

Perheneuvolan tiedote toiminnasta korona-aikana

Perheneuvolan toiminta jatkuu normaalisti, mutta samalla pyrimme varmistamaan asiakkaillemme ja työntekijöillemme turvallisen tavan työskennellä. Perheneuvolassa toimitaan THL:n, Pirkanmaan sairaanhoitopiirin ja Tampereen kaupungin ohjeistusten mukaisesti. Samojen ohjeistusten noudattamista edellytetään asiakkailta ja yhteistyökumppaneilta. Pienistäkin hengitystieoireista tulee jäädä kotiin ja ole yhteydessä omaan työntekijäsi puhelimitse. Matkustusrajoitusten alaisista maista palanneet voivat tulla perheneuvolaan kahden viikon kuluttua kotiinpaluustaan.

Teemme vastaanottotyötä kasvatusten turvavälit huomioiden. Henkilökunnalla on käytössä kasvomaskit. Myös asiakkaiden toivotaan käyttävän kasvomaskia. Pirkanmaan sairaanhoitopiiri suositaa kansalaisille (yli 12-v.) kasvomaskien käyttöä julkisissa tiloissa. Video- tai puhelinvastaanottoa voidaan tarjota kaikille etäyhteyttä toivoville asiakkaille. Verkostopalaverissa noudatetaan yleisiä kokoontumisrajoituksia ja hyödynnetään etäyhteyksiä. Odotustilojen lelut on toistaiseksi poistettu käytöstä ja työskentelyssä mahdollisesti käytettäviä välineitä, leluja ja pelejä käytetään hygieenisuus huomioiden. Kaikilta edellytetään hyvää käsihygieniaa. Tapaamisten turvallisesta toteuttamisesta voidaan aina neuvotella asiakkaan kanssa.

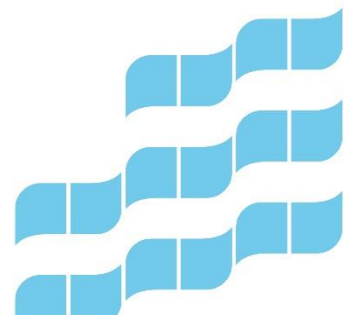
Yleiset kokoontumisrajoitukset koskevat myös perheneuvolan ryhmätoimintaa, joten kevään toimintaa on jouduttu siirtämään. Ryhmiä pyritään järjestämään, kun kokoontumisrajoitukset antavat tähän mahdollisuuden. Ryhmätoimintaa on suunnitteilla jälleen syksyille 2021.

Perheneuvolan toimintaa mukautetaan tilanteen muuttuessa.

Huolehditään toisistamme yhdessä!

Jos jo sovittujen tapaamistesi toteuttaminen mietityttää, ole yhteydessä omaan työntekijäsi.

Perheneuvolan kaikille avoin neuvontapuhelin 040 800 7910 palvelee maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 12 - 14.



Perheiden jaksaminen korona-aikana

Ajankohtainen tilanne vaatii meiltä kaikilta kärsivällisyyttä ja jaksaminen voi olla koetuksella. Pitkittyvä tilanne herättää perheissä monenlaisia tunteita. Tilanne on voinut vaikuttaa perheeseen myös taloudellisesti. Vanhempi voi tarvita muita aikuisia, joiden kanssa pohtia omia huoliajatuksiaan ja kuormitustaan. Lasta kannattaa suojata jatkuvalta huolipuheelta, mutta samalla lapsi kaipaa ikätasoista faktatietoa tilanteesta. Jos oma, perheen tai lapsen jaksaminen mietityttää, niin ota huolesi puheeksi esimerkiksi neuvolassa tai kouluterveydenhuollossa.

Ohessa perheille mahdollisesti hyödyllisiä linkkejä, tietoa ja tukea:

[Tukea ja tietoa verkossa lapsiperheille korona-aikana](#) Monenlaista tukea ja tietoa verkossa, koottuna yhdelle sivulle. Mm. kuinka puhua lapselle koronasta, tietoa koronasta, palveluista, tukea lapsille ja vanhemmille.

[Tukea ja palveluita perheille Tampereella korona-aikana](#)

Tietoa mielenterveydestä ja oman hyvinvoinnin tukemisesta, myös mm. omahoito-ohjelmia:

[Lasten mielenterveystalo](#)

[Nuorten mielenterveystalo](#)

[Aikuisten mielenterveystalo](#)

[Yhdessä selviydytään](#) -sivusto vanhemmille, joiden lapsilla ilmenee ahdistus- tai pelko-oireita korona-aikana

[Tukinet](#) - Chat ryhmiä ja vertaistukea erilaisiin tilanteisiin, nuorille sekä aikuisille

