

LAPSEMME



ÄÄNESTÄ
perheiden
parhaaksi

Millainen
pyörä
lapselle?

Opettele
hassuttelemaan
ARJESSA

Aivotutkijan digivinkit kotiin

JÄRJESTÄ NYT HAUSKAT JA OPETTAVAISET LEIKKIEN-KUTSUT!



Kutsujen järjestäjälle lisälahja

Leikkien-kutsujen järjestäjänä saat MLL-jäsenetuna lisälahjan! Varaa nyt kutsut omalta Leikkien-edustajalta tai osoitteesta www.leikkien.fi, kutsut@leikkien.fi, puh. 045 123 3450.

Verkkokaupasta ja Outlet-myymälästä -10 %

Leikkien.fi-verkkokaupasta saat MLL-jäsenedun lisäämällä ostoskorin kampanjakoodi-kohtaan "MLLjäsenille" sekä ilmoittamalla tilauksen kommentissa oman jäsennumerosi. Tampereella sijaitsevasta Leikkien Outlet -myymälästä saat edun esittämällä jäsenkorttisi. Etu koskee normaalihintaisia tuotteita.

**MLL-
JÄSENEDET!**

Sisältö

- 3 Pääkirjoitus
- 4 Liitossa tapahtuu
- 8 Digiä viisaasti
- 15 Puheenjohtajalta
- 16 Huumori kantaa
Miten teidän perheessä hullutellaan?
- 20 Huittisten hullu idea
Kunta kuunteli lapsia uudistaessaan kouluverkkoa
- 24 Kerhon ohjaaja pitää kynnyksen matalalla
- 26 Pyörät pyörimään!
Pyöräilykausi hämmöttää
- 28 Obligatory tähyää latvaan asti
- 32 Nyt tarvitaan tekoja lasten hyväksi
MLL:n eduskuntavaali-ohjelmassa on konkreettisia ehdotuksia
- 33 Lasten asialla
- 36 Poimitut
- 40 Jäsensivut
- 42 Kurkkaa nettiin

Kuuntele ja kiinnostu

Nautin aamukahvini usein radion seurassa. Eräänä aamuna lastenkirjailija ja koodauslähettiläs Linda Liukas puhui teinitytöistä. Oma sisäinen teinityttöni herkistyi ja jäi kuuntelemaan.

Parhaat asiat urallani ovat peräisin teinityttöydestä, tämä kolumnisti julisti. Teinityttö Lindan esikuvat olivat kirjailijoita ja vaikuttajanaisia, joiden esimerkki rohkaisi uskomaan unelmiin ja arvostamaan omaa itseään. Innostus roolipeleihin avasi tietä tietokoneiden ja koodauksen maailmaan ja herätti kiinnostuksen tekniikkaan.

Teinityttöydestä ja siihen liittyvistä ilmiöistä puhutaan liian usein hymähtäen ja vähätellen, Linda Liukas muistuttaa ja kannustaa tyttöjä kuuntelemaan sisintään. Se onkin tärkeä viesti. Teinityttöydessä ei ole mitään anteeksi pyydetävää eikä vähäteltävää.

Teiniyttä pitää myös suojella. Teineillä on oikeus leikkiä ja pelata, provosoida ja koetella. Heillä on myös oikeus luottaa siihen, että aikuiset tukevat heitä, kuuntelevat ja tarpeen vaatiessa myös suojelevat.

Sosiaalinen media on kuin mikä tahansa ympäristö, se on kehittävä ja virkistävä, mutta se on myös koukuttava ja siellä on uhkia, jotka pitää tunnistaa. Vanhempien myönteinen kiinnostus nuoren elämään on lähtökohta, mutta paljon muutakin tarvitaan.

Sosiaalisen median kielteisiä ilmiöitä, kuten houkuttelua ja häirintää, pitää käsitellä myös kouluissa. Suomi on sitoutunut kansainvälisiin sopimuksiin, jotka edellyttävät lasten hyväksikäytön suunnitelmallista ennaltaehkäisyä ja tehokasta valvontaa. Siksi tarvitaan yhteiskunnallisia resursseja luomaan entistä turvallisempaa arkea kaikille lapsille ja nuorille. Myös niille, joiden kotona ei ole jaksavaa ja turvallista aikuista opastamassa.



Milla Kalliomaa

Milla Kalliomaa, päätoimittaja



Painotuotteet
4041-0619



PEFC-sertifioitu
Tämän painotuotteen
käsittely puu on
perustun kestävään
puuhoidon menetelmään
ja vahvistaa
kohenteita
www.pefc.fi

Päätoimittaja Milla Kalliomaa • **Toimituspäällikkö** Maria Gnossopelius • **Toimitussihteeri** Kaarina Kokkonen • **Ulkoasu ja taitto** Nina Räisänen • **Kansikuva** Tomi Nuotsalo • **Toimitusneuvosto** Anu Mustonen (pj.), Jaana Kaartinen, Eva Kuntsi, Petra Vesuri, Anne Vola • **Toimituksen osoite** PL 141, 00531 Helsinki, p. 075 324 5579, lapsemme@mll.fi • **Tilaukset ja osoitteen muutokset** www.mll.fi/lapsemme, p. 075 324 5482. • Vuosikerta 25 euroa. Jäsenillä lehti sisältyy jäsenmaksuun. • **Ilmoitukset** Bouser Oy, Vattuniemenranta 2, 00210 Helsinki, Jukka Tiainen, p. 0400 444 435, jukka.tiainen@bouser.fi, Jouni Kohonen, p. 040 500 9929, jouni.kohonen@bouser.fi • **Ilmoitusaineistot** lapsemme@bouser.fi • Lapsemme 2/2019 ilmestyy 10.5.2019 • **Kustantaja** Mannerheimin Lastensuojeluliitto. ISSN-L 0358-7908, ISSN 0358-7908, ISSN 2323-4946 • **Lapsemme-lehti ilmestyy** 4 kertaa vuodessa, 51. vuosikerta.



KUVA ANNA AUTIO

Tervetuloa perhekahvilaan!

Perhekahviloiden kevätkausi on täydessä vauhdissa, mutta mukaan uusia kävijöitä. Tutustu toimintaa ja katso uudet perhekahvilavideot MLL:n Youtube-kanavalta: www.youtube.com/mlisuomi



KUVA KEKSI AGENCY

MLL täyttää ensi vuonna **100 vuotta** ja syntymäpäivälahjaksi toivomme, että meitä lasten oikeuksien puolustajia olisi mahdollisimman monta. Kutsu ystävä, lapsen kummi, mummi, oma puoliso tai hyvä ystävä jäseneksi joukkoomme. Pienten puolelle tarvitaan iso joukko.

Kiitos Linnanmäellä kävijöille

Linnanmäen huvipuisto keräsi viime vuonna lastensuojelutyöhön 4,5 miljoonaa euroa. Summa lahjoitettiin kuudelle huvipuiston perustajajärjestölle, joista MLL on yksi.

Tutkimussäätiö jakoi apurahat

Mannerheimin Lastensuojeluliiton tutkimussäätiö myönsi vuodeksi 2019 yhteensä 75 000 euroa seuraaviin tutkimuksiin:

TtM, Aino Botha:
Itkuinen vauva, äitien tyytyväisyys vanhemmuuteen ja vauvanhoitovalmiudet lapsen ensimmäisen puolen vuoden aikana: Vauvan rauhoitteluintervention arviointi

PsM, Suvi Holm:
Digitaalisten pelien pelaajaryhmät: muutokset pelimieltymyksissä, tunnekokemuksissa ja kognitiivisissa taidoissa

PsM, Sanna Isosävi:
Raskaus ja vauva-aika suuren riskin perheessä: äidin traumakokemusten, mielikuvien ja mielenterveyden rooli ylisukupolvisen haavoittuvuuden välittäjinä

TtM, Heli Kerimaa:
Mobiilisovellus-intervention vaikutavuus leikki-ikäisten lasten pelkoon ja kipuun sekä vanhempien ahdistukseen ja stressiin päiväkirurgiasa

KM, Virve Keränen:
Kosketuksia päiväkodin arjessa

KM, Nina Mellenius:
Mentalisaatio lapsen kehitystä suojaavana tekijänä siirtymävaiheessa kotihoidosta päivähoitoon

PsM, Patrizia Pezzoli:
Child Maltreatment in Finland: Types and Sequelae

Master of Arts, Oona Piipponen:
Lasten kulttuurienvälisiä kohtaamisia satukirjeenvaihdon kautta.

Apua seksuaaliseen häirintään ja väkivaltaan

MLL:n Nuortennetissä kerrotaan, mitä seksuaalinen häirintä ja väkivalta on, miten tilanteesta voi selvitä ja mistä saa apua. Sivustoa voi käyttää apuna aiheen käsittelyyn niin kotona kuin koulussakin.

www.nuortennetti.fi/apua-ja-tukea



Kalenteriin!

Leikin oma teemaviikko huipentuu Valtakunnalliseen Leikkipäivään **11.5.** Leiki, laula, loruille tapahtumissa eri puolilla Suomea tai järjestä tapahtuma.

Lisätietoa: leikkipäivä.fi

Vapaaehtoiset tukimaksut

MLL:n jäsenillä on jäsenmaksun yhteydessä tilaisuus tukea liiton työtä vapaaehtoisilla tukimaksuilla. 5 euron suuruinen tukimaksu ohjataan liiton kehitysyhteistyöhön Malawisissa. Toisena mahdollisuutena on tukea haluamallaan summalla Lasten ja nuorten puhelinta.



Uudet julkaisut

Nuori ja media- sekä *Lapsi ja media* – 7 vinkkiä digiajan kasvattajalle -esitteet kertovat lasten ja nuorten mediakulttuurista ja digihyvinvoinnista ja siitä, kuinka kotona voidaan opastaa lasta turvalliseen ja vastuulliseen mediankäyttöön.

Koulujen tukioppilastoimintaan ja oppitunneille suunnattu *Mediakasvatus*-koulutusmateriaali sisältää tietoa ja harjoituksia, jotka auttavat pohtimaan kriittisesti omaa mediakäyttöä ja siihen liittyviä valintoja. Oppaan sisältöä ovat mm. tasapainoinen media-arki, kaveritaidot, vastuullinen julkaiseminen ja myönteinen keskustelu netissä.

Julkaisut löytyvät osoitteesta mll.fi/aineistokirjasto

Etsitkö ystävää?

Tiesitkö, että Vanhempainnetin keskustelupalstalla voit etsiä itsellesi juttuseuraa, lapselle kaveria tai vaikka koko perheelle ystäväperheen?

Uusia ystäviä voi hakea Etelä-, Keski-, Länsi-, Itä- ja Pohjois-Suomen alueelta. Ystäväpyynnöt tarkistetaan ennen niiden julkaisemista.

mll.fi/keskustelut



KUVA ANNA AUTIO

TEKSTI EVELIINA KUTILA KUVAT MLL:N LAUTTASAAREN YHDISTYS



Lauttasaaren kuvataideleiriläiset työstivät erilaisia materiaaleja. Leiriltä saa uusien kokemusten lisäksi kavereita.

uudestaan ja uudestaan, Taina Ylä-Lyly kertoo.

KYSYMÄLLÄ LÖYTY KUMPPANEITA

Sekä Lauttasaareissa että Juupajoella on huomattu, että hyvä yhteistyökumppani helpottaa leirien järjestämistä. Lauttasaaren materiaalihankintoihin saatiin esimerkiksi tukea MLL:n Uudenmaan piirin järjestöltä.

– Kannattaa kartoittaa, että kenen kanssa voisi tehdä yhteistyötä. Halukkaita löytyy, kun kysyy, Anna Matilainen sanoo.

Juupajoella tehdään tiivistä yhteistyötä kunnan kanssa. Taloudellisen avustuksen lisäksi iso apu on siitä, että kunnan toimistolla hoidetaan ilmoittautumisten vastaanotto ja leirikirjeet.

Ilman markkinointia perheet eivät tiedä leireistä, joten siihen kannattaa panostaa hyvissä ajoin, sillä kesäsuunnitelmia tehdään jo aikaisin keväällä. Lauttasaareissa ensimmäinen yritys järjestää leirejä kariutuikin osallistujapulaan. Juupajoella kunta auttaa myös leirien markkinoinnissa, sillä perheet saavat tiedon kunnan kokouksesta kesän harrastuskalenterista.

Leirien organisointiin kuuluu ohjelman ja tilojen lisäksi muutakin järjesteltävää. Anna Matilainen muistuttaa lupa-asoiden, turvallisuussuunnitelmien ja vastaavien hoitamisen, joihin kannattaa varata aikaa.

Kuulostaako monimutkaiselta? – Pohjimiltaan leirien järjestäminen vaatii vain innokkuutta ja kekseliäisyyttä, Taina Ylä-Lyly sanoo.

Lasten ilon lisäksi leireistä voi olla hyötyä yhdistyksen näkyvyyden kasvattamisessa, sillä ne ovat oiva keino tuoda muutakin toimintaa esille. Jäsenille edullisempi hinta voi puolestaan houkutella lasten vanhempi liittymään mukaan toimintaan.

Kysy mahdollisista kesäleireistä oman alueesi MLL-yhdistyksiltä.

www.mll.fi/yhdistyshaku

Lähdetään leirille

Monien lasten kesää piristävät MLL:n leirit, joiden valmistelut yhdistyksissä ovat jo hyvässä vauhdissa.

Helsingissä toimiva MLL:n Lauttasaaren yhdistys järjesti kesällä 2018 naismuistiin ensimmäiset lasten kesäleirit. Lauttasaareissa yhtenä toiminnan painopisteenä on taidekasvatus, joten luontevaa oli, että kahden ensimmäisen leirin teemana oli kuvataide.

Lauttasaareissa 1.–3.-luokkalaisten leireillä haluttiin tarjota lapsille mahdollisuus käyttää mielikuvitusta ja tutustuttaa lapset

erilaisiin ilmaisumuotoihin sekä saada mukavia kaverikokemuksia.

– Leireillä oli niin kivaa, että aika ihan hujautti. Lapset eivät olisi halunneet lähteä päivän päätteeksi kotiin ollenkaan. Saimmekin tosi hyvää palautetta sekä lapsilta että vanhemmilta, leireillä ohjaajana toiminut **Anna Matilainen** kertoo.

Lauttasaareissa lapset olivat leirillä maa-

nantaista perjantaihin joka päivä kello 10–14. Päivät täyttyivät erilaisiin materiaaleihin tutustumisesta ja niiden kanssa työskentelystä, draamaharjoituksista ja leikeistä sekä tietenkin evästäuosta. Perjantaina pidettiin päätösjuhla, johon sai kutsua vanhemmat tai muita läheisiä.

Kokemus kesäleireistä oli kaikin puolin niin hyvä, että yhdistyksessä on jo päätetty järjestää leirit myös tulevana kesänä. Järjestelyt alkoivat jo alkuvuodesta, sillä leirien onnistumisen kannalta hyvä etukäteisvalmistelu on tärkeää.

YLI 35 VUODEN KOKEMUKSELLA

Hämeessä toimivalla Juupajoen yhdistyksellä on jo yli 35 vuoden perinne leirien

järjestämisestä. Juupajoella on vakiintunut tavaksi järjestää kolme leiriä heti kesän alussa.

Pienimmät leiriläiset, 3–6-vuotiaat, viettävät neljä tuntia päivässä ohjatun toiminnan parissa ja palaavat yöksi koteihinsa. Vähän isommat, 6–9-vuotiaat, viettävät leirillä yhden yön, ja 9–14-vuotiaat ovat leirillä kaksi yötä. Vuosittain noin viitisenkymmentä lasta osallistuu leireille, mikä on hyvä osallistujamäärä muutaman tuhannen asukkaan kunnassa.

Järjestelyt sujuvat Juupajoella vuosikymmenten tuomalla rutiinilla. Osalle lapsista leirille osallistuminen kuuluu kesäperinteisiin.

– On leiriläisiä, jotka ovat aloittaneet

3-vuotiaana ja ovat mukana kaikilla leireillä niin pitkälle, kun saavat osallistua, hallitusaktiivi **Taina Ylä-Lyly** kertoo.

Leirien teema on vaihdellut vuosittain ohjaajien innostuksen mukaan. Teemoina on ollut muun muassa taide, vesi ja luonto. Leiripäivät alkavat lipun nostolla, jonka jälkeen päivä on täynnä ohjelmaa askartelusta leikkeihin. Päivän touhujen jälkeen yöleiriläiset käyvät vielä uimassa ja saunomassa ennen iltapalaa ja lipun laskua.

Leireistä vastaava valitaan tammikuussa hallituksen järjestäytymiskokouksesta ja hänen tehtävänsä on miettiä ohjelmaa ja huolehtia käytännön järjestelyistä.

– Leirien järjestämisessä on oma tunnelmansa ja siitä saa voimaa tehdä nämä aina

Viisaasti älylaitteilla



Älylaitteet tarjoavat lasten aivoille hyödyllisiä virikkeitä.

Huoli älylaitteiden haitallisuudesta on turha, jos lapsi nukkuu levollisesti, syö hyvin ja leikkii mielellään. Lapsi kuitenkin janoaa kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta, aivotutkija muistuttaa.

Lasten ja nuorten aivot ovat vasta kehittymässä, siksi ne ovat erityisen haavoittuvat. Mutta onko nykyisellä älylaitteiden aikakaudella vaikutuksia lapsiin ja nuoriin? Hamuavatko he jatkuvasti virikkeitä ja viihdettä niin, etteivät osaa rauhoittua? Tuleeko heistä keskittymiskyvyttömiä aikuisia, joiden on vaikea olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa?

Älylaitteiden vaikutus kehittyviin aivoihin mietityttää aivotutkija, psykologian tohtori **Mona Moisalaakin**. Hän on ollut mukana toimittamassa juuri ilmestynyttä kirjaa *Lapset, nuoret ja älylaitteet*.

Digiaika herättää paljon pelkoja, mutta tutkimustietoa sen vaikutuksista on vielä kovin vähän.

– Älylaitteet ovat olleet nykyisessä mitataavassa käytössä vasta 2010-luvulta. Tutkimuksia on kyllä tehty ja uusia on viireillä, mutta pidempiaikaisia tuloksia saadaan vielä odotella, Moisala toteaa.

– Älylaitteet ovat olleet nykyisessä mitataavassa käytössä vasta 2010-luvulta. Tutkimuksia on kyllä tehty ja uusia on viireillä, mutta pidempiaikaisia tuloksia saadaan vielä odotella, Moisala toteaa.

KÄYTTÄMINEN VAHVISTAA HERMOSOLUJA

Huoli erityisesti lasten ja nuorten aivoista ei ole tuulesta temmattu. Aivot kypsyvät pikkuhiljaa ja kehittyminen jatkuu lähes kolmekymmppiseksi asti.

– Lapsuudessa ja nuoruudessa aivot ovat muovautuvimmillaan. Silloin aivot ovat myös herkempiä ympäristön vaikutuksille kuin aikuisten aivot, Moisala muistuttaa.

Aivojen muovautuvuutta kutsutaan plastisiteetiksi. Aivot sopeutuvat ympä-



Kun lapsi keksii päivittäin muitakin tekemistä kuin kännykällä olemista, digilaitteiden käyttö on hallinnassa.

ristönsä, ne ovat jatkuvassa muutoksen tilassa. Tämä on myös edellytys uuden oppimiselle. Toistuva tekeminen ja harjoittelu luovat hermosolujen välille uusia yhteyksiä ja vahvistavat paljon käytettyjä hermosoluyhteyksiä.

Moisala vertaa hermosolujen vahvistumista metsäpolun muuttumiseen näkyvämmäksi, kun sitä kuljetaan ahkerasti edestakaisin. Siellä, missä ei kuljeta, polkua ei muodostu. Näin käy myös aivoissa, joissa turhiksi osoittautuneet hermosoluyhteydet surkastuvat.

Vaikka aivot muovautuvat voimakkaimmin lapsilla ja nuorilla, kehitys ei lakkaa

koskaan. Onneksi, sillä näin me aikuisetkin voimme oppia uutta koko elämän ajan.

PIKKULAPSILLE SELVÄT RAJAT

Viimeiseksi aivoissa kehittyvät etuotsalohkot, joita pidetään toiminnan kontrollikeskuksena. Ne vastaavat sellaisista tärkeistä ihmisenä olemisen perusasioista kuin itsesäätelystä ja keskittymiskyvystä. Ilman toimivia etuotsalohkoja olemme kuin vilkas lentokenttä ilman lennonjohtoa.

Hidas kehitys itsesäätelyssä vaikuttaa myös älylaitteiden käyttöön. Kännykkäpeli tai Youtube-video saattaa koukuttaa

lasta niin, että puhelinta on vaikea laskea käsistä.

Älylaitteiden käytön rajoittamisessa lapsi tarvitsee vanhemman tukea. Mutta kuinka?

– Pienillä lapsilla on syytä rajoittaa ruutuaikaa. Tässä vanhempi saa toimia itsevaltiaana, Moisala sanoo.

Alle 2-vuotiaille ruutuaika on tarpeellonta, 2–5-vuotiaille sopiva määrä voisi olla noin tunti päivässä. Satunnaisesta käytöstä esimerkiksi ruuhkabussissa Moisala ei ole huolissaan.

– Lyhytaikainen käyttö ei pilaa lasta. Mutta jos puhelimesta tai tabletista tulee lapsen ainoa rauhoittamiskeino, ollaan väärällä tiellä.

Selviä rajoja ruutuajalle on vaikea antaa. Sitä aivotutkijalta kysytään tasaisin ajoin, mutta valitettavasti asia pitää ratkoa jokaisen lapsen kohdalla erikseen.

– Selvää kuitenkin on, että mitä nuorempi lapsi on, sitä alttiimmat hänen ai-



vonsa ovat älylaitteiden vaikutuksille.

NUOREN KANSSA KESKUSTELLEN

Teinien kohdalla ruutuajan rajoittamisessa tulee olla hienovarainen. Käskyttämisen tuskin toimii.

”Hyvät yöunet rauhoittavat aivot.”

Moisala neuvoo keskustelemaan nuoren kanssa digilaitteiden jatkuvan käytön vaikutuksista. Jos nenä on koko ajan kiinni ruudussa, voi olla, että keskittymiskyky heikkenee ja koulumenestys tai kehittyminen omassa harrastuksessa hidastuu. Illalla ei osaa rauhoittua nukkumaan. Fiksu nuori ymmärtää tämän ja osaa itse tarkkailla älylaitteilla käytettyä aikaa.

Kännykkäparkki keittiössä tai muual-

la sovitussa paikassa on hyvä apukeino. Kun kellon ajasta on sovittu yhdessä, siitä myös pidetään helpommin kiinni kuin vanhempien määräämästä ajasta. Kännykkäparkki koskee perheessä kaikkia, myös vanhempia.

– Iltakäytön kieltäminen teiniltä saattaa olla hankalaa, koska silloin nuori jää paitsi tärkeistä keskusteluista ja voi tuntea olonsa ulkopuoliseksi, Moisala sanoo.

Joissakin kaveriporukoissa on tehty yhteinen sopimus, ettei tietyn kellonajan jälkeen viestitellä. Tällaista keinoa voisivat vanhemmatkin kannustaa kokeilemaan.

HYVINVOINTI RATKAISEE

Aina ruutuajan rajoittamiselle ei ole tarvetta. Moisala kehottaa tarkkailemaan lastaan ja miettimään, kuinka älylaitteiden käyttö vaikuttaa.

Hyvällä tolalla asiat ovat, jos lapsi nukkuu riittävästi ja levollisesti, eikä ole päivällä erityisen väsynyt. Ongelmaa ei

Lepo on mannaa kehittyville aivoille.



todennäköisesti ole, jos lapsi keksii tekemistä myös ilman digilaitteita.

– Jos lapsi tuntuu voivan hyvin, ei nykyistä tiukempia rajoituksia ehkä tarvita.

Aivojen hyvinvoinnin peruspilareita ovat lepo, terveellinen ruoka, liikunta ja päivittäinen kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus. Jos nämä ovat kunnossa, digilaitteet eivät ole mikään mörkö – päinvastoin ne voivat tarjota kehittyville aivoille hyödyllisiä virikkeitä.

VUOROVAIKUTUSTA HÄIRIÖTTÄ

Myös aikuisten omilla totumuksilla on vaikutusta. Vuorovaikutus aikuisen ja lapsen välillä kärsii, jos vanhempi käyttää kännykkää ollessaan lapsensa seurassa. Sanallinen ja sanaton viestintä vähenevät, mikä voi viivästyttää lapsen kieltenoppimista.

– Kun vanhempi puhuu lapsensa kanssa, se on lapselle tuttu tilanne, jonka kulku on ennakoitavissa: toinen tekee aloitteen, katseet kohtaavat ja sen jälkeen alkaa sanallinen vuorovaikutus. Yksi aloittaa, toinen vastaa, Moisala kuvailee.

Vuorovaikutuksesta katoaa ennako-

Aivotutkijan RUUTUVINKIT

- Rajoita pienen lapsen passiivista ruutuaikaa, koska runsas ruutuaika saattaa olla yhteydessä myöhempään keskittymisvaikeuksiin. Alle 2-vuotias ei tarvitse lainkaan ruutuaikaa, 2–5-vuotiaille suositus on korkeintaan tunti päivässä.
- Vältä nopeatempoisia ja runsasvirikkeisiä ohjelmia. Suosi mieluummin rauhallisia ja opettavaisia ohjelmia, kuten Pikku Kakkonen tai Muumit.
- Alakouluikäiselle, nuorelle ja vanhemmillekin voi sopia kännykkäparkki, jonne digilaitteet jätetään yhdessä sovittuna aikana illalla.
- Rauhoita opiskelutilanne häiriötekijöiltä, jotta aivot eivät ylikuormitu. Ajatustyössä älylaite kiinni, ongelmanratkaisussa se voi toimia yhtenä oppimisen työkaluna.
- Keskustele nuoren kanssa kännykän käytön vaikutuksista opiskelumenestykseen, palautumiseen ja nukkumiseen.
- Huolehdi aivojen kehityksen peruspilareista: liikunta, terveellinen ruoka, valio, riittävä uni ja kasvokkainen vuorovaikutus.



Kasvokkain tapahtuva lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus kehittää lapsen empatiakykyä.

taavuus, jos vanhempi vilkuilee kännykkäänsä samalla. Ajatustenvaihdosta tulee katkonaista, kun lapsi joutuu kilpailemaan kännykän kanssa. Joskus mukaan tulee myös vanhemman ärtyneisyyttä, kun tämä joutuu nostamaan katseen ruudulta useita kertoja lapsen vaatiessa huomiota.

Kännykän siirtäminen sivuun auttaa myös lapsen empatiakyvyn kehittymistä. Toisten tunteiden tunnistaminen ei onnistu, jos tilanteessa on useita kilpailevia huomionlähteitä. Äänenvoimakkuudet, pienet eleet ja fyysinen etäisyys ovat avoille tärkeitä ärsykeitä.

– Lapsi suorastaan janoaa kasvokkain tapahtuvaa livevuorovaikutusta, Moisala tiivistää.

MULTITASKAAJA JOUTUU PINNISTELEMÄÄN

Älylaitteita käytetään usein multitaskaamiseen, suomeksi sanottuna monisuorittamiseen. Nuori voi pelata peliä, kuunnella musiikkia ja seurata kavereiden keskustelua viestipalveluissa. Aivot ovat kovilla, kun ne joutuvat koko ajan hyppimään asiasta toiseen. Puhutaan kuvaavasti heinäsiirkkamielestä.

Tutkimus on löytänyt keskittymiskyvyn

heikentymisestä mahdollisia todisteita. Moisala on ollut mukana tutkimuksessa, jossa selvitettiin monisuorittamisen yhteyksiä 13–24-vuotiaiden häiriöherkkyyteen.

Tutkijat havaitsivat, että nuoret, jotka monisuorittavat paljon arjessaan, suoriutuivat toisia huonommin keskittymistä vaativista tehtävistä. Lisäksi heidän etuotsalohkonsa oli tehtävien aikana kovemmassa käytössä kuin niiden, joilla on vähäisempi taipumus monisuorittaa. Tämä saattaa kertoa lisääntyneestä pinnistelyn tarpeesta.

– Multitaskaaminen saattaa viedä pitkä-

jänteiseltä keskittymiseltä terän.

Vaikka tutkimus on tehty nuorilla, sama vaikutus monisuorittamisella on luultavasti kaikenikäisten aivoihin. Jo pelkkä puhelimen viestiään piippaus riittää häiritsemään keskittymistä vaativaa työtä, vaikka viestiä ei lukisikaan.

ILTARAUHOITUMISELLE AIKAA

Runsas ruutuajan on ehdotettu vaikuttavan moniin hyvinvoinnin osa-alueisiin. Älylaitteen kanssa vietetty aika vie aikaa muilta tärkeiltä asioilta, kuten unelta, liikunnalta ja kasvokkaiselta vuorovaikutukselta.

– Tärkein kaikista on uni, Moisala toteaa.

Digilaitteiden sinivalon tiedetään olevan erityisen haitallista unen kannalta. Nukkumista ei helpota sekään, jos kännykällä on illalla pelattu innostavaa peliä tai käyty mieltä kiihdyttäviä keskusteluja.

Unta kannattaa vaalia esimerkiksi sopimalla yhteisesti, milloin digilaitteet suljetaan tai viemällä ne kännykkäparkkiin keittiöön. Vanhemmat näyttävät esimerkkiä.

Suosituksen mukaan digilaitteiden käyt-

tö olisi hyvä lopettaa kaksi tuntia ennen nukkumaanmenoa.

– Kaksi tuntia voi tuntua pitkältä ajalta. Ehkä kannattaa silloin ainakin himmentää näyttöä ja ottaa tavoitteeksi sulkea laite viimeistään tuntia ennen nukkumaanmenoa, Moisala sanoo.

”Metsäretki ilman kännyköitä – mindfulnessia perheelle.”

PIENIÄ MUUTOKSIA

Kaikesta digilaitteiden aiheuttamasta huolesta huolimatta aivotutkija Mona Moisalalla on positiivinen viesti: Pysyvää vahinkoa älylaitteet eivät aivoissa aiheuta. Aina voi tehdä korjausliikkeitä, siitä pitää aivojen muovautuvuus huolen.

Moisala neuvoa aloittamaan pienistä muutoksista arjessa: ruokailutilanteet rauhoitetaan kännyköiltä tai sovitaan kännyköiden iltakäytöstä.

– Ehkä perheen rytmiin sopisi parin

tunnin kännyköistä vapaa hetki sunnuntaisin. Silloin voitaisiin mennä yhdessä metsäretkelle, pelata lautapeliä tai mikä nyt tuntuu koko perheelle sopivalta tekemiseltä.

Moisala uskoo, että digilaitteiden käytössä ollaan jo menossa järkevempään suuntaan. Vanhemmat tajuavat kiinnittää huomiota lasten kännykän käyttöön, kun huomaavat itsessään, kuinka levottomiksi tulevat ruudun tuijottelusta.

– Joogan, mindfulnessin ja mietiskelyn suosio on kenties vastareaktio sille keskittymiskyvyn häiriintymiselle, jota nykuteknologia aiheuttaa.

Fiksut nuoret tajuavat itsekin, että kännykän käytöllä on yhteyksiä väsymykseen ja keskittymisvaikeuksiin.

– Hyviä signaaleja on jo ilmassa, Moisala toteaa. ●

Lue lisää

Netissä: www.mll.fi/lapsetjamedia
Kirjoja: Lapset, nuoret ja älylaitteet. Toim. Silja Kosola, Mona Moisala ja Päivi Ruokoniemi. (Kustannus Oy Duodecim, 2019.)
Keskittymiskyvyn elvytysopas. Minna Huotilainen ja Mona Moisala. (Tuuma, 2018)
Kuinka kasvattaa diginatiivi. Satu Irisvik ja Jenni Utriainen. (S&S, 2017)

5 DIGIOHJETTA VANHEMMILLE

1. Ota selvää ikärajoista ja huolehdi, että lapsesi käyttämät mediasisällöt sopivat hänelle.
2. Mieti yhdessä lapsesi kanssa rajat pelaamiselle ja muulle mediankäytölle.
3. Ole reilu ja johdonmukainen mediankäytön rajoittamisessa.
4. Pohdi omaa mediankäyttöäsi ja antamaasi esimerkkiä.
5. Tarjoa vaihtoehtoja monenlaisen tekemiseen ja harrastamiseen.

Lähde: mll.fi/vanhemmille



Lapset ensin.
Keräys 1.4.–15.5.2019



Ole pienten puolella!

Osallistu keräykseen

Keräyksen tuotto käytetään MLL:n paikalliseen toimintaan. Yli 1 900 vuotuista perhetapahtumaa, lähes 650 perhekahvilaa ja 1 200 kerhoa tuovat meidät perheiden arkeen. Auta meitä tukemaan perheitä.

Lue lisää www.mll.fi/lapsetensin



Keräysluvat: Poliisihallitus POL-2014-15321/13.1.2015, POL-2016-15604/23.11.2016, POL-2017-1161/16.2.2017. Kerätyt varat käytetään vuoden 2019 loppuun mennessä lasten, nuorten ja lapsiperheiden tukemiseen paikallisesti.

Puheenjohtajalta

Mirjam Kalland
MLL:n liittohallituksen puheenjohtaja
varhaiskasvatuksen professori



KUVA JANI LAUKKANEN

Minkä sadun haluaisit kuulla tänään?

Parhaisiin lapsuusmuistoihini kuuluvat iltasadut ja kertomukset, joita meille luki isä, äiti tai isoäiti. Rakastin kuunnella satuja ja kertomuksia pitkään senkin jälkeen, kun osasin jo lukea itse. Kun omat lapseni olivat pieniä, perinne jatkui. Ääneen lukeminen jatkui vielä, kun lapset olivat murrosiässä (muuten olisi tullut riitä siitä, kuka saa lukea uusimman Harry Potterin ensimmäisenä), ja nykyisin kuuntelemme mielellämme äänikirjoja pitkien automatkojen viihdykkeeksi. Eräänä kesänä, kun tuulet eivät suosineet purjehtimista luimme ääneen Helvi Hämmäläisen ”Säädyllinen murhenäytelmä” purjeiden lepatessa vaimeasti. Ei ollut kiirettä mihinkään.

Kun lapsi kuuntelee satuja, hänen mieleessään syntyvät kuvia salaperäisistä metsistä, kauniista prinsessoista, urheista prinsseistä ja pelottavista peikoista (nykyisin toivoisin tietysti satuihin enemmän urheita prinsessojakin). Lapsi saa kokea jännitystä ja kauheita tapahtumia vanhemman turvallisessa sylissä. Muistan tosin välillä kauhistelleeni mielessäni perinteisten satujen, kuten Hannun ja Kertun, julmuuksia ja yritin lukiessani pehmentää pahimpia kohtia.

Kuunnellessaan satuja lapsi oppii samaistumaan sankareihin ja paheksumaan pahantekijöitä, hän oppii erotamaan hyvän pahasta. Sadut ja kertomukset ovatkin tärkeitä lapsen kehitykselle: ne tukevat paitsi lapsen kielellistä kehitystä, mutta myös lapsen mielikuvitusta

ja sen myötä empatiakykyä. Jotta voisi samaistua toiseen ihmiseen tai tuntea myötätuntoa, on pystyttävä hahmottamaan, miltä toisesta mahtaa tuntua. Onkin mielenkiintoista pohtia, miten lapsi oppii hahmottamaan ja ymmärtämään sellaista inhimillistä toimintaa, joka ei ole kosketeltavissa eikä sitä voi nähdä, kuten tietäminen, tahtominen, toivominen, aikominen ja tunteminen.

Sadut tarjoavat oivallisia mahdollisuuksia keskustella lapsen kanssa tunteista ja aikomuksista: Mitä arvelet, minkä takia Ninni muuttui näkymättömäksi? Tai minkä takia äitipuoli mahtoi olla niin vihainen Lumikille? Lapsen näkökulmasta parasta saduissa on niiden muuttumattomuus. Sama satu toistuu samanlaisena kerta toisensa jälkeen ja juuri se tekee niistä niin ihania. Kun lapsi samaistuu hahmoihin yhä uudelleen, hänen ymmärryksensä siitä, mitä saduissa tapahtuu, syvenee.

Sadut tarjoavat pysyvyyttä maailman myllerryksessä ja ihania yhteisiä hetkiä, joita voi muistella lämmöllä vielä aikuisena.

Satuja voi ja kannattaakin lukea ennen kuin lapsi oppii puhumaan, eikä ääneen lukemista tarvitse lopettaa koskaan. Kun illalla väsyttää ja kiukuttaa, sadun taikasauva voi rauhoittaa ja lohduttaa: ”Tulepa kulta pieni tänne, nyt pestään hampaat ja sitten vuorossa on iltasatu. Minkä sadun haluaisit kuulla tänään?”



Huumori kantaa

Vuorovaikutuksessa läheisen aikuisen kanssa lapsi oppii kaikki inhimillisen elämän taidot, myös huumorin ja hassuttelun. Huumorintaju on suojakilpi elämän vaikeuksia vastaan.

Ulkona 12 astetta pakkasta ja lapsi eteisessä talvikengät jalassa mutta vain mekko ja ohut verkkatakki päällään. Lumileikkeihin pitäisi päästä.

Miten reagoi vanhempi? Kihaitaako kiukku ja sinkoaako ilmoille kommentti ”etkö sinä ymmärrä, eihän noin voi pukeutua”. Vai voisiko kaivaa käyttöön toisen näkökulman. ”Oho, onkos siellä tullut yhtäkkiä kesä, kun sulla on kesävaatteet päällä. Enpä olisi uskonut, kun eilen vielä oli paljon lunta.”

Huumori helpottaa monia tilanteita lapsiperheen arjessa, tietävät lastentarhanopettaja ja lasten huumoria tutkiva **Tuula Stenius** sekä sosiaalikasvattaja **Kimmo Reunanen**, joka työskentelee MLL:n Lasten ja Nuorten Kuntoutussäätiössä. Stenius ja Reunanen eivät tarkoita jatkuvaa vitsailua tai ilmeilyä. Usein jo näkökulman vaihtaminen tuo yhteiseloön huumorin pilkahduksen.

– Vanhempi saattaa ajatella, ettei ole luontaisesti hassuttelija eikä saa itsestään taitottua humoristia. Ei kenenkään tarvitse ryhtyä pelleksi – riittää, jos keksii erilaisia näkökulmia. Jos aikuinen ei millään löydä arjesta pientä huvittavaa nurkkaa, hän on useimmiten hyvin kuormittunut, Kimmo Reunanen sanoo.

Lapsi ansaitsee nähdä vanhemmastaan lempeämmän ja hauskemman puolen, ei ainaista äksyilyjä. Sitä paitsi hassutte-

lu tekee hyvää myös aikuiselle. Ruuhkavuosia elävän pää pysyy kasassa, kun kurahaalarishow’n keskellä näkee hulttomiaakin hetkiä.

MIKSI HUUMORI ON TÄRKEÄÄ?

Yhteys toiseen ihmiseen on ihmisen hyvinvoinnille keskeistä. Tuula Stenius määrittelee, että huumorissa kutsumme toista yhteyteen. Huumorin avulla löytyy yhteisen aallonpituus.

”Huumorin käyttäminen lisää hyvinvointia.”

– Ilo on tunne, joka tuntuu päästä varpaisiin. Monen tutkimuksen mukaan huumorin käyttäminen lisää hyvinvointia. Nauraminen on sosiaalista liimaa ja sillä on fysiologisiakin vaikutuksia. Parhaimmillaan huumori on hyväksyvää yhteyttä, Stenius sanoo.

Lapselle erityisen tärkeää on kokea, että hän tuottaa iloa vanhemmilleen. Kun lapsen kanssa hassutellaan, lapsi kokee olevansa merkityksellinen.

Kimmo Reunanen korostaa, että huumori on suojaava tekijä, joka auttaa kestämään vaikeita tilanteita, joita elämä eteen heittää. Kun lapsi on vanhemmiltaan op-

pinut hassuttelua ymmärtävän elämänasenteen, hänen on helpompi sulattaa kurjat asiat siedettävämmiksi.

– Lempeä huumori tukee minuuden ja itsetunnon kehittymistä. Lapsi huomaa, että hän teki jotain hassua ja sille voidaan nauraa, mutta hän itse on yhä hyväksytty.

Kaikkia asioita ei voi laittaa leikiksi lapsiperheessäkään. Reunanen sanoo, ettei huumoria saisi käyttää mitätöimään tilannetta, joka tuntuu lapsesta todella kurjalta. Lapsen suru tai kiukku pitää huomioida kunnolla. Kun tunne on otettu vastaan ja lapsi kannateltu pahimman ohi, voi tapahtuneeseen ottaa leikkisemmän näkökulman. Vähän myöhemmin lapsen kanssa voi jutella, että tapa, jolla hän ilmaisi itseään oli aika huvittava.

– Koskaan ei naureta lapselle vaan lapsen kanssa. Se tukee tervettä itsetuntoa, Kimmo Reunanen lisää.



Lasten suusta -tyyppisiä letkautuksia on paljon liikkeellä, ja niistä on tehty kirjojakin. Tuula Stenius neuvoa nauramaan niille lapsen jutuille, jotka tämä on tarkoittanut naurettavaksi. Ei niille, joita lapsi ei itse tajua tahattomasti hauskoiksi. Jälkimmäisille aikuiset saavat toki hihittelä keskenään mutta eivät lapsen kuullen.

Jo alle kouluikäiselle voi opettaa, mikä on oikeasti hauskaa ja mikä ei. Muille ihmisille ja heidän ominaisuuksilleen ei saa nauraa, vaikka ne lapsen mielestä hassuilla näyttäisivätkin.

Väärin käytettyä huumoria on sekin, jos aikuinen yrittää vitsailun varjolla ojentaa lasta. Sarkastinen sävy ei ole hyvän mielen sävy.

– En ehdi, minullahan on vain kaksi kättä tai onko sulla jäänyt korvat pesemättä ovat letkautuksia, joiden huumoria lapsi ei välttämättä koe hauskaksi, Tuula Stenius sanoo.

TOISTOJA JA KOHELLUSTA

Mutta mikä on lapsen kannalta hyvää huumoria? Se mikä naurattaa aikuisia, ei välttämättä huvita lasta lainkaan. Lapsen huumori ja kyky ymmärtää toisten huumoria muuttuvat iän ja kehitysvaiheen mukaan.

Tuula Stenius tekee parhaillaan väitöskirjasta alle kouluikäisten huumorista. Hän on huomannut, että lapset nauravat toistolle. Myös törmäily ja koheltaminen

huvittavat. Usein huumori mielletään sanalliseksi, ja huumorin kehitys liitetään kielen kehitykseen. Mutta kyllä pikkulapsillakin on oma huumorinsa: se on vekkuleita ilmeitä ja kukkuu-leikkejä, joissa lapsi ja vanhem-

EN OLE LUONNOSTAAN YHTÄÄN HASSUTTELIJA. MISTÄ REVIN HUUMORIA?

- Havainnoi lasta. Seuraa, mille hän nauraa, ja mene juttuun mukaan.
- Heittäydy. Oikaise vaikka lattialle makaamaan. Lapsesta on kutkuttavaa, kun teet jotain poikkeuksellista.
- Isompien lasten kanssa sanojen vääntely toimii aina ja havahduttaa lapsen. ”Puetaanpa haaralit päälle!” Lapset keksivät usein omiakin sanoja.
- Kisaillaa, kuka vääntää naamansa hurjimmalle mutrulle. Ottakaa kuvia hassuista ilmeistä ja naurakaa niille yhdessä.
- Heittäydy rooleihin. Jos ei ruokailu onnistu, esitä hienon ravintola tarjoilijaa.
- Tee asioita toisella tavalla. Jos viet lapselle haarukan, kanno se käsivarrellasi.

Vinkit antoi Tuula Stenius.



pi vuorollaan piiloutuvat vaikkapa peiton taakse. Ihan pienellä lapsella ei ole vielä omaa kieltä, joten hän nauraa hullunkurisille sattumuksille.

Pikkulapset matkivat toisiaan ja hassuttelevat liikkeillä, ilmeillä ja äänillä. Kouluikäisten huumori alkaa olla älyllisempää ja verbaalisempaa.

Jokaisen on mahdollista päästä lapsen maailmaan. Muistella, miltä tuntuu, kun on ollut vasta kolme vuotta maan päällä, ja millaiset asiat silloin huvittivat.

Kimmo Reunanen sanoo perheen leikkelykulttuurin kehkeytyvän parhaiten niin, että ensin aikuinen on naurun kohde. Seuraavassa vaiheessa vanhemmalle ja lapselle yhdessä tapahtuu jotain hassua. Lähellä kouluikää lapsi yleensä jo pystyy nauramaan itselleen.

– Huumorintajun kehittyminen on tietysti yksilöllistä. Se lähtee yhteisen hassuttelun ja ilon kautta. Huumorintajua ei voi opettaa niin, että tehdään lapsi naurunalaiseksi, Reunanen sanoo.

– Aikuiselle ei ole niin väliä, jos hän ei ymmärrä, mille lapsi nauraa. Lapselle sen sijaan on vahingollisempaa, jos hän joutuu miettimään, miksi nyt nauretaan.

MIKÄ ON HUUMORIN PAIKKA?

Huumori on sosiaalinen kutsu, mutta joskus se tyrnähtää. Ainakin silloin, kun lapsi tylsistyy odottaessa tai ruokapöydässä istuessa ja ryhtyy temppuilemaan kesken aikuisten keskustelun tai juhlien ohjelma-meron. Pelleily ja aikuisen haastaminen voivat olla huomion kalastelua. Joskus se kertoo tylsistymisestä, joskus isommastakin nähdystä tulemien tarpeesta.

Tuula Stenius neuvoa, mitä väärässä paikassa tai väärällä hetkellä pelleilevälle lapselle kannattaa sanoa.

– Sinulla on hyvä huumorintaju, olet tosi hauska tyyppi ja (älä käytä mutta-sanaa) meidän pitää vielä opetella, mikä on huumorin paikka ja mihin tilanteisiin huumori sopii. ●

Asiantuntijat: **Kimmo Reunanen**, sosiaalikasvattaja ja Theraplay-työntekijä, MLL:n Lasten ja Nuorten Kuntoutussäätiö, **Tuula Stenius** lastentarhanopettaja, KM ja varhaiskasvatuksen opettaja.

Steniuksen huumorikyselyn voi vastata osoitteessa tuulius.com



Näin meillä

”Parhaiten lapsiin oppoa pieru-huumori ja tilannekomiikka. Meidän lapset muuttavat välillä laulujen sanoja. Hauskinta on ujuttaa huumoria arkisiin tilanteisiin.

juttua kauan, koska se sai muut nauramaan. Huumorilla lapsi hakee huomiota, vähän kuin kiukuttelulakin – sitä huomion hakua on vain helpompi kuunnella.

Huumorin avulla opetan lapsia nauramaan itselleen. Elämää ei saa ottaa liian vakavasti ja itselleen nauraminen on tärkeä taito. Kyllä meilläkin huudetaan, kiukutellaan ja itketään, mutta ne asiat unohtuvat yleensä nopeasti nauramisen varjoon.

Viimeksi 5-vuotiasta nauratti, kun kysyin, kuuleeko hänkin hiiren piipitystä jostain. Se oli tietysti pikkoveljen kitinä. Olen huomannut, että kun kotona viljellään huumoria, lapsen on helpompi erottaa ne tilanteet, joissa ei enää kuulu nauraa. Minulla taas on hyvä omatunto komentaa lapsia ja olla tiukka tiukuutta vaativissa tilanteissa, kun tiedän saavani lapset tarvittaessa nauramaan. Lapsen mökötyks ei ole lopullinen, ja positiivisia tilanteita on helppo luoda.”

Päiväkodissa on keuhut, että meidän 5-vuotiaalla on hyvä huumorintaju. Kun hän hassuttelee ja saa sillä kiinnitettyä aikuisen huomion, ei vitsistä meinaa tulla loppua. Lapsesta huomaa, kuinka hän hoksa: nyt olin hauska, jatkankin tätä

Laura, 32, lapset 3 ja 5 vuotta

Lisää perheiden tarinoita hassuttelusta löydät jutun verkkoversiosta: mll.fi/lapsemme

HUITTISTEN hullu onnistuminen

– Olihan se aika hullua, kommentoi Eija Mattila jälkepäin parissa kuukaudessa tehtyä laajaa lapsivaikutusten arviointia kouluverkon uudistuksesta. Urakka kannatti: arviointi kehitti koko kaupungin päätösten valmistelua.

TEKSTI LIISA PARTIO KUVAT LAURA VESA

Vuonna 2017 Huittisten suurin alakoulu toimi sisäilmaongelmien takia väistötiloissa, toinen odotti peruskorjausta. Kyläkoulujen oppilasmäärät näyttivät kehittyvän eri tahtia, luokkien koot samoin. Uusi koulu oli tarpeen, mutta nyt piti ratkaista, kuinka iso siitä pitäisi tehdä ja miten päiväkotij- ja kouluverkkoa pitäisi kehittää.

Kun kunnassa aletaan valmistella isoa, investointia vaativaa päätöstä, tueksi tilataan usein ulkopuolinen selvitys. Näin tehtiin myös Huittisissa. Selvityksellä saadaan ratkaisuvaihtoehtoja, mutta sivistystoimen johtaja **Eija Mattila** näki, että se ei riitä, vaan päätöksen tueksi on kuultava lapsia ja nuoria.

Mattilalla oli ajatukselleen hyvä perustelu: Huittisissa oli samana vuonna sitouduttu lapsiystävälliseen hallintomalliin. Strategiassakin korostuu lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistäminen.

– Sen jälkeen, kun keväällä oli sovittu lapsiystävällisyyden edistämisestä, mietin kovasti, mitä kaikkea se käytännössä tarkoittaa ja mistä pitäisi aloittaa, Eija Mattila kertoo. – Onneksi samana syksynä oli LAPE-hankkeen seminaari, jossa puhuttiin lapsivaikutusten arvioinnista. Sen jälkeen minulle oli selvää, mistä aloittaa.

LAPE on lapsi- ja perhepalvelujen valtakunnallinen muutosohjelma, jota on toteutettu vuosina 2016–19.

PIENETKIN AJATUKSET HUOMIOON

– Ensin puhuin asiasta varhaiskasvatustoiminnan johtajalle, joka oli hyvin helppo saada mukaan, Eija Mattila naurahtaa ja kiittelee työparinsa **Johanna Kortessalo-Ainason** isoa panosta arvioinnin toteutuksessa.

Lapset näkevät hyvää muutoksissa.

Uusia ideoita ei aina oteta avosylin vastaan, varsinkaan, jos hommia on muutenkin tarpeeksi.

– Meillä oli perusopetuksessa tiukka syksy, koska opetussuunnitelma oli vasta uudistunut. Hetki ei ollut otollisin millekään uudelle, mutta kun asian varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yhteisessä suunnittelupäivässä esittelimme ja aloimme sitä edistää, siihen sitouduttiin tosi hyvin.

Lapsivaikutusten arviointi tarkoitti laajaa tiedonkeruuta. Näkemyksiä koottiin varhaiskasvatuksessa olevilta lapsilta, peruskoululaisilta ja pidennetyn oppivelvollisuuden oppilailta, huoltajilta, henkilöstöltä, kuntalaisilta ja nuorisovaltuustolta.

Kaupungin tilaama kouluverkkoselvitys esitti kolme vaihtoehtoa: 1) ei tehdä muutoksia, 2) osa alakouluista lakkautetaan, 3) alakoulut ja yläkoulu yhdistetään yhtenäiskouluksi. Arvioinnissa haluttiin tunnistaa jokaisen vaihtoehdon lapsiin kohdistuvat hyödyt ja haitat.

Tiedonkeruussa huomioitiin eri ikäryhmät. Päiväkoti-ikäiset piirsivät ja kertoivat, millainen on hyvä hoitopäivä. Vammaisten lasten kanssa selvitettiin eri menetelmin, mikä koulussa on heille tärkeää. Ala- ja yläkoululaiset keskustelivat oppilaskunnan vetämissä ryhmissä esimerkiksi siitä, millaisessa koulussa on hyvä olla ja miltä koulun vaihtaminen tuntuisi. Aikuiset ottivat kyselyssä kantaa kolmeen ehdotukseen ja varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen laatuun. Nuorisovaltuusto antoi vaihtoehdoista oman lausuntonsa.

Kaikki eivät Huittisissäkaan olleet sitä mieltä, että lapsia pitäisi ottaa arviointiin



Aarni Sarjomaa (ylhäällä keskellä) tietää, miten ehdotuksia voi yrittää edistää, Nuutti Murtojärvi (pieni kuva oikealla) on jäsenenä nuorisovaltuustossa.

Huittisissa koululaiset ovat tottuneet vastaamaan kyselyihin ja keskustelemaan yhdessä ehdotuksista. Ajatuksia siitä, millainen on hyvä koulu, sai myös piirtää.





Uuden ison koulun rakentamisesta tehtiin päätös. Nyt sille etsitään keskustasta sopivaa paikkaa.

Eija Mattila näki, että lapsiystävällisen kunnan on kuultava kouluverkkoasiassa suoraan lapsia ja nuoria.



mukaan. Keskustelua käytiin esimerkiksi siitä, miten paljon lasten kuuleminen aiheuttaa heille turhaa huolta. Lapset itse olivat enimmäkseen innostuneita ja kertoivat osallistuvansa arviointiin mielellään.

Kouluverkkoasiasta haluttiin tiedottaa avoimesti. Kunnan sivuille perustettiin Uusi koulu -blogi, jossa kerrottiin tiuhaan asian etenemisestä. Sitä luettiin ahkerasti ja se toimi tietolähteenä myös medialle.

Uusi koulu -blogi piti huittislaiset ajan tasalla.

MITÄ ARVIOINTI TUOTTI?

Laaja arviointi tuotti paljon tietoa, jota käytettiin päätöksenteossa, mutta myös tärkeitä huomioita hyödynnettäväksi jatkossa koulun ja päiväkodin arjessa. Huittisissa huomattiin, että lapset olivat aikuisia avoimempia ja ennakkoluulottomia, he näkivät hyviä puolia myös muutoksissa. Aikuiset, henkilöstöä lukuun ottamatta sen sijaan halusivat enimmäkseen säilyttää nykytilan. Mihin sitten päädyttiin?

– Lopputulos oli, että mitään alussa esitettyistä kouluverkkoratkaisuista ei valittu sellaisenaan. Sen sijaan määriteltiin kriteerit, jotka ohjaavat ratkaisuja jatkossa.

Oppilasryhmän koko on tärkeä paitsi opetuksen laadun ja oppilaiden yhdenvertaisuuden myös talouden näkökulmasta. Huittisissa päädyttiin siihen, että muutoksia ohjaa oppilasmäärä per opettaja. Lisäksi päätettiin, että uusi koulu rakennetaan sellaiseksi, että se voi olla

vastaanottava koulu, kun kouluverkkoa muutetaan ja uuteen kouluun voidaan sijoittaa myös esiopetusta, aamu- ja iltapäivätoimintaa sekä musiikkiopisto.

Merkittävin seuraus lapsivaikutusten arvioinnista kuitenkin oli, että se muutti kaupungin päätösten valmistelua.

– Nyt meillä on kaupunginhallituksen antama suositus ennakkovaikutusten arvioinnista, joka koskee kaikkia palvelukeskuksia. Esimerkiksi perusturvakeskus on tehnyt lapsivaikutusten arviointia perhekeskuksen kehittämisessä. Syksyllä toteutettiin ennakkovaikutusten arviointi tulevaisuuden kirjastopalveluista osana talousarvion laadintaa. Ja elinvoimajohtaja juuri pari päivää sitten mielti, että leikkipuistosuunnitteluun täytyy saada mukaan lasten mielipiteet, Mattila kertoo hymyillen. ●

Eija Mattilan vinkit muille kunnille

- Lapsivaikutusten arviointi ei ole työlästä tai vaikeaa. On hyvä aloittaa pienestä ja laajentaa, kun kokemusta kertyy.
- Valmisteluun kannattaa kerätä riittävän iso ja toimivaltainen ryhmä.
- Tiedotus kuntalaisille ennen arvioinnin aloittamista on ehdottoman tärkeää. Päätäjät on pidettävä ajan tasalla.
- Suunnitteluun ja toteutukseen on varattava aikaa. Kiire aiheuttaa mokia.
- Tiedonkeruu on tehtävä ikäryhmälähtöisesti.
- Tietoa kertyy paljon. Sitä voi hyödyntää jatkossa palvelujen kehittämisessä.
- Arvioinnin tuloksista on raportoitava kaikille osallisille, myös lapsille.
- Toimintakulttuuri muuttuu hitaasti.
- Vaikutusten arviointi tekee asioiden valmistelusta mielenkiintoisempaa.
- Yksin ei tarvitse selvittää. Hyviä malleja löytyy esimerkiksi THL:lta ja MLL:lta. Vinkkejä voi kysyä myös muista kunnista.



Lauttakylän koulussa oppilailla on oma huone, jonka sisustuksen he ovat saaneet suunnitella.

Lapsen oikeuksien sopimus

- *artikla 3: Lasta koskevissa päätöksissä on aina ensisijaisesti selvitettävä lapsen etu.*

Lapsivaikutusten arviointi on työkalu lasten etujen selvittämiseen.

- *artikla 12: Lapsella on oikeus ilmaista omat mielipiteensä kaikissa itseään koskevissa asioissa ja ne on otettava huomioon lapsen iän ja kehitystason mukaisesti.*

Ohjeita lapsivaikutusten arviointiin:

mll.fi/lapsivaikutustenarviointi

Koulussa oppii vaikuttamaan

Huittisissa on ollut nuorten aloitekanava jo useamman vuoden ja nuorisovaltuustokin toiminut 18 vuotta. Jokaiselle koululle on varattu osallisuusraha, jonka käytöstä oppilaskunta saa päättää.

Hyvältä kuulostaa, mutta mitä sanovat koululaiset itse. **Aarni, Miro, Maks, Pihla, Aino, Viivi ja Masi** edustavat alakoululaisia ja **Nuutti** ja **Aatu** yläkoululaisia. Kuuleeko Huittinen lapsia ja nuoria?

– No joo, esimerkiksi kun suunniteltiin isompaa koulua, meiltä kysyttiin, mitä mieltä ollaan ja olisiko yhteiskoulu hyvä vaihtoehto, muistelee Nuutti.

No olisiko?

– Ei, tuntuu olevan yhteinen mielipide.

– Mä olen ollut koulussa, jossa oli ala- ja yläkoulu samassa talossa ja ne isot ysluokkalaiset tuntuivat silloin vähän pelottavilta, Aatu kertoo.

Aarni miettii asiaa myös käytännön, esimerkiksi ruokailujen, kannalta.

– Voi olla, että porrastus on aika vaikeata, jos on niin paljon oppilaita.

Lauttakylän koulun oppilaskunta on aktiivinen ja saa myös vaikuttaa koulun asioihin. Oppilaat ovat saaneet ehdottaa, mitä ulkoiluvälineitä koululle hankitaan ja suunnitella omissa käytössään olevan huoneen sisustuksen. Myös kouluruoasta on kysytty. Ruoka ei saa kaikilta kiitosta, mutta koululaiset tietävät myös, että muutoksia ei ole helppo tehdä.

– Kouluruoka voi olla budjetoitu pidemmälle ajalle eikä sitä ole niin helppo muuttaa, sanoo Aarni.

Enimmäkseen oppilaat ovat kouluunsa ja vaikuttamismahdollisuuksiinsa tyytyväisiä, mutta Pihla nostaa esiin yhden harmittavan asian.

– Ihmettelen, että kielikerhot otettiin pois. Siitä ei kerrottu etukäteen, vasta myöhemmin kuultiin, että se oli siksi, että kaupunki säästää. Olisi kiva saada ne takaisin.

Koululaisilla on myös hyvä käsitys, miten toivomuksia voi saada eteenpäin: pienemmistä asioista voi puhua rehtorille ja toteuttaa niitä oppilaskunnassa. Isompia asioita voi viedä nuorisovaltuustolle.

Nuutti on mukana myös nuorisovaltuustossa, jossa ikähaitari on 12–18 vuotta. Siellä on käsitelty muun muassa nuorisotilan tarvetta.

– Koska osa nuorista on hengailut kauppojen edustoilla, on mietitty, että olisi hyvä olla joku paikka, jossa voisi olla, ja voisiko vanha VPK-talo, jota ollaan kunnostamassa, olla jatkossa nuorten käytössä.

Päätäjätkin koululaiset ovat lähestyneet. 5B-luokan oppilaat tekivät joulukuussa kuntalaisaloitteen, jossa ehdotettiin muun muassa koirapuiston rakentamista. Aloite käsiteltiin tammikuussa sivistyslautakunnassa.



MLL :N JÄSENI LLE PERHEINEEN

- Pääsylippu -2€ normaalihinnasta.
- Kausikorteista 10% alennusta.
- Lounas euroa halvemmalla.
- Retkipaketti: Lippu + Pikku Duudson Burger -ateria 20€.*
- * Retkipaketti vähintään kymmenen hengen ryhmille.
- Edut saa käyttöön MLL:n jäsenkorttia näyttämällä.



KERHON OHJAAJA pitää kynnyksen matalalla

Janne Martama luotsaa Salossa suosittua isä-lapsikerhoa, joka on toiminut yhtäjaksoisesti 20 vuotta.

TEKSTI MERJA RÄTY KUVA SANDER VILL

Uuden paikkakunnan kuvioihin ei ole ihan helppoa so- lahtaa. Kotkalaissyntyinen **Janne Martama**, 43, muutti opiskelujen jälkeen töiden perään Saloon, jossa ei ollut sen paremmin sukua kuin perhetuttujakaan.

– En tuntenut silloin kaupunkia kovinkaan hyvin. Kun kollega vinkkasi isä-lapsikerhosta, lähdin parivuotiaan esikoistyttäreemme kanssa katsomaan, minkälainen paikka kerho on. Loppu onkin sitten historiaa, niin kuin tavataan sanoa, Martama naurahtaa.

ISIEN JA LASTEN YHTEINEN JUTTU

Janne Martaman ensimmäisestä isä-lapsikerhokäynnistä on ehtinyt kulua jo viisitoista vuotta. Mukana kerhossa ovat kulkeneet sekä nyt jo 17-vuotias esikoinen että perheen nuoremmat lapset, 14-vuotias tytär ja 11-vuotias poika.

– Lähdin mukaan, koska ajattelin, että kerhossa tutustuisi muihin isiin, jotka ovat samassa elämäntilanteessa.

Martama arvelee, että sama syy vetää kerhoon edelleen tulijoita: sellaista toimintaa kun ei juuri ole, joka kokoaisi yhteen isiä ja varsinkin pieniä lapsia.

OSALLISTUJASTA OHJAAJAKSI

Vuoden 2013 alussa Martama siirtyi osallistujasta vetäjäksi.

– Kerhon alun perin vuonna 1998 perustanut **Tarmo Mäkeläinen** halusi jo siirtyä syrjään ja hän kysyi, lähtisinkö hommaan. Sanoin mieltäväni seuraavaan päivään, mutta soitinkin jo samana iltana

ja sanoin, että otan pestin. Jos vetäjää ei olisi löytynyt, olisi ollut vaarana, että koko kerho loppuu.

Janne Martama sai kerhosta kavereikseen pari muuta isää, mikä varmistaa sen, että tuuraaja on paikalla, jos projektipäällikkönä työskentelevällä Martamalla sattuu esimerkiksi olemaan työpäivä Helsingissä eikä kotikonttorilla Salossa.

– Kokoonnutumiset ovat joka toinen viikko, mutta ne eivät itsessään teetä erityisesti työtä – varsinainen työ tehdään, kun suunnitellaan kunkin syys- ja kevätkauden ohjelmaa.

PIPAREITA JA PALOAUTOJA

Salon isä-lapsikerho kokoontuu kesä- ja joulutaukoja lukuun ottamatta joka toinen tiistai-iltana. Ohjelma on aina erilainen, joten kyllästyminen ei pääse.

– Meillä on muutamia perinteisiä juttuja, jotka toistuvat joka vuosi. Itsenäisyyspäivänä mennään viemään Vapauden liekki -muistomerkillä kynttilöitä ja kerran kaudessa leivotaan ja tehdään puutöitä. Ne ovat sellaisia juttuja, joita tykätään kovasti. Keväisin ennen äitienpäivää käydään Iivosen puutarhalla, jossa lapset saavat istuttaa omiin ruukuihinsa kukan. Välillä ovat puutarhalla varanneet isillekin istutushommaa, Martama kertoo.

Kerho on käynyt tutustumassa maitotilan toimintaan ja vierailtu on sekä poliisietä paloasemalla.

– Poliisiasemalla kun käytiin, niin oli putka pullollaan porukkaa. Ja paloasemalla käydessä lapset pääsivät ajamaan

lenkin paloauton kyydissä. Silloin isien kävi kateeksi.

Vuosien mittaan isä-lapsikerholle on kertynyt hyviä yhteistyökumppaneita, joten järjestelyt sujuvat mutkattomasti.

– Meidän kerhosta ollaan kiinnostuneita, joten uusiakin juttuja on varsin helppo järjestää.

Kerhoon on myös helppo tulla, sillä toiminta on riisuttu kaikesta ylimääräisestä byrokratiasta.

– Kerhoon on todella matala kynnyksen. Meillä on toki sähköpostilista tiedotukseen, mutta muuten voi tulla silloin kun sopii eikä tarvitse ilmoittaa erikseen tulemisesta tai pois jäämisestä.

BUSSI TÄYNNÄ RETKELÄISIÄ

Kerran vuodessa kerholaiset lähtevät yhteiselle retkelle bussilla.

– Yhteiset retket vetävät hyvin. Oma vastuusuus on hyvin pieni, eikä lapsista mene koskaan maksua. Tänä keväänä on tarkoitus lähteä retkelle Vantaalle Fazerin vierailukeskukseen ja veikkaan, että osallistujia ei ole vaikeaa houkutella mukaan.

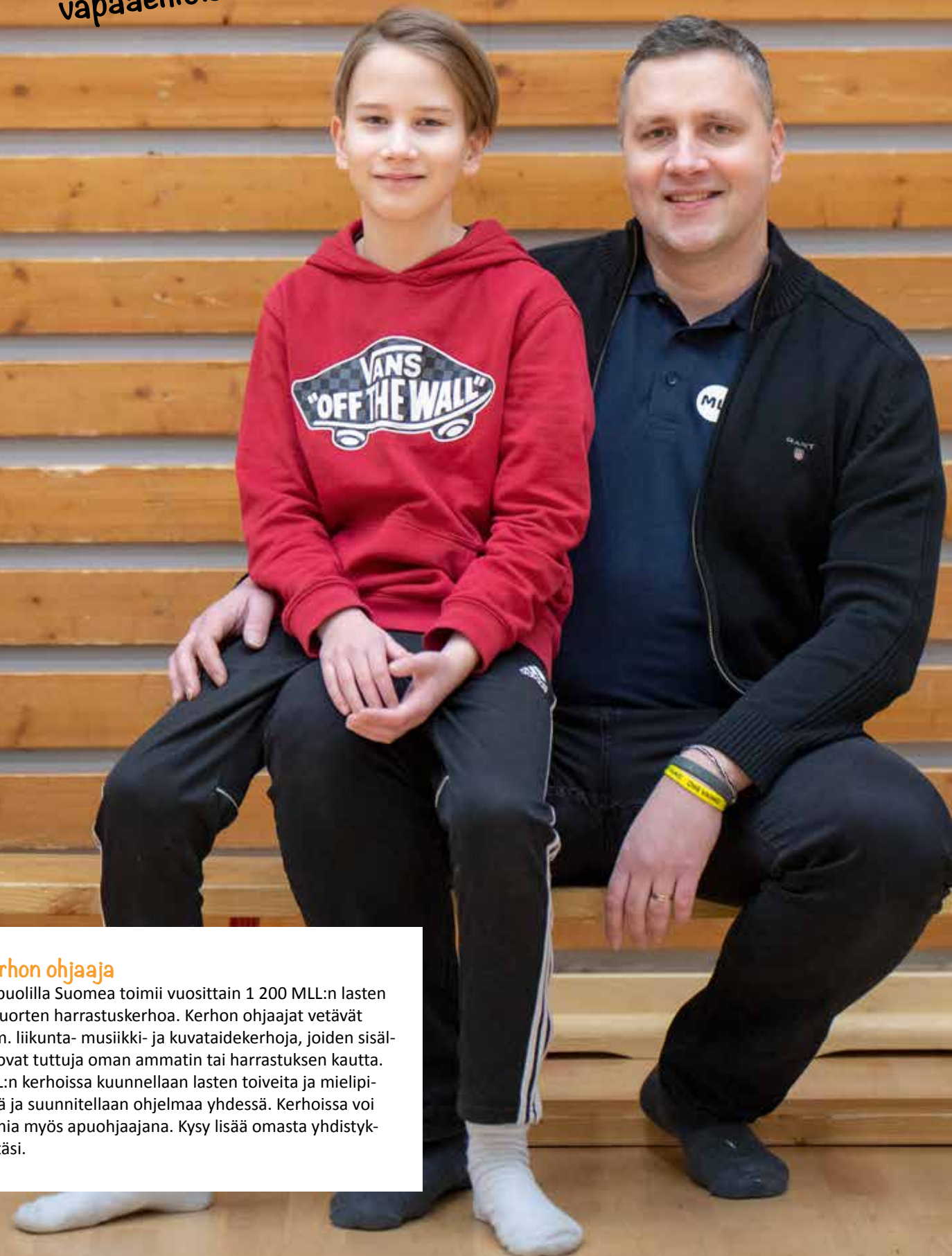
Yhtä asiaa kerhokonkari jo vähän odottelee.

– Se olisi mahtava nähdä, että kerhoon tulee isä, joka on ollut kerhossa mukana lapsena. Eikä siihen välttämättä mene kovinkaan kauan, sillä vanhimmat kerholaiset ovat jo ehtineet täysi-ikäisiksi.

Salon malli sopisi varmasti muuallekin ja kysyntääkin luulisi olevan.

– Tällaista kerhoa on helppo kokeilla, se ei vaadi kuin sen, että joku panee toimiksi, Janne Martama rohkaisee. ●

Haluatko MLL:n vapaaehtoiseksi?



Kerhon ohjaaja

Eri puolilla Suomea toimii vuosittain 1 200 MLL:n lasten ja nuorten harrastuskerhoa. Kerhon ohjaajat vetävät esim. liikunta- musiikki- ja kuvataidekerhoja, joiden sisällöt ovat tuttuja oman ammatin tai harrastuksen kautta. MLL:n kerhoissa kuunnellaan lasten toiveita ja mielipiteitä ja suunnitellaan ohjelmaa yhdessä. Kerhoissa voi toimia myös apuohjaajana. Kysy lisää omasta yhdistyksestäsi.

Pyörät pyörimään!

TEKSTI MARIA GNOSSPELIUS
ASiantuntijana pyöräilykasvattaja
ERIKA WECKSTRÖM PYÖRÄLIITOSTA

MILLOIN PYÖRÄN PÄÄLLE?

Lapset kehittyvät fyysisesti eri tahtia. Vanhempi voi arvioida, milloin oman lapsen kehon hallinta on sellaista, että menoon voi lisätä polkupyörän. Potkupyörää käyttää moni 2-vuotias.



KOULULAISEN PYÖRÄ

Perusasioilla pääsee pitkälle. Kun pyörä on hyvässä kunnossa eli pyörät pyörivät kevyesti, jarrut toimivat hyvin ja pyörä on oikean kokoinen, löytyy pyöräilyyn ilo. Jos pyörällä ajetaan paljon ja pitkiä matkoja, voi vaihteista olla iloa.



POTKUPYÖRÄ VAI APUPYÖRÄT?

Potkupyöräilijä oppii ilman polkimia potkutellessaan kuin itsestään monta tärkeää perusasiaa pyöräilystä. Tasapaino kehittyy turvallisesti, kun jalat saa aina tukevasti maahan. Samalla tavalla intuitiivisesti lapsi hoksaa, että polkupyörää ei ohjata vain ohjaustankoa kääntämällä vaan myös ruumiinpainolla kallistamalla.

Vaihto polkimelliseen pyörään tuo mukanaan vain yhden uuden asian – polkimet. Apupyörillä pyöräilevä joutuu usein tavallisella polkupyörällä ajaessaan ensin opettelemaan pois opitusta eli siitä, että apupyörään voi nojata.



PERUSTAIIDOISTA ETEENPÄIN

Polkupyöräilyn opettelu ei pääty siihen, kun tasapaino on löytynyt ja pyörä kulkee. Opetelkaa pyöräilemään yhdessä erilaisilla pinnoilla: polulla, hiekalla, lumella, sohjossa, jäällä. Se tekee hyvää aikuisenkin taidoille!

ALLE KOULUIKÄISEN PYÖRÄ

Kun hankkii lapselle pyörää, kannattaa huomioida pyörän paino ja oikea koko. Mitä keveämpi, sen parempi.

Potkupyöräilijän jalkojen tulee ylettyä maahan niin, että koko jalkapohja on maassa. Polkupyöräilijän pitää taas satulassa istuessaan saada maahan molemmat päkiät. Pyörä on selvästi liian pieni, jos ohjaustanko kolahtaa polviin.

Käsijarrut eivät ole huono valinta pienellekään lapselle. Pyöräilyä opettelevan lapselle voi koordinaation kannalta olla helpompaa ymmärtää, että vauhti tulee jaloista ja jarrutus lähtee käsistä.

MILLAINEN KYPÄRÄ?

Kypärä toimii vain, jos se on kunnossa, istuu päähän ja on kiinni.

Kypärää ei suositella ostamaan käytettynä. Se on voinut saada kolauksen, joka on vaurioittanut sen turvallisen rakenteen ilman että se näkyy ulospäin.

Sääda kypärä päähän sopivaksi ja kiinnitä se. Mahtuuko leuan ja remmin väliin pari sormea? Pysyykö kypärä paikoillaan, kun laitat pään alaspäin ja pyörittelet päätä? Hyvä, nyt kypärä on päässä niin, että se suojaaa päätä.



MILLOIN LIIKENTEESEEN?

Lapsen kanssa voi lähteä liikenteeseen, kun hän osaa jarruttaa, kääntyä ja katsoa sivulle ilman, että näihin asioihin täytyy varsinaisesti keskittyä. Silloin lapsella riittää aikaa ja mahdollisuuksia myös muun liikenteen havainnointiin.

Kun pyöräilet lapsen tai lasten kanssa, anna lasten pyöräillä edessäsi, jolloin näet lapsen ja liikennetilanteet. Samalla voit opettaa pyöräily säännöt.

Liikennesääntöjä on paljon ja liikenteessä syntyy erilaisia tilanteita. Siksi sellaisenkin lapsen kanssa, joka jo opettelee liikkumaan yksin pyörällä, kannattaa käydä uudet reitit ja niihin liittyvät liikennetilanteet yhdessä pyöräillen läpi.

MIKSI PYÖRÄLLÄ?

Pyöräily on kansalaistaito, josta on paljon hyötyä. Se lisää kuin itsestään lapsen ja nuoren päivittäistä liikuntaa. Pieni liikuntapyrähdyksen esimerkiksi ennen koulupäivää taas vaikuttaa myönteisesti oppimiseen.

Pyörä on myös hyvä tapa ottaa haltuun oma lähiympäristö. Tuttu ympäristö lisää tutkitusti turvallisuuden tunnetta.

Pyöräily on ympäristöystävällistä ja perheen pyöräily tukee lapsen kasvua ajatuksen siitä, että pyörällä voi liikkua usein. Lisäksi pyörä on tasa-arvoinen liikkumistapa. Kun pyörän on hankkinut, sen käyttökustannukset ovat minimaaliset.



LEIKITÄÄN!

Pyöräilytaitoja voi kehittää leikkien. Esimerkiksi käden irrottamista ohjaustangosta voi opetella niin, että aikuinen puhalttaa saippuakuplia ja lapsen tehtävä on osua niihin millä tahansa raajalla. Arempikin pyöräilijä nappaa kohta kuplan kädellä, jolloin voitte alkaa opetella suuntamerkin näyttämistä kädellä. Lisää pyöräilyleikkejä hakusanalla Pyöräliitto: leikkipankki.fi

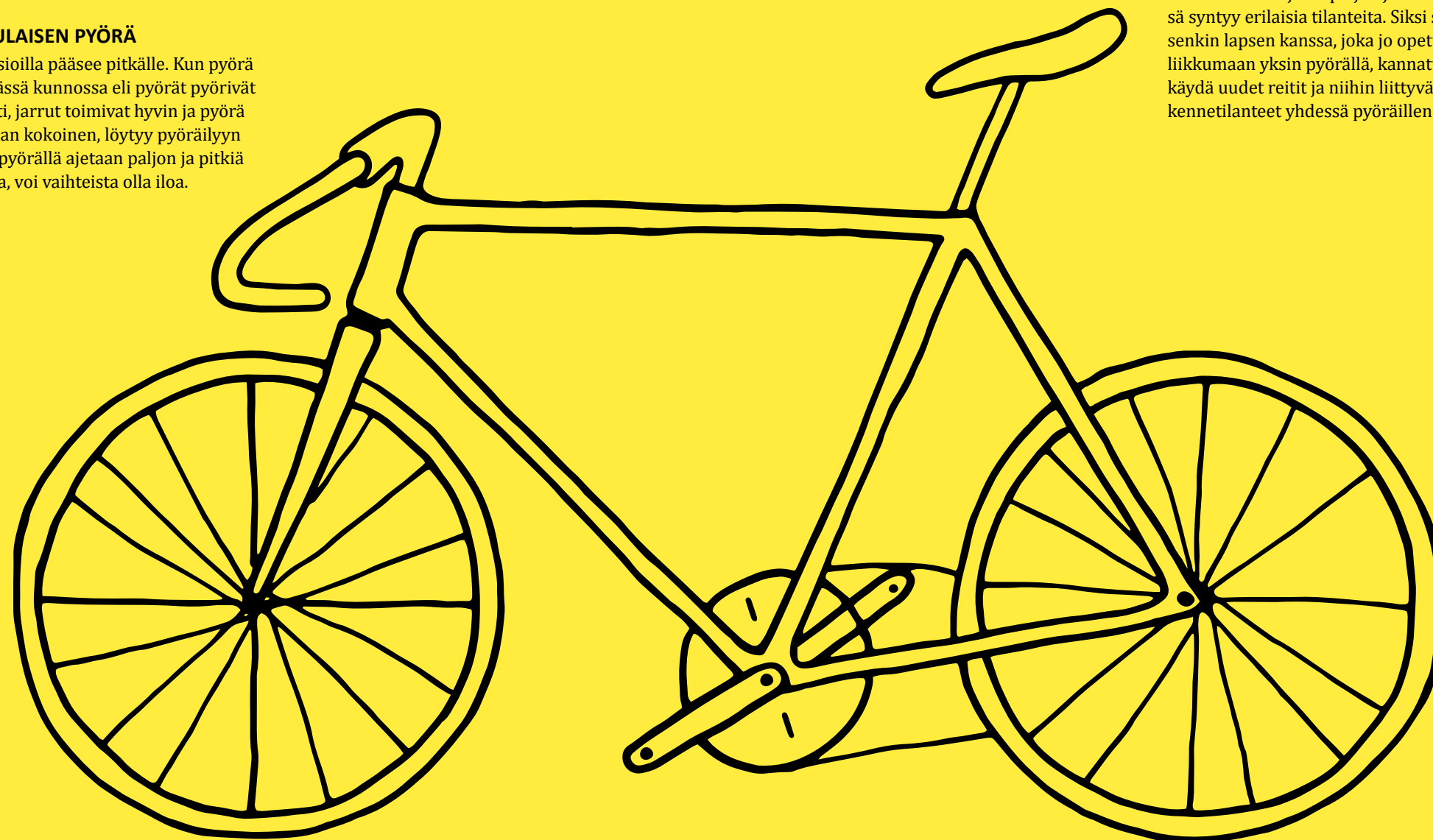


KEVÄT

Jos polkupyörä on ollut talvilevolla, tarkista ainakin, että renkaissa on ilmaa, ketjut eivät ole ruosteiset tai roiku ja sääda satula ja tanko oikealle korkeudelle.

Ennen lumien sulamista on myös hyvä hetki huollattaa pyörä polkupyörähuollossa, jossa vielä ei ole ruuhkaa.

Ps. Lapsenkin kanssa voi pyöräillä myös talvella. Jäisellä kelillä menoa helpottavat nastarenkaat, joita löytyy kaikenkokoisiin pyöriin.





Obligatoryn jäsenet eli Aaron Ruissalo (vas.), Ville Sillanpää ja Miko Kylmä ovat naamioituneet bändinsä perustamisesta saakka kaikissa julkisissa esiintymisissään.

OBLIGATORY tähyää latvaan asti

Yhdessä perustettu bändi lujittaa kaverisuhteita, kehittää soittotaitoa ja kohottaa itsetuntoa. Samalla harrastus vaatii rahaa ja opettaa tekemään kompromisseja.

TEKSTI HANNA KAUPPINEN KUVAT PÄIVI KARJALAINEN

Kolme nuorta miestä tummentaa keskittyneesti mustilla kasvomaalipuikoilla silmiensä alusia. Yllään heillä on yhteneväiset mustat kauluspaidat ja mustat farkut. Kipsistä omin käsin muotoillut mustan- ja metallinhoitoiset naamiot asetellaan kasvojen peitoksi. Täydellinen tummanpuhuvuus viimeistellään vielä suihkepullolla, johon on sekoitettu vettä ja mustaa elintarvikeväriä. Sitä roiskitaan kaulaan, rintaan ja käsiin.

Ollaan heviväbändi Obligatoryn treenikämpällä, teollisuusalueella "in the backwoods of Kokkola", kuten bändi itse luonnehtii Facebook-sivuillaan. 16-vuotiaat **Miko Kylmä** (basso), **Ville Sillanpää** (kitara ja laulu) ja **Aaron Ruissalo** (rummut) valmistautuvat kuvaukseen hallissa, jonka toimistotiloissa he harjoittelevat.

MUSIIKKILUOKKA YHDISTI

Obligatory sai alkunsa noin kaksi vuotta sitten Kiviniityn koulussa, missä Miko jäi musiikkiluokan ovensuuhun "notkumaan", kun Ville ja Aaron soittelivat.

– Olin tuntenut Aaronin kolmannelta luokasta, kun aloitimme musiikkiluokal-

la. Soitin selloa viime kevääseen asti, kunnes halusin alkaa soittaa sähkösoittimia. Nyt olen itseoppinut basisti, Miko kertoo.

Aaronin musiikkiluokainstrumentti oli saksofoni, jota hänkin soitti yhdeksännen luokan loppuun. Nyt hän on päätoiminen rumpali, mutta myös pianon ja kitaran soitto sujuvat.

Ville tuli musiikkiluokalle vasta yläkoulussa. Rehtori antoi Villelle mahdollisuuden sillä ehdolla, että tämä suorittaa tarvittavat musiikin teorian opinnot itseksensä.

– Mikon kanssa olimme olleet kavereita siitä saakka, kun hän kymmenisen vuotta sitten muutti naapuriimme. Vuoden verran kuitenkin treenasimme Aaronin kanssa kahdestaan, Ville selvittää.

Treenikämpä järjestyi Villen vaarilta, jonka yritys toimii tiloissa.

– On mahtavaa, että on tällainen paikka, ja vielä ilmainen, pojat kiittelevät.

KATSE KENGÄNKÄRJISTÄ

Bändi ei ollut virallisesti ollut vielä kauaakaan kasassa, kun tuli ensimmäinen isompi keikkapyyntö koulun Nenäpäivä-



Näyttävät naamiot on muotoiltu omin käsin kipsistä.

sa päättävälle nuorille tarkoitettuun puistokonserttiin kokoontuu muutama tuhat ihmistä.

Uusia kuulijoita on tavoitettu puskaradion sekä aktiivisen somettamisen kautta. Bändi löytyy Facebookista ja Instagramista.

– Kesällä meitä pyydettiin bänditapahtumaan, jossa lähes kaikki soittajat ja yleisö olivat aikuisia. Oli aika hienoa vetää siellä Kokkolan kovimpien punk-äijien kanssa.

Naamioituminen on kuulunut esiintymisiin alusta saakka, koska Obligatory haluaa tarjota yleisölle kokonaisvaltaisen elämyksen, show'n.

– Naamiot ja mustat vaatteet luovat myös alusta saakka ymmärryksen, että soitamme raskasta musiikkia. Näin tyylimme ei tule yllätyksenä, sillä valtaosa



Miko (vas.), Aaron ja Ville haluavat tarjolla yleisölle kokonaisvaltaisen show'n keikoillaan.

tempaukseen. Tätä ennen pojat olivat soitelleet julkisesti lähinnä paikallisen rokkikoulun Open stage -illoissa. Pian Nenäpäivän jälkeen oli toinen koulun juhla, jossa yleisönä oli yläkoulun ja lukion oppilaita, useita satoja nuoria.

– Ennen keikkaa musiikinopettaja kysyi, mikä on bändimme nimi. Emme olleet ehtineet miettiä sitä. Pyörittelimme monia vaihtoehtoja, mutta kun sitten oli pakko keksiä joku, mieleen tuli Obligatory (pakollinen).

Vaikka ensiesiintymiset jännittivät, positiivinen palaute ja soittamisen palo motivoivat.

– Aluksi tuli tuijoteltua enemmän kengänkärkiä. Mutta olemme vapautuneet siitä mukaa, kun soitto on kehittynyt.

Yleisöt ovat edelleen kasvaneet. Viime keväänä Obligatory esiintyi kaupungin Nollapiste-tapahtumassa. Kouluvuoten-

Joskus naamion takana tulee aika kuuma, pojat tunnustavat.



täällä vaikuttavista kokoonpanoista on pop/jazz-painotteisia.

Toki naamion takaa soittaminen madalsi myös omaa kynnystä astua lavalle, etenkin alkuaikoina.

OMA TUOTANTO TYÖN ALLA

Metalli on alusta alkaen ollut itsestään selvä genre Obligatorylle, koska se on kaikille mieluisinta musiikkia. Treenaaminen aloitettiin 80-luvun trash metal -biiseillä, mutta ohjelmisto on muuttunut koko ajan raskaammaksi.

– Ensin soitimme **Metallicaa**, nykyään enimmäkseen **Slipknotia** ja **Pantera**. Ollaan edetty 80-luvulta jo 2000-luvulle.

Bändin esikuvatkin löytyvät mainittujen bändien riveistä.

– Mutta toki tässä tilanteessa kaikki, joilla on kalliimmat vehkeet ja enemmän keikkaa, aiheuttavat kadehdintaa, Miko

hymyilee.

Omaa tuotantoa ei vielä ole, mutta sitä ollaan työstämässä. Porkkanana toimii sekin, että bändi sai juuri kutsun isoon paikalliseen musiikkifestivaaliin pääesiänsä. Sillä ehdolla, että ohjelmistossa on omia biisejä.

TREENEIHIN ON SITOUDETTAVA

Pojilla on koko ajan ollut vanhempiensa ja ystäviensä tuki harrastamiseen, mutta päämäärätietoinen bändissä toimiminen edellyttää myös merkittäviä ajallisia ja rahallisia panostuksia. Ville ja Miko ovat muun muassa luopuneet mopoistaan hankkiakseen soittimia, joihin on sijoitettu paljon rahaa.

Treenikämpällä he kokoontuvat ainakin kahdesti viikossa ja joka kerta siellä vierähtää vähintään kaksi tuntia.

– Tänne ei tulla silloin, kun huvittaa,

vaan silloin, kun on sovittu. Niistä ajoista on pidettävä kiinni.

Miko opiskelee ensimmäistä vuotta lukiossa, Ville ja Aaron ammattiopiston rakennuspuolella.

– Ja tietysti sekin vähän vaikuttaa ajankäyttöön, että olemme kaikki varattuja miehiä. Onneksi tyttöystävät ymmärtävät.

Obligatoryn miehet uskovat, että bändi pysyy kasassa tulevaisuudessakin, vaikka tie veisi Kokkolan ulkopuolellekin. Entä mikä olisi ideaalitalanne kahden vuoden päästä?

– No tietysti Tuska-festivaalin päälavalle. Ettei tarvitsisi enää raksoilla kyykkiä, Aaron heittää muiden nyökytellessä.

Ammattimainen soittaminen onkin yhteinen haave.

– Tuntuu, että ollaan etenemässä ruohonjuuritasolta latvaan asti, Ville kiteyttää. ●

Nyt tarvitaan tekoja lasten hyväksi

MLL on koonnut omaan eduskuntavaaliohjelmaansa konkreettisia ehdotuksia, joilla lasten ja perheiden hyvinvointia voidaan ensi hallituskaudella edistää.

TEKSTI LIISA PARTIO KUVAT TOMI NUOTSALO

Huhtikuussa valittavalla eduskunnalla on edessään kolme isoa uudistusta, jotka kaikki vaikuttavat lapsiperheiden elämään. Kun sosiaali- ja terveydenhuoltouudistusta eli sotea jatketaan tai perhevapaa- ja sosiaaliturvauudistusta tehdään, päättäjillä pitää olla kirkkaana mielessä vaikutukset erilaisiin perheisiin.

Mitä muuta tulevien kansanedustajien on otettava listalleen, että lasten oikeus hyvään lapsuuteen toteutuisi? Eduskuntavaaliohjelmamme ehdottaa konkreettisia tekoja:

TOTEUTETAAN LAPSISTRATEGIA

Toisin kuin monissa muissa maissa, meillä ei ole lapsistrategiaa, joka takaisi perhepolitiikan pitkäjänteisyyttä ja tavoitteellisuutta. YK:n lapsen oikeuksien komitea on antanut Suomelle kehotuksen strategian laatimiseen. Lapsistrategian valmistelu aloitettiin viime vuonna. Uuden hallituksen tehtävänä on huolehtia, että se toteutuu.

OTETAAN KÄYTTÖÖN LAPSIVAIKUTUSTEN ARVIOINTI

Lapsen oikeuksien sopimuksen keskeinen käsite on lapsen etu. Lapsen edun mää-

rittelemiseen ei oma tuntuma riitä, vaan se vaatii selvittämistä. Hyvä työkalu on lapsivaikutusten arviointi, jossa eri päätösvaihtoehtojen vaikutukset lapsiin selvitetään ja lapsia ja nuoria kuullaan ennen päätösten tekemistä. Lapsivaikutusten arviointi otetaan järjestelmällisesti käyttöön päätöksenteossa.

LEVITETÄÄN PERHEKESKUSMALLIA

Lapsiperheiden palveluja on pyritty kehittämään niin, että ne olisi helppo tavoittaa ja ne muodostaisivat kokonaisuuden. Toimivaksi ratkaisuksi on osoittautunut perhekeskus, joka kokoaa yhteen perheiden lähipalveluita kuten neuvolan ja järjestöjen toimintoja, esimerkiksi perhekahvilan. Perhekeskus toimii jo monella paikkakunnalla, mutta malli kannattaa laajentaa koko maahan. Samalla erityis- ja palvelujen, esimerkiksi lastenpsykiatrian osaamista tuodaan peruspalveluihin ja varhaista tukea vahvistetaan.

TEHDÄÄN PERHEVAPAAUUDISTUS

Perhevapaaudistus oli suunnitteilla jo tällä hallituskaudella, mutta se jäi onneksi toteuttamatta: annetut raamit olisivat tarkoittaneet useimmille perheille hei-



Lasten asialla

Esa Iivonen
johtava asiantuntija,
lapsi- ja perhepolitiikka ja
lasten oikeudet



Äänestäjä, vaadi konkretiaa

Suomessa syntyi viime vuonna 47 300 vauvaa. Tätä vähemmän lapsia syntyi viimeksi nälkävuonna 1868.

Lapsen saaminen on henkilökohtainen asia eikä lapsentekokampanjoita tarvita. Hyvällä politiikalla voidaan kuitenkin tukea mahdollisuuksia perheen perustamiseen. Nyt nuorten aikuisten asema työmarkkinoilla ja tulonjaossa on heikentynyt. Työn ja perheen yhteensovittaminen on haastavaa. Julkisen talouden leikkaukset ovat kohdistuneet erityisesti juuri nuoriin ikäluokkiin.

Syntyvyyden raju aleneminen on saanut poliitikot puhumaan perhepolitiikasta. Keskeisenä ratkaisuna syntyvyyden kehityksen kääntämiseen on esitetty perhevapaaudistusta. Perhevapaaudistus ei kuitenkaan automaattisesti tuo yhtään vauvaa. Kysymys on tässä, kuten muussakin politiikassa, sisällöstä. Hyvällä perhevapaaudistuksella voidaan tukea lastensaamisen mahdollisuuksia. Huono uudistus on uusi lapsiperheisiin kohdistuva leikkaus, joka voi entisestään vauhdittaa syntyvyyden laskua.

Äänestäjän ei pidä vaalikentällä tyytyä ehdokkaan lupaukseen perhevapaaudistuksesta vaan kysyä, minkälaista uudistusta ehdokas ajaa. Sama pätee myös esimerkiksi sosiaaliturvauudistukseen. Lapsiperheköyhyys on vuoden 2015 jälkeen kasvanut ja köyhyys työs-

säkäynnistä huolimatta on Suomessa nimenomaan lapsiperheitä koskeva ilmiö.

Koulutukseen ja osaamiseen panostaminen on Suomen kaltaiselle pienelle maalle olennaisen tärkeää. Tästä ovat lähes kaikki yhtä mieltä. Siitä huolimatta varhaiskasvatus ja koulutus ovat olleet viime vuosien leikkausten kärjessä. Ehdokailta kannattaakin tässäkin kysyä konkretiaa. Hyvältä kuulostava ”koulutuksen kehittäminen” voikin tarkoittaa leikkaamista, kuten ammatillisen koulutuksen kohdalla on nähty.

Vaalilupauksia antaville ehdokkaille voi myös muistuttaa, että hyväkään lainsäädäntö ei toteudu itsestään. Jos esimerkiksi lapsiin kohdistuvia seksuaalirikoksia ehkäisevään työhön ei ole voimavaroja, rikoslakiin tehtävien muutosten vaikutukset jäävät vaatimattomiksi. Ennaltaehkäisevä työ on kirjattu lukuisten lakien tavoitepykäliin ja perusteluihin, mutta toimeenpanossa ne voivat jäädä kuolleiksi kirjaimiksi. Suomi on myös täynnä hyvää tarkoittavia suunnitelmia, ohjelmia ja strategioita, jotka jäävät julistuksiksi, kun niiden toimeenpanoon ei ole resursseja.

Lapset tarvitsevat puolustajia eduskunnassa. Kaikista puolueista löytyy ehdokkaita, jotka ovat valmiita tekoihin lapsiystävällisemmän Suomen puolesta. Äänestä sellaista ehdokasta!



kennystä. Suomen perhevapaamalli on Pohjoismaiden jäykin ja korvaustaso matalin. Isät käyttävät vanhempainvapaista vain pienen osan. Tarvitaan uusi perhevapaamalli, joka pidentää vanhempainvapaan kokonaiskestoa, isälle kiintiöityä ansiosidonnaista vapaata ja huomioi nykyistä paremmin perheiden erilaiset tilanteet. Oikeus vanhempainvapaaseen pidennetään siihen saakka, kun lapsi täyttää 18 kuukautta (ns. 6+6+6 -malli). Säilytetään kotihoidontuki, mutta luovutaan kolme vuotta täyttäneiden sisarkorotuksesta.

PARANNETTAA PERUSTURVAA

Lapsiperheiden sosiaaliturvassa tarvitaan sekä kaikkia koskevia etuuksia, kuten lapsilisää ja perhevapaetuksia, että erityistilanteisiin, esimerkiksi vammaisten lasten perheille suunnattuja tukia ja palveluja. Perusturvan pitää taata toimeentulo, jos perheessä on esimerkiksi sairautta, työttömyyttä, työkyvyttömyyttä tai pieni lapsi. Tällä hetkellä perusturvan taso on liian matala eikä se kata kohtuullisia elinkustannuksia. Lapsiperheköyhyys on kääntynyt kasvuun. Yksinhuoltajaperheillä köyhyysriski on muihin verrattuna moninkertainen. Nostetaan perusturvan tasoa, varmistetaan sen ostovoima sito-

malla etuudet indeksiin ja selkeytetään tuen hakemista. Työn ja sosiaaliturvan yhteensovittamisesta tehdään joustavampaa.

KORJATAAN VARHAISKASVATUSTA

Varhaiskasvatustalakeia on viime vuosina uudistettu, mutta työ on edelleen kesken. Uudella hallituskaudella on tarpeen myös korjata tällä kaudella tehtyjä leikkauksia: palautetaan subjektiivinen oikeus kokoikäiseen varhaiskasvatukseen ja palataan aikaisempaan henkilökuntamitoitukseen, jossa seitsemää yli 3-vuotiasta kohti on yksi kasvattaja. Kirjataan lapsen tarvitseman tuen järjestäminen ja konsultoivat psykologipalvelut lakiin. Laajennetaan esiopetus kaksivuotiseksi.

VARMISTETAAN MAHDOLLISUUS KOULUNKÄYNTIIN

Koulukiusaaminen ja sisäilmaongelmat uhkaavat koululaisten hyvinvointia. Oppimistulokset jopa lukemisessa ovat heikentyneet. Erot tyttöjen ja poikien, samoin kantaväestön ja maahanmuuttajalasten välillä ovat suuret. Kaikilla ei ole varaa toisen asteen koulutukseen. On tärkeää, että kaikki oppilaat saavat riittävän hyvän lukutaidon, kiusaamiseen puuttumista vahvistetaan ja sisäilmaongelmien

ratkomiseen luodaan valtakunnallinen malli. Toteutetaan toisen asteen koulumateriaalien maksuttomuus, lisätään opettajia etenkin ammatilliseen koulutukseen ja varmistetaan koulu- ja opiskeluterveydenhuollon resurssit.

TAATAAN HARRASTUKSET

Kaikilla lapsilla pitää olla mahdollisuus harrastaa. Sen varmistamiseksi toteutetaan harrastustakuu, jota varten järjestetään kunnille erillisiä rahastoja. Tuodaan harrastuksia kouluille ja varmistetaan, että kulttuuri-, kirjasto- ja liikuntapalvelut ovat kaikkien lasten saatavilla.

VAHVISTETAAN KANSALAISSYHTEISKUNTAA

Kansalaisten omaehtoinen toiminta vahvistaa suomalaista yhteiskuntaa ja demokratiaa. Jotta kansalaistoiminta säilyy elävänä, varmistetaan, että järjestöjen ja julkisen vallan kumppanuus toimii ja kansalaisjärjestöt saavat jatkossakin avustuksia toimintansa tueksi. Laaditaan kansalaisyhteiskuntastrategia, jossa nimitetään toimet kansalaisyhteiskunnan edellytysten turvaamiseksi. ●

Tutustu vaaliohjelmaan mll.fi/vaalit

ASETU KUULOLLE!

Lukutaito- ja kirjallisuuskeskustelu kaipa lasten ja nuorten omia mielipiteitä ja näkökulmia. Lapsen Maailma -lehden Kirjanmerkki-podcastissa pääset kuulemaan niitä. Siinä lapset ja nuoret puhuvat omalla äänellään.

Podcast pureutuu siihen, kuinka erilaiset lapset ja nuoret lukevat – ja millaiset kirjat heitä lukijoina inspiroivat. Jokainen jakso esittelee sekä kirjauutuuden että klassikon ja käsittelee niiden myötä tärkeitä yhteiskunnallisia teemoja.

“Meidän aikuisten tulee muistaa, että lapsilla ja nuorilla on paljon sanottavaa lukemisesta ja kirjallisuudesta. Kirjanmerkki päästää ääneen joukon hyvin erilaisia lukevia lapsia ja nuoria”, podcastin toimittaja Maija Puska kuvaa.



Lapsen Maailma -lehti on Lastensuojelun Keskusliiton kuukausijulkaisu. Se on ainoa suomalainen lehti, jossa julkaistaan säännöllisesti lasten- ja nuortenkirjakritiikkejä. Koko Lapsen Maailma -lehden tuotto käytetään Keskusliiton toimintaan.

Kuuntele Kirjanmerkkiä Lapsen Maailman verkkosivuilla lapsenmaailma.fi. Samasta osoitteesta voit myös tilata lehden!





Kuva: Anna Aulio

Silittäminen on kultaa

Hellä kosketus on yksi tärkeimmistä vanhempien ja lapsen välisen vuorovaikutuksen keinoista.

Tutkijalääkäri **Jetro J. Tuulari** kertoi Neuvolapäivillä tutkimuksista, joissa on todettu, että silitteleminen aktivoi jo kuukauden ikäisellä vauvalla samat aivojen keskeiset tunnealueet kuin aikuisilla.

Silittelyllä on yhteys erityisesti sellaisiin aivojen alueisiin, joilla on tekemistä tunteiden säätelyn ja erityisesti positiivisten tunnetilojen kanssa. Silittäminen on myös helpoa: sen osaa jokainen.

Konsertteja kohtuvauvoille

Espoossa toimiva Tapiola Sinfonietta aloittaa säännölliset konsertit kohtuvauvoille. Pomppupallo-nimisissä konserteissa luodaan musiikin avulla suhdetta syntymättömään lapseen.

Tutkimusten mukaan ihmisen ensimmäinen aistimus on rytmi. Kohdussa äidin sydän soi kuin bassorumpu, jota säestää verisuonten suhina.

Pomppupallo-konserteissa lauletaan tuttuja lauluja, tehdään helppoja rytmejä ja kuunnellaan musiikin resonointia kehossa. Konsertit on tarkoitettu äideille, joiden laskettu aika on tänä vuonna.

Lisätieto ja ilmoittautumiset: tapiolasinfonietta.fi/yleisotyo/pomppupallo/

Vauva vai työpaikka?

Valtakunnallisen 18–75-vuotiaille tehdyn kyselyn mukaan alhaiseen syntyvyyteen Suomessa vaikuttavat epävarmat työnäkymät, työelämän kovat vaatimukset ja silpputyö. Työ menee lapsen edelle myös siksi, että synnytysikäiset keskittyvät perhe-elämää mieluummin työhön, ystäviin ja matkusteluun.

Suomalaisten mielestä yksi tärkeimmistä ratkaisukeinoista hyvinvointiyhteiskunnan palvelujen takaamiseen on työaikajoustot, joissa perhe-elämä ja työn vaatimukset olisivat nykyistä helpompaa sovittava yhteen. Lisätieto: **viestintätoimisto Aivela Oy**.

Lehtikone päiväkodeille

Nyt on mahdollisuus tehdä lapsen kanssa oma lehti, jossa lapsi voi mm. harjoitella tekemään sisältöä ja ilmaisemaan mielihiteensä. Digitaalinen ohjelma ja tehtävät ottavat huomioon varhaiskasvatussuunnitelman, ja materiaalin kehittämisessä ovat olleet mukana päiväkodit.

Lisätieto: www.aikakausmedia.fi



Kuva: Colourbox

Puhu seksistä nuoren kanssa

Seksistä puhuminen nuoren kanssa voi tuntua vanhemmasta vaikealta, mutta puhuminen kannattaa. Se auttaa nuorta pitämään itsestään huolta ja välttämään riskejä. Tässä muutamia vinkkejä alkuun pääsemiseen:

- Etsi keskustellulle hyvä aika ja paikka. Usein juttelua helpottaa, jos tilanne on arkinen ja rento kuten ruokaa laittaessa tai elokuvaa katsoessa.
- Kurkista nuoren maailmaan ilman omia olettamuksiasi nuoren seksuaalisesta suuntautumisesta, sukupuolen kokemisesta, nuoren ihastumisista, kiinnostuksista ja kokemuksista.
- Älä kerro omista kokemuksistasi nuorelle, se voi tuntua hämmentävältä. Kun rajaat omat kokemukseksi keskustelun ulkopuolelle, lapsesi saa mallia itsensä suojelemisesta ja rajaamisesta.
- Älä yritä olla seksuaalikasvatuksen ammattilainen, vaan puhu omaan suuhusi sopivaa kieltä.
- Kunnioita nuoren tunteita ja kokemuksia ja vältä vähättelyä tai jyräämistä. Jos nuori kieltäytyy juttelemasta, älä loukkaannu, vaan pala aiheeseen toiste.
- Arvosta nuortasi ja anna hänelle hyvää palautetta, sillä se vahvistaa nuoren käsitystä itsestään ja auttaa häntä pitämään huolta itsestään.
- Osta kondomeja nuorellesi. Yksi tavallisimmista syistä jättää ehkäisy käyttämättä on se, että ehkäisyä ei ole hankittu etukäteen.

Lisätieto Väestöliitto, www.kumita.fi



Kuva: Jani Laukkanen

Lisää osallisuutta kouluihin

Osallisuuden vahvistaminen ehkäisee tehokkaasti syrjäytymistä. Tuoreimman Kouluterveyskyselyn mukaan lapset ja nuoret kokevat vaikutusmahdollisuutensa paremmiksi niissä kouluissa, joissa oppilaat ja vanhemmat on otettu mukaan koulutyön suunnitteluun, opetussuunnitelmien laatimiseen ja hyvinvointia koskevien yhteenveitojen käsittelyyn. Reilut 20 prosenttia peruskouluista ovat ottaneet oppilaat ja vanhemmat mukaan koulunkäynnin suunnitteluun.

Nuuskaaminen lisääntyy

Teini-ikäiset nuuskaavat yhä enemmän. He pitävät nuuskaamista vähemmän haitallisena kuin tupakointia. Sitä on myös helpompi piilotella aikuisilta kuin tupakointia.

Nuuskauskäyttö on yleistä esim. koulussa oppi- ja välitunneilla, vaikka tupakkalaki kieltää sen käytön oppilaitosten sisä- ja ulkotiloissa. Yksi syy nuuskauskäyttöön nuorten mielestä on se, että nuuskaamisesta ei todennäköisesti rangaista samalla tavalla kuin esim. tupakoinnista.

Tyypillisiä nuuskauskäyttäjiä ovat pojat ja urheilijat, mutta myös tytöt nuuskaavat yhä useammin.

Monet nuoret toivovat, että vanhemmat olisivat paremmin perillä nuuskaamisesta ja siihen liittyvästä kulttuurista. Nuoret uskovat, että jos vanhempien kanssa voisi oikeasti keskustella aiheesta, se saattaisi vähentää nuuskaamista.

Lähde: **Ehyt ry:n Nuoret ja nuuska -selvitys**

Unicefin mukaan joka neljäs lapsi Suomessa on kokenut koulukiusaamista vähintään kerran kuussa.

Uusi nimilaki tuli voimaan vuoden alusta. Etunimiä voi antaa nyt neljä aiemman kolmen sijaan.



Kuva: Colourbox

Maahanmuuttajille on tarjolla maksutonta etäneuvontaa suomalaisesta kulttuurista ja yhteiskunnasta osoitteessa www.info-lango.fi

Kirjoja

Jokaisella ihmisellä on kyky rakastaa, jokainen ihminen on seksuaalinen. Vanhempi voi tukea lastaan itsetunnon ja kehonkuvan rakentamisessa monin tavoin. Seksuaalisuuden kehittymistä käsittelevä teos esittelee 11 seksuaalisuuden porrasta ja tarjoaa niihin liittyviä tehtäviä. **Cacciatore & Korteniemi-Poikela: Rakkaus, ilo, rohkeus. Seksuaalisuuden portaat.** Minerva Kustannus.

Vanhemman tunnetaitokirja esittelee pinnanvenytysmenetelmän arjen vaikeisiin tilanteisiin. Käytännön esimerkit opastavat, miten tiukassa tilanteessa voi valita rakentavan toiminnan sen sijaan, että reagoi lapsen kiukkuun. **Elina Kauppila: Huomaa hetki perheessä. Vanhemman tunnetaitokirja. Viisas elämä.**

Resilienssi on mielen joustavuutta, jota tarvitaan elämän muuttuvissa tilanteissa ja vastoinkäymisissä. Ensimmäinen suomalainen tietokirja aiheesta tarjoaa tietoa tekijöistä, jotka vaikuttavat taitoihimme pärjätä muutoksissa. **Soili Poijula: Resilienssi. Muutosten kohtaamisen taito.** Kirjapaja.



Kritiikkiä perhepolitiikalle

Suomalaiset suhtautuvat kriittisesti harjoitettuun perhepolitiikkaan. He kaipaavat lisää joustavuutta työn ja perheen yhteensovittamiseen, perhetukiin ja -vapaisiin. Perheiden tulisi voida päättää itsenäisesti perhevapaista, ilman kiintiöitä. Suomalaisia huolestuttaa myös perheiden jakaantuminen hyvä- ja huono-osaisiin. Lähde: **Perhebarometri 2018.**

Mukaan sarjakuvakilpailuun!

Kopiosto järjestää sarjakuvakilpailun, jonka aiheena on tekijänoikeudet. Teoksella on tekijänsä -kilpailussa on sarja 7–12-vuotiaille ja 13–16-vuotiaille. Kilpailu sopii hyvin esim. kouluihin, nuortentyöpajoihin ja kerhoihin ja se kestää 8.3. saakka.

Lisätietoa: www.kopiosto.fi/sarjakuvakilpailu



Kuva: Colourbox

Yhdessä tekeminen on parasta

Vastoin monen aikuisen ennako-oletuksia ruutu aika ei ole lapselle mieluisin asia vapaa-ajalla. Tärkeintä on yhdessä tekeminen ja oleminen sekä ruoka ja ruokailu. Lähde: **Lapsibarometri 2018.**

Haastavan lapsen liikunta

Vanhemmat liikkuvat harvoin lapsensa kanssa tai kannustavat lastaan liikkumaan silloin, jos he kokevat lapsensa temperamentin haastavaksi. Esim. ulkoilukerrat vähenevät, jos lapsen pukeminen tai pukeutuminen on haastavaa. Tutkimuksessa havaittiin myös se, että kahden vanhemman perheissä joko molemmat vanhemmat tukevat lapsen liikunta-aktiivisuutta tai sitten sitä ei tue kumpikaan. Lähde: **Taitavat tenavat -tutkimus.**

Moomin Characters & Gutsy Animations / Yle



Huippuanimaatiosarja muumeista

Uusi, suomalais-brittiläinen animaatiosarja **Muumilaakso** tuo iki-ihanaat Tove Janssonin hahmot jälleen eloon. Muumi-kirjojen tarinat on kirjoitettu ajankohtaisiksi ja toteutettu ensimmäistä kertaa 3D-animaationa. Animoinnissa on käytetty maalauksellisuutta korostavia erikoisefektejä ja jokaisessa jaksossa kuullaan musiikkia kotimaisilta ja kansainvälisiltä artisteilta. Muumipeikkoa ääninäyttelee Joonas Nordman, Muumimamma on Satu Silvo ja Muumipappa Ville Haapasalo. Suomen kaikkien aikojen kallein tv-tuotanto, 13-osainen Muumilaakso-sarja, nähdään Yle TV2:ssa 25.2. alkaen, katsottavissa myös Yle Areenassa. yle.fi/aihe/muumilaakso



Seikkailukierros teatterin uumenissa

Seniorisalopoliisit Lempi Etsivä ja Sir Lokki tarvitsevat apua tähtitieteellisen tehtävän ratkomiseen. **Avaruusseikkailu H₂O** avaa lapsille salaisia kammioita Oulun kaupunginteatterin seikkailukierroksella. 6–9-vuotiaille suunnattu teatterikierros tarjoaa tehtävänratkaisua ja teatterin taikaa. Kierrokseen voi osallistua Oulun kaupunginteatterissa 28.3.–4.5. www.teatteri.ouka.fi



Leikkisiä menopelejä

Millaista on kulkeminen lentäjän, merikapteenin tai veturinkuljettajan johdolla? Miten liikutaan lujaa maalla, merellä ja ilmassa, entä mitä lasten tulisi tietää liikennesäännöistä? Suomen Lelumuseo Hevosenkengän uusi näyttely kertoo liikenteestä leikinomaisesti. **Menopeli-leikki**-näyttely esillä Espoon Weegee-keskuksessa 26.3. alkaen. www.lelumuseohevosenkenka.fi



Nukketeatteri tutkii maapalloa

Mitä luonnossa tapahtuu, mikä saa maapallon hikoilemaan? Kaksi jörötutkijaa lähtee ottamaan selvää luonnon tilasta Nukketeatteri Kuumen Ankanpoikasen ajan ilmiöitä luotaavassa esityksessä. **Riimittelevä nukke** -esitys toteutetaan kokonaan ulkoilmassa. Turun Tehdas-teatterin aulasta lähtevään esitykseen voi osallistua 27.4.–12.5. www.tehdasteatteri.fi

Nuoret löytävät luonnon

13-vuotias Emika rakastaa luontoa ja sukeltaa kuin merenneito. Yhdessä serkkunsa Antin kanssa hän seuraa eläinten vaihteita ja maisemia Suomen jokaisena vuodenaikana. Talvella nuoret yöpyvät jäällä revontulten alla, keväällä he kohtaavat maailman harvinaisimman hylkeen, saimaannorpan. Petteri Saarion kuvaama ja ohjaama elokuva kertoo luonnosta lasten ja nuorten maailmasta käsin. **Vedenneito**-dokumentti elokuvateattereissa 5.4. alkaen. www.vedenneito.fi

Maarit Piippo



Kuva: Eemeli Näntinen

Ikivihreiden lastenlaulun konsertti

Kuinka käy Mikki Hiireltä merenkulku tai Teddykarhulta huviretki? Entä kuka asui Vaahteramäellä tai Kumputiellä? Lastenmusiikkiorkesteri Loiskis ja laulaja Eeva-Leena Pokela esittävät yhdessä rakastettuja lastenlauluja. **Lastenmusiikin ikivihreät** -konsertti kuullaan Kemian kaupungin 150-vuotissyntäreillä Sauvosalissa 2.3. sekä Keski-Pohjanmaan konservatoriossa Kokkolassa 27.4. www.kemi.fi ja www.kamariorkesteri.fi



Koirat kertovat historiasta

Kenestä Vaasan kaupunki on saanut nimensä ja miten suomalaiset saivat ensimmäisen aapisensa? Koiramäellä kerrotaan tarinoita Suomen historiasta Ruotsin vallan ajalta, 1500-luvulta 1800-luvun alkuun. Mauri Kunnaksen kuvakirjoihin perustuva koko perheen näytelmä **Koiramäen Suomen historia** nähdään Suomen Kansallisteatterissa 5.3.–17.5. www.kansallisteatteri.fi

#meidänmll



Hei jäsen, kerro oma MLL-tarinasi!

Millainen on sinun MLL-tarinasi? Miten sinä tulit mukaan? Mikä sinut pitää mukana? Mikä on parasta, mitä sinulle on MLL:n toiminnassa tapahtunut? Mikä viimeksi nauratti?

Alkuvuodesta kerromme tarinoita yhteisestä järjestöstämme. Hyppää mukaan jakamalla MLL-tarinasi sosiaalisessa mediassa. Palkitsemme sykkädyttävimmät tarinat.

Kilpailuun voit osallistua tekemällä postauksesta Instagramissa, Twitterissä tai Facebookissa julkisen ja lisäämällä siihen hashtagin #MeidänMLL. Tarinansa somessa jakavien kesken arvomme 2 kappaletta 35 euron arvoista Oppi ja ilo -tuotepalkintoa. Arvonta suoritetaan 18.3.2019 ja voittajille ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

KUVA KEKSI AGENCY OY



KUVA HOPLOP

JÄSENEDET

Lapsemme-lehti

- 4 kertaa vuodessa, maksaville jäsenille

Paikalliset edut

- MLL:n jäsenperheet saavat yleensä alennuksia muun muassa paikallisyhdistysten kerhomaksuista. Muista mahdollisista paikallisista jäseneduista yhdistyksesi tiedottaa jäsenkirjeissään ja nettisivuillaan.

Matkailu ja vapaa-aika

- Anttolanhovi
- Duudsonit Activity Park
- Elixia
- Hakoapajan Aikhikylä
- Hotelli Helka
- HopLop **UUSI!**
- Ikaalisten matkatoimisto
- Kuortaneen urheilupuisto
- Naantali Spa ja Ruissalon kylpylä
- Ranuan eläinpuisto
- Scandic-hotellit
- SIIDA – Saamelaimuseo ja luontokeskus
- Sokos-hotellit
- Break Sokos Hotel Eden -kylpylä ja kuntosali
- Tiedekeskus Heureka
- Viking Line

Alennukset tuotteista ja verkkokaupoista

- Addnature
- Decola.fi
- ELLI Early Learning
- Instrumentarium
- GuardianX **UUSI!**
- Jesper Junior
- Juhlamaailma.fi
- Kuntokauppa.fi
- Larun Moms
- Lastentossut.fi
- Leikkien.fi
- Lillevilla.fi
- Lumilapset.fi
- Nekku Design
- Oppi & ilo
- Shadeshares-muumiaurinkolasit
- Sinooperi
- Sisustusputiikki
- Synsam
- Tohvelisankari.fi
- Vaapero-lastentarvike
- VM-Carpet

Auto- ja välinevuokraus

- City Car Club
- Hertz-autovuokraamo

JÄSENPALVELU

Jos sinulla on kysyttävää jäsenyydestä, voit lähettää sähköpostia osoitteeseen jasenpalvelu@mll.fi tai soittaa **ti-to klo 9–11** numeroon **075 324 5540**. Muuttuneet yhteystietosi voit ilmoittaa täyttämällä lomakkeen osoitteessa mll.fi/jasenyyss



87 000 jäsentä

548 YHDISTYSTÄ

Etsi oman alueesi yhdistys
www.mll.fi/yhdistyshaku
Yhdistysten tapahtumahaku
www.mll.fi/tapahtumahaku

10 ALUEELLISTA PIIRIÄ

Etsi oman alueesi piiri
www.mll.fi/yhdistyshaku
Piirien tapahtumahaku
www.mll.fi/tapahtumahaku

KESKUSJÄRJESTÖ

pääsihteeri Milla Kalliomaa
Keskusjärjestön yhteystiedot
osoitteessa www.mll.fi/yhteystiedot

LIITTOHALLITUS

puheenjohtaja
professori Mirjam Kalland

LIITTOVALTUUSTO

puheenjohtaja
hallintojohtaja Tarja Larmasuo

VANHEMPAINPUHELIN

p. **0800 922 77** (maksuton)
ma 10–13 ja 17–20
ti 10–13 ja 17–20
ke 10–13
to 14–20
vanhempainnetti.fi

LASTEN JA NUORTEN PUHELIN

p. **116 111** (maksuton)
ma–pe 14–20, la–su 17–20
nuortennetti.fi

Tarkemmat tiedot jäseneduista
mll.fi/jasenedut

Sen haluaisin lukea...

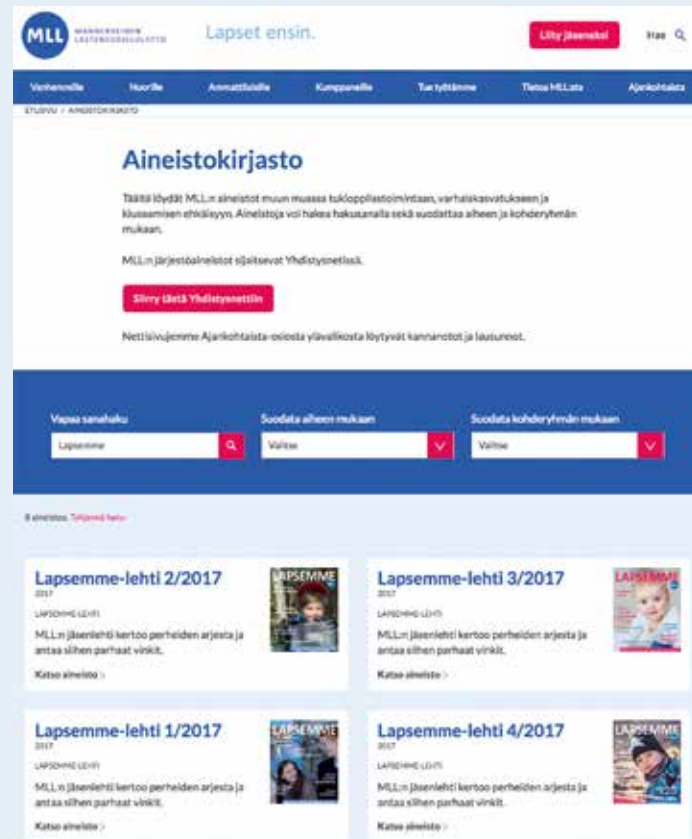
Oletko etsinyt nettisivuiltamme julkaisuja lasten kaverisuhteista tai vaikka mediakasvatuksesta? Onko mielessäsi joku tietty esite tai opas, jonka haluaisit lukea. Nyt tähän on oiva tilaisuus, sillä olemme avanneet Aineistokirjaston, johon on koottu kaikki MLL:n nykyiset julkaisut.

Aineistokirjastosta löydät muun muassa lehtiset lapsen kehityksestä, vuosiraportit, kyselyt ja koulutusoppaat. Siellä on myös videoita, huoneentauluja, tehtäväkirjoja ja Lapsemme-lehdet. Nimikkeitä on satoja.

Voit etsiä materiaalia sanahallaulla tai aiheen mukaan, joita ovat esimerkiksi lapsen kasvu ja kehitys, kiusaamisen ehkäisy, tukimateriaali vanhemmille tai tukioppilastoiminta. Aineistot löytyvät myös kohderyhmän mukaan: vanhemmille, varhaiskasvattajille, harrastustoimintaa ohjaaville jne. suunnatut materiaalit. Tervetuloa tutustumaan!

mll.fi/aineistokirjasto

Ps. MLL:n aineistot vapaaehtoisille ovat Yhdistys-netissä.



Löydät muun muassa nämä suositut julkaisut.



Mikä huolettaa, VANHEMPI?

Osallistu kyselyyn!



MLL järjestää helmikuusta toukokuun loppuun vanhemmille sekä muille lasten ja nuorten läheisille huoltajille Vanhemman ääni -verkkokyselyn, jolla selvitetään vanhempien huolia viimeisen vuoden ajalta. Lisäksi kysytään, mistä aiheista vanhemmat kaipaavat lisää tietoa ja millaisia verkkoapuvälineitä he mieluiten käyttäisivät.

Vastausten avulla kehitämme MLL:n Vanhempainnettä vastaamaan entistä paremmin vanhempien toiveita ja tarpeita. Vanhempien viestit viedään myös päättäjien tietoon.

Kyselyyn pääset vastaamaan osoitteessa www.mll.fi/vanhemmanaani

Vastanneiden kesken arvotaan 20 elokuvalippua.





Oppi&ilo



Lasken ja päättelen

Puhun, luen ja kirjoitan

4-6 v



0-3 v



4-6 v

PUUHAA talvilomalle!

Tutkin ja havainnoin!



3-4 v



5-6 v



MLL:n jäsenenä saat -10% alennuksen verkkokaupastamme koodilla MLL2019

DESIGN FROM FINLAND

Oppi&ilon puuhakortit, pelit ja toiminnalliset kirjat viihdyttävät, antavat tilaa oivalluksille ja innostavat oppimaan. Iloisen oppimisen ammattilaiset ovat luoneet Oppi&ilo-sarjan, jotta lapset saavat loistaa.

Löydät tuotteet kirjakaupoista, marketeista ja tavarataloista tai voit tilata ne kätevästi kotiin verkkokaupastamme www.oppijailo.fi