

Oma
Häme

Perhevalmennus ja teemaillat Oma Hämeessä 2025

13.3.2025

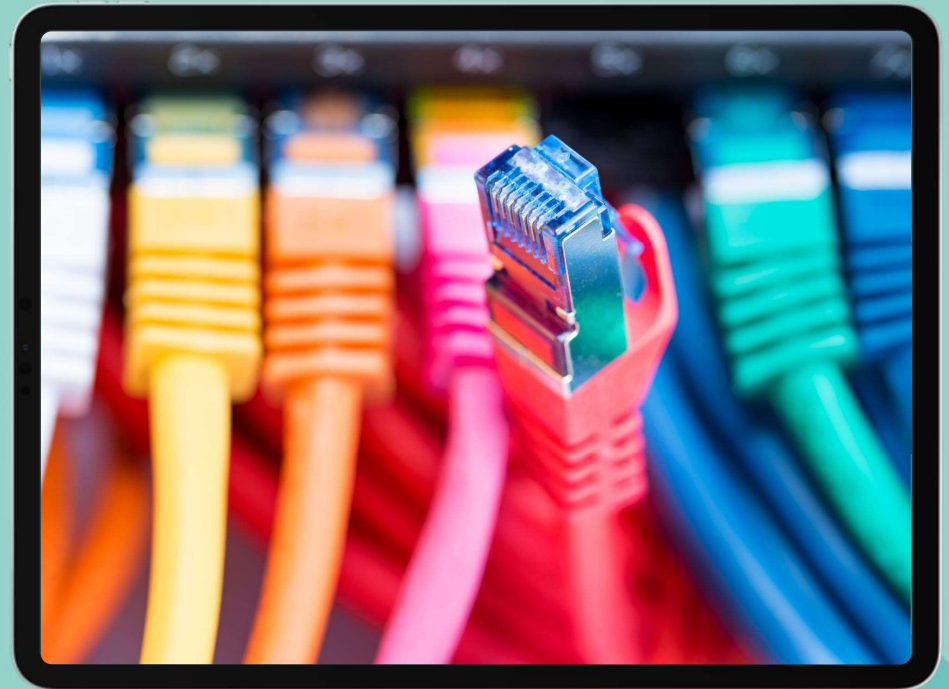
Tea Hansson

Kanta-Hämeen hyvinvointialue

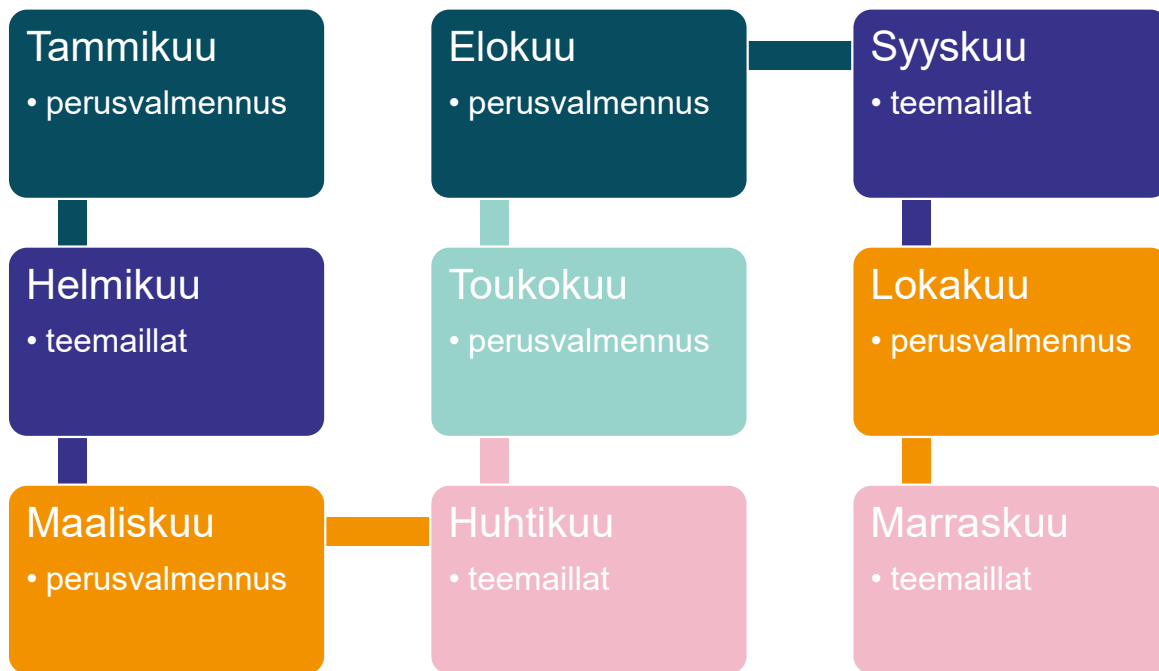


Miten rakennettiin

- Monialaisesti yhdessä suunnitellen
 - Säännölliset kokoontumiset 4/24 lähtien
 - Oma tiimi: Perhevalmennus uudistuu, pienryhmät / aihe
 - Työskentely alustalla, julkaisut ja keskustelut
- Jokaisen aiheen pienryhmä vastaa omasta toteutuskerrastaan ja sen sisällöstä
- Digitaalisesti
 - Tavoitteena saavuttaa yhdenvertaisesti kaikki perheet Oma Hämeen alueella
 - Perhevalmennuksen jatkokehitysajatuksena alueellisesti mahdollisuus jatkaa liveryhmätoimintaa Vahvuutta vanhemmuuteen tai Hoivaa ja leiki menetelmillä Sote-työparityöskentelynä



Vuosikello



Flowmedik etäryhmäalustana

Alueen chat-palvelua tarjoavan Flowmedikin eKonsultaatio tarjoaa turvallisen alustan etäryhmien pitämiseen

Ryhmän voi järjestää anonyymisti tai vaatia asiakasta tunnistautumaan etäryhmän aluksi (suomi.fi). Kirjautumalla saadaan luotettavasti vahvistettua asiakkaan osallistuminen

Perhevalmennukseen ja teemailtoihin vaaditaan tunnistautuminen

Alustassa chat-kenttä ja reaktionappi, ei mahdollisuutta pyytää puheenvuoroa 😊

Etäryhmät löytyvät Oma Hämeen sivuilta, osallistumaan pääsee myös Oma Häme mobiiliin kautta

Osallistujilta kerätään palautteet jokaisen kerran jälkeen ja osallistujamääriä seurataan

Pyrimme
kokoontumisissa
vuorovaikutteisuuteen,
mutta emme edellytä
sitä

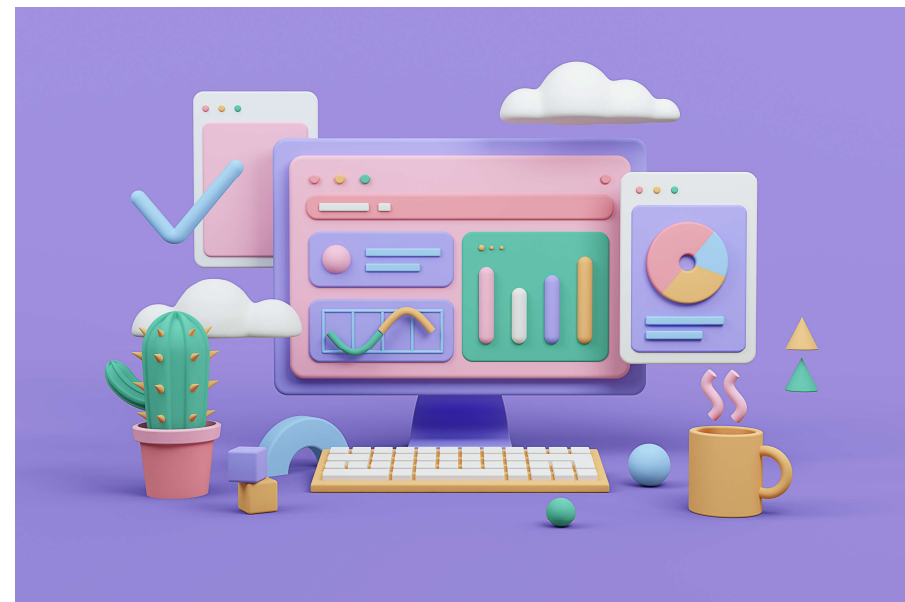
Emme rajoita
osallistujamääriä

Ei tarvitse ilmoittautua
ennakkoon

Voi osallistua kaikkiin
kertoihin tai vain
joihinkin kiinnostuksen
mukaan

Vaaditaan
kirjautuminen

Tilastoidaan
ryhmätilastointina LC:n



Työryhmä

- Teams-alustalla 43 jäsentä
 - Aktiiviset käyttäjät 28
 - Muut johtajia, perhekeskusasiantuntija, RRP-hankkeen edustajia
- Aiheiden mukaiset pienryhmät 2-4 henkilöä
 - Osa mukana useammassa pienryhmässä
- Monialaisuus
 - Terveystoimittajia, sosiaaliohjaajia, psykologi, nepsyvalmentaja, perhetyöntekijöitä, esh kättilö, lähisuhdeväkivaltatyön asiantuntijoita, perheterapeutti, suuhygienisti, toiminta-, puhe,- ja fysioterapeutit, seksuaalineuvoja



Perhevalmennus

Seksuaalisuus odotusaikana ja synnytyksen jälkeen (terveydenhoitaja + seksuaalineuvoja)

Parisuhde ja vanhemmuus (perhett + terveydenhoitaja + perheterapeutti)

Isäksi ja toiseksi vanhemmaksi (sosiaaliohjaajat + terveydenhoitaja)

Kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus (psykologi + perhett)

Turvallisen arjen tunnetaidot (läheisväkivaltatyön asiantuntijat + terveydenhoitaja)

Synnytys (kätilö esh + terveydenhoitajat)

Raskaudesta ja synnytyksestä palautuminen (terveydenhoitaja + fysioterapeutti)

Vauvan hoito ja imetys (terveydenhoitajat + suuhygienisti)

Teemaillat

- Kaikille lapsiperheille ja vaikka isovanhemmillekin eri ammattilaisten tuottamia teemailtoja
- Teemailtoja tarjotaan vaihtelevin aihein ja esimerkiksi ilmiöihin liittyen
- Voi halutessaan osallistua jo raskausaikanaikin tai aina sen mukaan, mikä aihe perheelle on ajankohtainen.
- Tarjonta on tarkoitus pitää vaihtelevana ja elävänä: mikä ei vedä väkeä, lopetetaan ja kokeillaan jotain toista aihetta
 - Suunnitteilla asiakaskysely
- Eivät ole sidottuja aikatauluihin eivätkä järjestykseen



Perhevalmennusnäköymä Oma Hämeen sivuilla

- Tervetuloa Oma Hämeen etäyhteyksin toteutettavaan perhevalmennukseen. Valmennus on tarkoitettu kaikille lasta odottaville vanhemmille. Se koostuu kahdeksasta eri teemasta, jotka ovat:
- Ti 4.3 klo 17-18.30 **Seksuaalisuus odotusaikana ja synnytyksen jälkeen** [Liity tästä ryhmään](#)
- Ke 12.3 klo 17-18.30 **Parisuhde ja vanhemmuus** [Liity tästä ryhmään](#)
- Ti 18.3 klo 17-18.30 **Isäksi ja toiseksi vanhemmaksi** [Liity tästä ryhmään](#)
- Ti 25.3 klo 17-18.30 **Kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus** [Liity tästä ryhmään](#)
- Ti 1.4 klo 17-19.00 **Turvallisen arjen tunnetaidot** [Liity tästä ryhmään](#)
- **Synnytys**
- Ma 14.4 klo 17-18.30 **Raskaudesta ja synnytyksestä palautuminen** [Liity tästä ryhmään](#)
- Ke 23.4 klo 17-19.00 **Vauvan hoito ja imetys** [Liity tästä ryhmään](#)
- Perhevalmennus antaa vanhemmille tietoa ja ajateltavaa uudessa elämäntilanteessa ja auttaa valmistautumaan muutokseen, jonka uusi perheenjäsen tuo mukanaan.

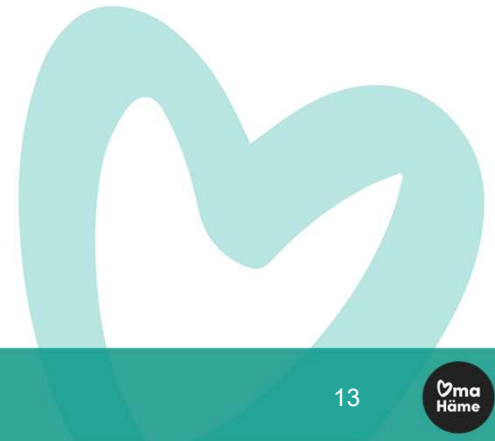
Teemaitanäkymä Oma Hämeen sivuilla

Lapsiperheiden teemaillat keväällä 2025:

- To 27.3 klo 17-18.30 Kaksivuotiaan lapsen kielen kehityksen tukeminen [Liity tästä ryhmään \(puheterapeutit\)](#)
- Ke 2.4 klo 17-17.45 3-5- vuotiaan lapsen leikin kehityksen tukeminen [Liity tästä ryhmään \(toimintaterapeutit\)](#)
- Ma 14.4 klo 17-18 Tahtoikäisen lapsen kanssa toimiminen: itsesäätely, tunnetaidot ja vanhemman voimavarat [Liity tästä ryhmään \(perhetyöntekijä + perheterapeutti + nepsyvalmentaja\)](#)

Markkinointi

- Suoraan asiakkaalle erityisesti neuvoloissa, mutta myös muissa lapsiperheille tarkoitetuissa toiminnoissa
 - Perhevalmennusta aletaan markkinoida viimeistään rv 16, jotta kaikkiin ehtii osallistua ennen synnytystä
- Oma Häme uutinen
- Sosiaalinen media
 - Nostetaan mediaan aina ennen uuden peruspaketin alkamista
- Käytetään omia kanavia, markkinointibudjettia ei ole



Osallistu perhe- valmennuksen etäryhmään!



Valmennus on tarkoitettu
kaikille lasta odottaville
vanhemmille.

Valmennus alkaa
ti 4.3.2025.
Lue lisää ja liity
ryhmiin osoitteessa
omahame.fi/etaryhmat.



Osallistu lapsiperheille tarkoitettuihin teemailtoihin!

Teemailtoja on tarjolla vaihtelevin aihein ja eri ammattilaisten tuottamina. Teemaillat on tarkoitettu kaikille neuvolaikäisten lasten perheille.

Teemailtojen aikataulut ja liittymislinkit löydät osoitteesta omahame.fi/etaryhmat.





Kiitos

