



## Venäjän hyökkäys Ukrainaan on järkyttänyt kaikkia. Tavallisen turvallisen arjen jatkaminen on tärkeää ja MLL:n kohtaamispaikat ja perhekahvilat tarjoavat tässäkin hetkessä paikkoja tulla yhteen ja jakaa kokemuksia.

MLL:n toiminnassa tilanne tulee näyttäytymään eri tavoin. Osa kävijöistä tulee perhekahvilaan ja kohtaamispaikkoihin saadakseen hengähdystauon uutistulvasta ja osa haluaa keskustella ja saada tukea vaikeiden tunteiden käsittelyyn. Yksin ei kannata jäädä. On tärkeää, että arjen rutiinit säilyvät niin lapsen kuin vanhemman näkökulmasta.

Suomeen sotaa ja konflikteja paenneille maahanmuuttajataustaisille lapsille ja aikuisille tämä tilanne herättää aivan omanlaisiansa tunteita ja pelkoja. Osaan perheistä tilanne vaikuttaa jo nyt suoraan. On syytä valmistautua myös siihen, kuinka Ukrainasta Suomeen tulevat perheet löytävät toimintaamme.

Alle on kerätty tietoa ja tukea perhekahvila- ja kohtaamispaikkatoimintaa ajatellen asian käsittelyyn. Jokainen perhekahvilaohjaaja, kohtaamispaikan työntekijä tai vapaaehtoinen voi hyödyntää materiaalia oman osaamisen ja mahdollisuuksien ja sen mukaan, millaisia tarpeita perheiltä nousee. Tarpeen tullen perhekahvilaan voi kysyä jalkautuvaa vierailija-asiantuntijaa esimerkiksi kunnan lapsiperhepalveluista. Luodaan yhdessä turvaa ja tulevaisuudenuskoa lapsille ja nuorille. Muista – MLL on sinua varten juuri nyt.

### MLL:N SIVUILLE ON KERÄTTY KATTAVA TIETOPAKETTI JA MATERIAALIA KÄYTTÖÖN

Materiaalia löytyy niin lapsille ja nuorille, vanhemmille kuin ammattilaisille: [MLL tukee Ukrainan tilanteen käsittelyssä - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)

Sivulta löytyy tietoa esimerkiksi aiheista:

- [Miten puhua lapselle sodasta? - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- [Yhdenkään lapsen ei pidä joutua häpeämään tai pelkäämään taustansa vuoksi - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- [Median aiheuttamat pelot lapselle - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)

### LEIKKI ANTAA ILOA JA AUTTAA KÄSITTELEMÄÄN TUNTEITA

Yhteisen leikin kautta voi harjoitella tunteiden käsittelyä ja lisätä iloa ja voimavaroja. Leikki yhdistää ja ylläpitää toivoa ja turvallista arkea. Kaikkia seuraavia voi tehdä ryhmässä.

- [Auringonkukan askartelu](#). Auringonkukka on Ukrainan kansalliskukka. Liitteenä ohje yhteisen kukan askarteluun. [Yhteinen auringonkukka - Leikkipankki](#)
- [Jähmettyneet tunteet - Leikkipankki](#)
- [Kirjavien tunteiden kollaasi - Leikkipankki](#)
- Hyödynnä esimerkiksi satuhierontaa: [Satuhieronta perusturvallisuuden vahvistajana](#)
- Hengitys- ja rentoutusharjoituksia löytyy esimerkiksi: [Rentoudu nallen kanssa Pikku-kakkosessa](#)
- Sadutus on hyvä tapa asettautua lapsen kokemusmaailman äärelle.
- Unelmakartta sopii niin lasten kuin vanhempien kanssa tehtäväksi.
- [Leikkiviikko lähestyy](#). Tapahtuman kautta voit vahvistaa iloa ja toivoa alueellasi. [Ilmoita Leikkipäivä-tapahtuma - Leikkipäivä \(leikkipaiva.fi\)](#)

### RYHMÄKESKUSTELUT

Vanhemmat voivat kaivata ohjattua keskustelua ja haluta tietää esimerkiksi, kuinka varautua ennalta uhkaaviin tilanteisiin. Keskusteluja voi pitää myös etänä. On tärkeää huomioida, ovatko lapset läsnä tilanteessa, tai voiko lapsille järjestää toimintaa erillisessä tilassa sillä aikaa.

Liitteenä vinkki perhekahvilakeskustelun aiheeksi.



### JOS PERHE TARVITSEE LISÄTUKEA, AUTA AVUN PIIRIIN

Jos perheessä tarvitaan asian käsittelyyn ammatillista tukea, auta perhettä löytämään keskustelukontakti. Ohjaa tarvittaessa vanhempainpuhelimeen tai -chattiin tai kunnan, seurakunnan tai järjestöjen avun piiriin.

- Vanhempainpuhelin ja -chat ja lasten ja nuorten puhelin ja chat tukevat ajatusten käsittelyssä normaaliin tapaan.
- Katso lisää: [Mistä apua perheen huoliin ja kriiseihin? - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- MIELI ry:n Kriisipuhelin päivystää 24 tuntia vuorokaudessa joka päivä numerossa 09 2525 0111.

### VOIMME AUTTAA UKRAINASTA TULEVIEN PERHEIDEN SOPEUTUMISTA

Uuteen kotikuntaan tulevilla perheillä voi olla takanaan rankkoja kokemuksia. Suomalainen yhteiskunta on heille vieras. Tarjoamalla tukea ja tekemistä voimme helpottaa sopeutumista uusiin olosuhteisiin. Yhteisen kielen puuttuminen ei ole este. Osoittamalla esineitä, näyttämällä kuvia ja nimeämällä niitä, voimme ymmärtää toisiamme ja samalla opettaa suomen kielen alkeita. Esimerkiksi leikkiminen, piirtäminen, urheileminen, pelien pelaaminen, tanssiminen ja ruoanlaitto onnistuvat ilman yhteistä kieltä.

- Ukrainan kielellä oleva perhekahvilakutsu liitteenä
- Yhdistysnetistä löydät perhekahvilakutsut esimerkiksi englannin, venäjän ja arabian kielillä.







# Yhteinen auringonkukka

Askarrellaan yhdessä auringonkukka. Auringonkukka on Ukrainan kansalliskukka.

Tarvikkeet: ruskeaa pahvia / kartonkia, keltaista kartonkia / paperia, liimaa, kyniä.

1. Aikuinen voi leikata pahvista ison ruskean ympyrän valmiiksi.
2. Osallistujat (lapset ja aikuiset) piirtävät jokainen oman kätensä kuvan keltaiseen pahviin ja leikkaavat ne irti. Pieniä lapsia autetaan, isommat voivat tehdä itsenäisesti.
3. Leikattuihin kädenjälkiin voidaan kirjoittaa ja piirtää esimerkiksi ajatuksia unelmista ja toiveista tai muusta valitusta teemasta. Ajatukset voivat liittyä myös esimerkiksi vahvuuksiin.
4. Kädenjäljet liimataan ruskean ympyrän reunoille kukan terälehdiksi.
5. Kukka asetetaan esille yhteiseen tilaan muistuttamaan siitä, että emme ole yksin, vaan yhdessä!



MANNERHEIMIN  
LASTENSUOJELULIITTO

LAPSET ENSIN



# Ласкаво просимо до сімейного кафе!

Шукаєте місце для зустрічі з іншими сім'ями у вашому районі?

Завдяки заходам MLL ви можете познайомитися з батьками у вашому районі, знайти товариша для своєї дитини або просто відпочити. Сімейне кафе — це місце зустрічі, відкрите для всіх. Завдяки співпраці відвідувачів та волонтерів створюється приємна атмосфера.

Ліга захисту дітей Маннергейма (MLL) є політично незалежною НУО, яка сприяє благополуччю сімей з дітьми.

Сімейне кафе в цьому районі зустрічає:  
Tämän alueen perhekahvila kokoontuu:

Час (Aika):

Місце (Paikka):