

# Apua odottaville ja vauvaperheille

## Vauvaperheiden chat

Chat auttaa nimettömästi ja nopeasti arkisin. Tietoa ja tukea kaikille vauvaperheille.



Kaikille vauvaperheille

## Vauvaperheohjaus

Matalan kynnyksen tukea perheen unipulmiin sekä vauva-arjen ja jaksamisen haasteisiin. Ammattilaisen voi tavata, hänelle voi soittaa tai tapaamisen voi sopia kotiin.

## Vauvaperheiden kohtaamispaikat

Paikkakunnasta vaihdellen odottajien ja vauvan vanhempien ryhmiä tai avoimia kohtaamispaikkoja vauva- ja pikkulapsiperheille.

Toiminta voi olla esimerkiksi vapaata seurustelua tai ohjattuja tuokioita lapsille ja vanhemmille.



## Vauvaperheryhmä

Tiivis ryhmä odottaville ja vauvan tai taaperon vanhemmille. Ryhmä tapaa viikoittain 2-3 kertaa. Ammattilaisen ohjaamana löydetään yhdessä voimavaroja ja iloa vanhemmuuteen ja vauvan kanssa olemiseen sekä rytmiä arkeen.

Kun tarvitaan tiiviimpää tukea



## Vapaaehtois-doulatoiminta

Koulutettu vapaaehtoinen on odotuksessa ja synnytyksessä erityistä tukea tarvitsevan perheen tukena.

## Ensikoti

Ympäri vuorokautista tukea odottaville ja vauvaperheille silloin, kun perheessä on esimerkiksi mielenterveyden pulmia tai kriisiytynyt elämäntilanne.

Yhdistykset, palvelut ja chat: [www.vauvaperhe.fi](http://www.vauvaperhe.fi)

ENSI- JA  
TURVAKOTIEN  
LIITTO

