Yhdessä perheen kanssa etsitään ratkaisuja, kun perheellä on lapsen kasvuun, kehitykseen tai käyttäytymiseen liittyvää huolta tai perhe haluaa keskusteluapua muuhun ongelma- tai kriisitilanteeseen. Kasvatus ja perheneuvolassa tehdään psykologisia tutkimuksia ja sosiaalisten tilanteiden kartoituksia ja sieltä saa myös lasten- ja nuorisopsykiatrian palveluja. Palvelut ovat luottamuksellisia ja maksuttomia. Lähetettä ei tarvita. Puh. (013) 689 5226.

Kasvatus ja perheneuvolaan voi ottaa yhteyttä:

● Perheasiat

- jos perhettä on kohdannut jokin vaikea asia
- jos lasten kasvamiseen tai kasvatukseen liittyy sellaista huolta, jonka suhteen vanhemmat kokevat neuvottomuutta tai jossa vanhempien yhteistyö tuntuu vaikealta
- jos pariskunta kokee yhteiselämässään sellaista hankaluutta, jossa neuvotteluapu olisi hyödyksi
- jos vanhempana olemisessa tilanne alkaa tuntua ylivoimaiselta

● Lasten ja nuorten asiat

- jos lapsen käyttäytyminen tai mieliala huolestuttaa
- jos lapsen oppimiseen, keskittymiseen tai tarkkavaisuuteen liittyy pulmia
- jos lapsen kehityksen eteneminen muuten askarruttaa

Lapsen ja nuoren kasvuun, kehitykseen ja käyttäytymiseen liittyvissä huolenaiheissa ja perheen ongelma- ja kriisitilanteissa apua saa **sosiaalityöntekijältä** sosiaalitoimistosta. Sosiaalityöntekijän tehtäviin kuuluu selvittää asiaa ja tarjota tukitoimia myös silloin, kun esille on tullut huolta lapsen tai nuoren kasvu- ja kehitysolosuhteiden terveellisyydestä ja turvallisuudesta. Sosiaalityöntekijä tarjoaa tukitoimia mm. keskusteluapua, auttaa etsimään ratkaisuja tilanteeseen ja tarvittaessa ohjaa eteenpäin. Lisätietoja saat sosiaalityöntekijältä (013) 681 3244 tai ajanvarauksesta/neuvonnasta (013) 681 3250.

Lastensuojeluilmoituksen sosiaalityöntekijälle voi tehdä kuka tahansa, jolla on huolta lapsesta tai nuoresta ja hänen olosuhteistaan.

Lastensuojeluilmoituksen tekeminen on välittämistä lapsen ja nuoren tilanteesta. Lastensuojeluilmoituksen saatuaan sosiaalityöntekijällä on velvollisuus selvittää lapsen ja nuoren ja hänen perheensä lastensuojelun ja tukitoimien tarve sekä tarjota apua.

Sosiaalipäivystys tarjoaa puhelinneuvontaa ja -ohjausta arkisin klo 16-24 ja viikonloppuisin klo 12-24. Sosiaalipäivystykseen otetaan yhteyttä virka-ajan ulkopuolella hätäkeskuksen 112 kautta tai puhelut sosiaalipäivystäjille ohjautuvat muiden viranomaisten kautta. Tarvittaessa sosiaalipäivystäjä lähtee itse paikalle selvittämään tilannetta.

Terveyskeskuksen päivystysvastaanotolta, lastenneuvolasta ja poliklinikan sairaanhoitajalta saa ohjausta ja neuvontaa perheen kriisitilanteessa. Terveyskeskuksessa on useita kriisin hoitoon koulutettuja työntekijöitä. Ota yhteys terveystieteiden päivystysvastaanotolle (yhteystiedot sivulla 10), josta sinua ohjataan eteenpäin.

Valtimon **seurakunnan diakoniatyö** auttaa apua tarvitsevia ihmisiä. Ota yhteyttä, puh. 050 3701226.

Kuolemantapauksen sattuessa hautaan siunaaminen toimitetaan yleensä noin kahden tai kolmen viikon kuluttua kuolemasta. Se voidaan toimittaa kirkossa, siunauskappelissa, sairaalan kappelissa, haudalla tai vainajan kotona. Omaiset sopivat paikasta siunaavan papin kanssa.

Hautausluvan saamisen jälkeen omaisten kannattaa henkilökohtaisesti käydä tai soittaa kirkkoherranvirastoon. Seurakunnan työntekijän kanssa sovitaan siunaustilaisuuden aika, paikka ja siunaava pappi sekä kanttori. Jos vainaja halutaan haudata muualle, otetaan yhteys kyseisen seurakunnan kirkkoherranvirastoon tai hautatoimistoon.

Valtimon seurakunnassa kokoontuu **sururyhmä**. Ilmoittautumisajoista ja kokoontumisista tarkemmin paikallislehti Ylä-Karjalan seurakunnan ilmoituksista. Lisätietoja: puh. 050 3701226
Lisätietoja Valtimon seurakunnan kirkkoherranvirasto puh (013) 450 014.

Käytettävissäsi ovat myös joka päivä klo 10-18 auki olevan **Kriisikeskuksen** palvelut. Lisäksi tukihenkilöiden puhelinpäivystys palvelee ma-pe klo 17-21 ja työntekijöiden puhelinpäivystys ma-pe klo 12-14. Voit mennä käymään paikanpäällä os. Kartanotie 3, 80230 Joensuu tai soittaa puh. (013) 316 244. Palvelu on maksutonta.

Mikäli sinä tai läheisesi on joutunut rikoksen tai rikosyrityksen kohteeksi, olet todistajana rikosasioissa, rikoskokemus pyörii mielessäsi tai olet epätietoinen mitä pitäisi tehdä, voit soittaa **Rikosuhripäivystyksen** auttavaan puhelimeen puh. 020 316 116 (ma-ti klo 13-21, ke-pe klo 17-21) tai Joensuun palvelupisteeseen puh. (013) 221 990. Rikosuhripäivystyksestä saat keskusteluapua, neuvoja ja ohjausta. Heidän kautta on mahdollisuus saada maksutta tukihenkilö, joka auttaa ja tukee käytännön asioissa esim. poliisilaitoksella käynnissä tai lähestymiskieltoa hakiessa.

Mieli järkkyy, perhe kärsii – mistä tukea ja apua?

Kasvatus- ja perheneuvola tukee lapsia, nuoria ja perheitä. Yhdessä perheen kanssa etsitään ratkaisuja, kun perheellä on lapsen kasvuun, kehitykseen tai käyttäytymiseen liittyvää huolta tai perhe haluaa keskusteluapua muuhun ongelma- tai kriisitilanteeseen. Ota yhteyttä puh. (013) 689 5226.

Mielenterveyspalvelujen tehtävänä on aikuisväestön akuutti mielenterveys- ja kriisityö sekä pitkäaikaismielenterveyskuntoutujien hoitotyö yhdessä eri yhteistyötahojen kanssa. Psykiatrisen sairaanhoitajan vastaanotto Valtimolla keskiviikkoisin ja torstaisin, puh. (013) 681 3369. Varaa aika mielenterveyspalveluihin ja psykiatriselle sairaanhoitajalle: Puh. (013) 689 5511.

Päivystysaikana yhteydenotot arkisin **terveyskeskuksen päivystävään lääkäriin** ja viikonloppuisin yhteydenotot **perusterveydenhuollon päivystykseen**. Yhteystiedot sivulla 10.

Omaiset mielenterveyden tukena ry järjestää Nurmeksessa erilaista **vertaistukiryhmätoimintaa**. Ryhmissä saa tietoa sairaudesta, uusia ystäviä, tietoa ajankohtaisista asioista, uusia voimavaroja esim. läheisen juuri sairastuttua. Lisätietoja puh. (013) 318 165.

Sosiaalipäivystykseen otetaan yhteyttä hätäkeskuksen 112 kautta tai puhelut sosiaalipäivystäjille ohjautuvat muiden viranomaisten kautta. Sosiaalipäivystys tarjoaa puhelinneuvontaa ja -ohjausta arkisin klo 16-24 ja viikonloppuisin klo 12-24. Tarvittaessa sosiaalipäivystäjä lähtee itse paikalle selvittämään tilannetta.



Päihteiden käyttö on ongelmallista joko itselläni tai läheiselläni – mistä saamme apua?

Päihteitä ovat alkoholi, huumeet ja väärinkäytettyinä lääkkeet. Päihteiden käyttö koskettaa koko perhettä ja sen seurauksena voi tulla esim. parisuhdeongelmia, perhe- ja lähisuhdeväkivaltaa, taloudellisia vaikeuksia, työkyvyn heikentymistä, terveydellisiä ongelmia ja lastensuojelun tarvetta. Päihteiden käyttäjälle on saatavissa monenlaista tukea ja ammattiapua.

Kunnan **sosiaalityöntekijä** tarjoaa tukitoimina mm. keskusteluapua, auttaa etsimään ratkaisuja tilanteeseen ja tarvittaessa ohjaa eteenpäin. Lisätietoja sosiaalityöntekijältä (013) 681 3244 tai ajanvarauksesta/neuvonnasta (013) 681 3250.

Nurmeksien Sosiaalipalvelukeskuksessa toimiva päihdehuollon yksikkö

tarjoaa palveluja valtimolaisille päihde- ja muista riippuvuusongelmista kärsiville asiakkaille ja heidän läheisilleen. Palveluina tarjotaan mm. avokatkaisua, kriisihoitoa, kuntoutusta, avohoitoa ja poliisin määräämien päihderiippuvuusselvitysten tekoa. Varsinainen laitoshoidon ja nuorten huumeongelmaisten vapaaehtoinen katkaisuhoidon ostetaan alaan erikoistuneilta palveluntuottajilta. Yhteyttä voi ottaa suoraan Nurmeksien Päihdehuollon sosiaalityöntekijään (040) 801 0870, jonka puhelintunnit maanantaisin, keskiviikkoisin sekä torstaisin klo 11.00 - 12.00 tai sosiaalipalveluohjaajaan (040) 560 8105, jonka puhelintunnit ovat maanantaisin, keskiviikkoisin sekä torstaisin klo 9.00 - 10.00

Virka-ajan ulkopuolella ma-pe klo 16-24 ja viikonloppuisin klo 12-24 akuuteissa kriisitilanteissa apua saa soittamalla hätäkeskukseen puh. 112, mistä puhelu ohjataan tarvittaessa **sosiaalipäivystykseen** päivystävälle sosiaalityöntekijälle. Sosiaalipäivystys tarjoaa puhelinneuvontaa ja -ohjausta. Tarvittaessa sosiaalipäivystäjä lähtee itse paikalle selvittämään tilannetta. Virka-ajan ulkopuolella akuuteissa kriisitilanteissa apua saa Nurmeksien/Valtimon kuntayhtymän terveyskeskuksesta.

Erilaisista vertaistukiryhmistä, kuten **Nurmeksien AA-ryhmästä** saat lisätietoja AA:n auttavasta puhelimesta puh. 0400-362 823.

Perheessämme on väkivaltaa – minne soitan, mitä teen?

Turvallisuus on ihmisen perusoikeus ja hyvinvoinnin perusta. Jos koet perheessäsi väkivaltaa, älä jää yksin tilanteeseen. Arkisin virka-aikana voit ottaa yhteyttä **sosiaalityöntekijään** joka yhdessä kanssasi selvittelee asiaa ja ohjaa eteenpäin. Sosiaalityöntekijän puh. (013) 681 3244.

Jos perheväkivaltatilanne on akuutti tai tapahtuu virka-ajan ulkopuolella (esim. yöllä), ota yhteys **yleiseen hätänumeroon** 112 tai **poliisin** yleiseen hätänumeroon 10022. Hätäkeskuksesta puhelu ohjataan tarvittaessa päivystävälle sosiaalityöntekijälle **sosiaalipäivystykseen**, joka on tukena selvittämässä tilannetta. Poliisi tutkii kaikki perheväkivaltapaukset ja antaa kriisitilanteessa välitöntä tukea perheelle sekä ohjaa tarvittaessa jatkohoitoon terveyskeskukseen.

Parisuhde rakoilee – avioero uhkaa

Pienten lasten vanhempana voit saada apua **lastenneuvolan** henkilökunnalta myös parisuhdeasioissa lasten neuvolakäyntien yhteydessä. Yhteystiedot s.6.

Kasvatus- ja perheneuvola tukee perheitä myös perhe-elämän ja parisuhteen ongelmissa. Palvelut ovat maksuttomia ja lähetettä ei tarvita. Puh. (013) 689 5226.

Myös **sosiaalityöntekijä** tukee perhe-elämän ja parisuhteen ongelmatilanteissa ja ohjaa tarvittaessa eteenpäin. Lisätietoja sosiaalityöntekijältä (013) 681 3244 tai sosiaalitoimiston ajanvarauksesta/neuvonnasta (013) 681 3250.

Keskusteluapua voit saada myös **Valtimon seurakunnasta**. Kirkkoherranvirasto puh. (013) 450 014.

Avioero on edessä – miten menetellä?

Oikeusaputoimistosta saat neuvontaa ja apua avo- ja avioerotilanteessa: erohakemuksen laatiminen, lapsiin liittyvät sopimukset ja hakemukset, omaisuuden jakoon liittyvät asiat. Oikeusapu on joko maksutonta tai osakorvauksella riippuen taloudellisesta tilanteestasi. Varaa aika Nurmeksen oikeusaputoimistoon 010 366 0980 tai 050 494 9166.

Vanhempien erotessa lasten huolto voi jatkua yhteishuoltajuutena tai vanhemmat voivat sopia, että huoltajuus jää vain toiselle vanhemmalle. Erotilanteissa lasten **elatusapu- ja huolto- ja tapaamisasiat** hoidetaan **sosiaalitoimistossa**, kun vanhemmat pystyvät sopimaan asiasta keskenään. Sosiaalityöntekijä neuvottelee vanhempien kanssa yhdessä tai erikseen sopimuskysymyksistä ja vahvistaa huollon järjestämistä koskevan sopimuksen. Ota yhteyttä Valtimon sosiaalityöntekijään (013) 681 3244.

Jos vanhemmat eivät pysty sopimaan elatusapu- ja huolto- ja tapaamisasioista keskenään, asia jää käräjäoikeuden ratkaistavaksi ja sosiaalitoimi tekee käräjäoikeudelle olosuhdeselvityksen. Asianajajien yhteystietoja on löydettävissä internetistä. Nurmeksen oikeusaputoimistoon saat yhteyden soittamalla numeroon 010 366 0980 tai 050 494 9166.



VAIHTOEHTOJA VAPAA-AJAN VIETTOON

Lapseni haluaa harrastuksia –mitä mahdollisuuksia paikkakunnalla on?

Kulttuuri

Kulttuuripalvelut

- Tapahtumat, retket, matkat.
- Kädentaitopäivät ja -leirit.
- Koulujen ja päiväkotien kulttuurikasvatuksen tukeminen: konsertti- ja teatterivierailut, elokuvatoiminta.
- Järjestöjen, harrastajaryhmien sekä yksityisten toiminnan tukeminen: neuvonta, tilat.
- Kulttuurijärjestöjen ja –toimijoiden toiminta.

Lisätietoja voit kysyä kirjastosihteeriltä, puh. (013) 681 3218 tai MLL Valtimon paikallisyhdistyksestä, 050 329 6374.

Valtimon Kirjasto

Puh. (013) 681 3217.

Pielisen Karjalan musiikkiopisto

Musiikkileikkikoulu ja soitonopetus.

Puh. (013) 681 3279 tai 044 781 3286.

Ylä-Karjalan Kansalaisopisto

Normaali kurssitarjonta.

Puh. 040 482 1167 ja 040 801 0872.



Liikunta

Liikuntapalvelut

- Sisä- ja ulkoliikuntapaikat.
- Koululaisten liikuntapäivät.
- Tapahtumat, kilpailut, kurssit.
- Järjestöjen ja harrastajaryhmien tukeminen: neuvonta, tilat.
- Yhteistyö muun muassa kylien kanssa (lähiliikuntapaikat).

Lisätietoja: puh. (013) 681 3218.

Urheilu- ja liikuntaseurat Valtimolla

Liikuntakerhot, tapahtumat, urheiluseuratoiminta

Lisätietoja: Valtimon Vasama (013) 450 079 (klo 14-20).

Muu vapaa-ajan toiminta

Nuorisotyö

Vapaa-aikatoiminta ja harrastukset:

- Avoin nuorisotilatoiminta/muu nuorisotoiminta.
- Nuorisotyöntekijän osallistuminen koulun vanhempainiltoihin, yhteistyö vanhempainyhdistysten/ järjestöjen/kylätoimikuntien sekä muiden toimijoiden kanssa.
- Yhteistyö tukioppilas/oppilaskuntatoiminnan kanssa: tiedottaminen nuorisotoiminnasta, retket, tapahtumat.
- Kulttuurinen nuorisotyö; lasten- ja nuorten tanssiopetus, kulttuuritapahtumat ja tilaisuudet kouluilla ja nuorisotiloissa (konsertit, elokuvat, teatteri jne.), näyttelytoiminta.
- Nuorisotiedotus- ja neuvonta.
- Leirit, retket, tapahtumat.
- Kansainvälinen toiminta:
- Välineläinaus.

Lisätietoja voit kysyä: kirjastosihteeri (013) 6813218 tai 4H-toiminnanjohtaja 050 017 0887. Katso myös www.infoanuorille.com

Muut Järjestöt ja yhteisöt Valtimolla

- Valtimon 4H-yhdistys ry:
 - Kerhot, kurssit, leirit, retket, toimintapäivät lapsille ja nuorille.
 - Nuorten yritystoimintaa.
 - Työpalvelutoimintaa.
 - Kilpailutoimintaa.
 - Kouluyhteistyö (teemakurssit).
- Kyläyhdistykset ja -toimikunnat
- Metsästysseurat
- Martat
- Vapaapalokunta: Palokuntanuorten toiminta
- Valtimon harrastajateatteri

Lisätietoja voit kysyä: (013) 681 3218.

Valtimon seurakunnan varhaisnuoriso- ja nuorisotyö järjestää monipuolista toimintaa lapsille ja nuorille. Lisätietoja puh. 050 3701227 ja 050 3269368.

- Tyttöjen ja poikien kerhot
- Leirit, retket ja tapahtumat
- Saluuna
- Rippikoulu
- Isostoiminta
- Kerhonohjaajatoiminta ja –koulutus
- Kouluyhteistyö:
 - päivänavaukset
 - koulukirkot
 - kouluvierailut
- www.waluuna.net



AUTTAVIA PUHELIMIA JA NETTIPALVELUJA

LAPSET JA NUORET

LASTEN JA NUORTEN PUHELIN (Mannerheimin lastensuojeluliitto)

0800-120 400 (maksuton) ma-pe klo 14-20, la-su klo 17-20

-lasten ja nuorten netti. Palvelu on tarkoitettu kaikille alle 20-vuotiaille. Voit kirjoittaa meille itsellesi tärkeistä asioista luottamuksellisesti.

www.mll.fi/nuortennetti

NUORTEN AVOIMET OVET (NAO)

Nuorille suunnattu seksuaaliterveyden palvelumuoto.

09 644 066

Puhelinneuvonta ma-to 13-15

Neuvontapuhelimeen voi soittaa saadakseen apua, neuvoja ja tietoa seksuaalisuudesta tai seksuaaliterveydestä. Myös vanhemmat voivat soittaa ja kysyä lapsiinsa liittyvistä tilanteista ja ongelmista.

-nettipalvelu www.seksuaaliterveys.org Nuoret-osio on tarkoitettu alle 18-vuotiaille nuorille. www.vaestoliitto.fi

NUORTEN KRIISIPISTE

Kriisipuhelin 12-29 -vuotiaille

(09) 25282740 ti -to klo 9:00 – 13:00

NYYTI RY

Tukea opiskelijoille.

(09) 6840 6660

www.nyyti.fi

POIKIEN PUHELIN

0800 94 884

joka arkipäivä klo 13-18

Pojat ja nuoret miehet voivat jakaa huoliaan ja kysyä mm. seuraavista aiheista:

-kaverit

-kiusaaminen

-seksuaalisuus ja seksi

-ongelmat kotona

-yksinäisyys

-aikuistuminen

www.poikienpuhelin.fi

HELPPIMESTA

www.helppimesta.fi

Tieto- ja tukipalvelu nuorille.

PERHE JA PARISUHDE

KÄPY Kätkyt- ja lapsikuolemaperheiden yhdistys ry

Auttava puhelin ma ja to klo 8.30-11.30

0800-959 59

Sähköposti toimisto@kapy.fi

www.kapy.fi

LAPSETTOMIEN YHDISTYS SIMPUKKA RY

puhelinpäivystys **0400 490 013** to klo 18-21

Yhdistyksen vapaaehtoiset, koulutetut jäsenet auttavat toisia lapsettomia puhelinpäivystyksen avulla. Päivystäjälle voit purkaa tuntojasi ja saada tietoa lapsettomuuteen ja yhdistykseen liittyvistä asioista. Halutessasi voit soittaa nimettömästi.

LYÖMÄTÖN LINJA

Perheväkivallasta irti haluaville miehille.

09 612 66212 (Päiväsaikaan joustavasti)

Miessakki ry

www.lyomatonlinja.fi

MLL VANHEMPAINPUHELIN JA -NETTI

0600 122 77 (0,08e/min plus pvm)

Ti klo 10-13 ja 17-20, to klo 14-20, su klo 17-20

Vanhemmuuden tukemiseen tarkoitettu Internet-palvelu vanhempainnetti:

<http://vanhemmat.mll.fi>

www.mll.fi

NEUVOLAPUHELIN

0600 16 388

Ma-pe klo 18-21.30, su klo 16-20

Tukea pienten lasten vanhemmille. Terveystieteiden ja lastenhoidon ammattilaiset vastaavat puheluihin, voit kysyä lastesi hyvinvointiin ja kasvatukseen liittyvistä asioista.

MURKUN KANSSA

Väestöliiton nettipalvelu murrosikäisten vanhemmille www.murkunkanssa.fi

NAISTEN LINJA

tuki- ja neuvontapuhelin väkivaltaa tai sen uhkaa kokeville naisille ja tytöille sekä heidän läheisilleen

0800 02400

Naisten Linjassa toimii myös sähköposti- palvelu. Puhelimeen ja viesteihin vastaavat koulutetut vapaaehtoiset naiset luottamuksellisesti.

Älä jää yksin vaikeaan tilanteeseen vaan ota meihin yhteyttä.

- suomeksi ma-pe klo 16-20
- ruotsiksi ke klo 16-20
- venäjäksi ma klo 16-20
- englanniksi pe klo 16-20

Sähköposti: toimisto@naistenlinja.com

Kotisivut: www.naistenlinja.com

SEKSUAALIKYSYMYSTEN PUHELINNEUVONTA

Sexpo-säätiö

09 6866 4556 Ma klo 14-18, ti-pe klo 11-14

Voit kysyä asioista, jotka liittyvät seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen

SETA ry:n puhelinpäivystys

(09) 681 258 55

to ja su klo 18-21

VELKALINJA

Maksutonta puhelinneuvontaa ylivelkaantuneille.

0800 9 8009

Ma-pe klo 10-14

Takuu-säätiö.

ÄIMÄ ry

Äidit irti synnytysmasennuksesta ry

Puhelinpalvelu/vertaistuki

040 746 7424

Tarjoaa vertaistukea ja tietoa synnytyksen jälkeisestä masennuksesta kärsiville äideille ja heidän läheisilleen.

www.aima.fi

TERVEYS

SEKSUAALITERVEYSKLINIKAN NETTIPALVELU

www.seksuaaliterveys.org

Oikeaa ja asiallista tietoa sekä ohjausta seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa ja seksuaaliterveyden ylläpitämiseen. Omat osiot miehille, naisille ja murrosikäisten vanhemmille.

VERKKOKLINIKKA

www.verkkoklinikka.fi

TERKKARI. NET

www.terkkari.net

AIDS-TUKIKESKUS

Aleksanterinkatu 33 a (2.krs), 33100 Tampere

020 746 5705

Valtakunnallinen neuvontapuhelin. Työntekijän kanssa voit keskustella luottamuksellisesti hivistä ja aidsista kun tarvitset tukea, ohjausta tai neuvontaa. Tästä numerosta voi myös varata ajan maksuttomaan ja nimettömään hiv-testiin kaikkiin Aids-tukikeskuksen toimipisteisiin.

SUOMEN DIABETESLIITTO

Diabeteskeskuksen neuvontapuhelin

03 286 0111 Ma-pe klo 8-15.30

Neuvontapuhelimessa diabeteshoitaja vastaa kaikkiin diabeteksen hoitoa koskeviin

kysymyksiin. Palvelu on tarkoitettu diabeetikoille, omaisille ja hoitohenkilökunnalle.

SUOMEN EPILEPSIALIITTO

Epilepsianeuvontaa puhelimitse ma 9-16, ti-pe 8.30-15.30

09 350 8230

SUOMEN REUMALIITTO

Vertaistukea ja neuvontaa fibromyalgiaa sekä reuma- ja muita tuki- ja liikuntaelinsairauksia sairastaville. Päivystäjinä toimivat itse reumasairauksia jo pidempään sairastaneet, koulutuksen saaneet vapaaehtoiset.

- Reumapuhelin **0800 188 537** Maanantaisin klo 17.15-20

- Fibromyalgia-puhelin **0800 188 537** Torstaisin klo 17.15-20

SYÖMISHÄIRIÖLIITTO

02 251 9207 Ma, to 9-15.

SYÖPÄYHTEYS

Syöpäjärjestöjen valtakunnallinen neuvontapalvelu **0800 19414**

Päivystys maanantaisin klo 10-14 ja 16-18 sekä tiistaista perjantaihin klo 10-14. Puhelimeen vastaavat erikoissairaanhoitajat. www.cancer.fi

VALTAKUNNALLINEN HIV-NEUVONTAPUHELIN

0203 27 000

Puhelimesta päivystävät koulutetut vapaaehtoiset, joista valtaosa on terveydenhuollon ammattilaisia. Puhelimitse on mahdollisuus saada henkilökohtainen tukihenkilö. Ma-to klo 17-20
(lankapuhelin 0,08€/puhelu+0,02€/min, matkapuhelin 0,8€/puhelu + 0,12€/min)

VAMMAISPALVELU

0200 1234 ma klo 13-17, ti klo 10-16, ke-to klo 13-16

Invalidiliitto neuvoo vammaisuuteen ja vammaispalveluihin liittyvissä kysymyksissä. www.invalidiliitto.fi

ALKOHOLI, HUUMEET JA RIIPPUVUUDET

AA AUTTAVA PUHELIN

040 848 4000

Apua alkoholiongelmiin. Voit soittaa nimettömänä joka ilta

ELÄMÄ ON PARASTA HUUMETTA

0800 900 45

Ilmainen neuvontapuhelin (24 h) huumeiden käyttäjille ja omaisille. Puhelimeen vastaavat huumetyön ammattilaiset.
Nettineuvonta: www.eoph.fi/nettineuvonta

IRTI HUUMEISTA

010 504 550

Valtakunnallinen auttava puhelin, Soittoaika **ma-pe 9-15 ja 18-21**.

NEUVONTAPUHELIN HUUMEISTA

0800 900 45

Asiaa huumeista ja apua käyttäjille 24 h

PELUURI

Auttava puhelin **ark. klo 12-18**

0800 100 101 (maksuton)

Peluuri on valtakunnallinen puhelinpalvelu peliongelmaisille ja heidän läheisilleen. Tietoa ja tukea kaikessa peliongelmiin liittyvissä asioissa.
www.peluuri.fi

MIELENTERVEYS JA KRIISIT

NARSISTIEN UHRIEN TUKI RY

040 520 5085 (Yhdistyksen toimiston puhelinnumero)

Valtakunnallinen vertaistukipuhelin
Päivystysaika **ti-ke klo 10.00-12.00.**

PALVELEVA PUHELIN

10 071

Keskusteluapua joka ilta klo 20-23
EV.LUT. SEURAKUNNAT

SUOMEN DELFINS RY

Valtakunnallinen etu- ja tukijärjestö lapsena seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneille, heidän läheisilleen ja ammattiauttajille.

050 583 5000

Päivystys **arkisin klo 10-14**

Sähköposti info@suomendelfinsry.inet.fi

www.kolumbus.fi/jyrki.vartiainen/suomendelfinsry.htm

SURUNAUHA – ITSEMURHAN TEHNEIDEN LÄHEISET RY

Vertaistukipuhelin **09 440 054**

Ma klo 18-20, su klo 18-20

TIETOPALVELU PROPELLI MIELENTERVEYDEN KUNTOUTUMISESTA

kuntoutusneuvojat **0203 91920** ma, ti ja to 9-14, ke 9-16

vertaisneuvojat **0203 91920** pe 10-15

oikeusneuvonta **(09) 565 77 327** ti 9-12 ja to 12-16

sosiaalneuvonta **(09) 565 77 328** ma-to 9-12

käyntipisteet Helsingissä, Turussa ja Kuopiossa

VALTAKUNNALLINEN KRIISIPUHELIN

Suomen mielenterveysseuran sos-keskus

0203-445566

ti-la 15-06, su-ma 15-22

Kriisipuhelin tarjoaa apua erilaisissa äkillisissä elämänkriiseissä tukemalla avuntarvitsijaa ja kartoittamalla tilannetta.

katso www.mielenterveysseura.fi, www.sos-keskus.fi

KRIISIKESKUS NETISSÄ

www.tukinet.net

RIKOKSET

HENKIRIKOKSEN UHRIEN LÄHEISTEN VERTAISTUKIPUHELIN

050 576 3311

Vertaistukipuhelin päivystää **su ja ma klo 18 – 20**.

Muuna aikana puhelimen vastaajaan voi jättää viestin tai soittopyynnön, jolloin soittajaan otetaan myöhemmin yhteyttä. Puhelun hinta määräytyy soittajan puhelinliittymän maksuperusteiden mukaisesti. Henkirikoksen uhrien läheiset ry.

POLIISIN HÄTÄNUMERO

112

Puhelu ohjautuu aina lähimpään hälytys- tai hätäkeskukseen.

RAISKAUSKRIISIKESKUS TUKINAINEN

Maksutonta ammattiapua seksuaalisesta väkivallasta ja hyväksikäytöstä selviytymiseen

▪ Kriisipäivystys: **08 009 7899** (ma-pe klo 9-15, la-su klo 15-21, puhinä ja niiden aattona 15-21)

▪ Juristipäivystys: **08 0097895** (ma-to klo 14-17)

www.tukinainen.fi. Unioni, Naisasialiitto Suomessa ry

RIKOSUHRIPÄIVYSTYS

AUTTAVA PUHELIN **020 316 116**

Tukea ja neuvontaa rikoksen uhrille ja hänen läheisilleen

Päivystys ma-ti klo 13-21, ke-pe klo 17-21.

TODISTAJAN TUKIPUHELIN **020 316 118**

Tukea ja neuvontaa rikosasiassa todistajaksi haastetulle.

Tukipuhelin **ma-ke klo 17-19**

JURISTIN PUHELINNEUVONTA **020 316 117**

Neuvontaa rikoksen uhrin tai todistajaksi haastetun asiaan liittyvissä lakiasioissa. Neuvontaa ma-to klo 17-19.

Kotisivut: www.rikosuhripaivystys.fi, www.rikunet.fi

Valtimon perhepalveluopas on syntynyt Valtimolaisen lapsen ja nuoren hyvinvoinnin polun oheistuotoksena. Oppaan kokoamisessa on hyödynnetty Kiteen perhepalveluoppaan mallia sekä Valtimolaisen lapsen ja nuoren hyvinvoinnin polkua. Oppaan kokoamisesta vastaavaan työryhmään kuuluivat:

Grenfors Oili, sosiaalityöntekijä-lastenvalvoja
Härkin Anne, kunnanhallituksen edustaja
Konttinen Markus, Valtimon seurakunta, vs.kirkkoherra
Korkainen-Levy, Raisa, vs.kouluterveydenhoitaja
Kotilainen Heidi, Valtimon seurakunta
Kämäräinen Anne, Valtimon 4H-yhdistyksen toiminnanjohtaja
Kärkkäinen Tiina, yhtenäisen peruskoulun rehtori
Pesonen Arja, vapaa-aikatoimi, kirjastosihteeri
Pyykkönen Anne, hankekoordinaattori/P-K:n kansanterveyden keskus
Levy, Marja-Liisa, luottamushenkilö
Moilanen Sirpa, hyvinvointikoordinaattori/P-K:n kansanterveyden keskus
Roininen Matti, Pohjois-Karjalan poliisi
Valjus Sanna, vs.päiväkodin johtaja



Perhepalveluoppaan sekä Lapsen ja nuoren hyvinvoinnin polun taustalla on sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskuksen hanke Kouluikäisen hyvinvoinnin polku terveyden edistäjänä (2007-2009),

