

# Onko sinulla lapsia? Haluatko pohtia, miten arki sujuu?

Lapset puheeksi®  
-keskustelu on sinua varten



## Lapset puheeksi®

-keskustelun avulla voidaan vahvistaa lapsen arkea.



Lue lisää  
MIELI ry:n sivuilta:  
[Lapset puheeksi®  
-menetelmä](#)

## Lapsen ja nuoren hyvinvointia arjessa vahvistavat esimerkiksi

- hyvät suhteet perheenjäseniin
- tunne ryhmään kuulumisesta varhaiskasvatuksessa ja koulussa
- säännöllinen päivärytmi: ruokailut ja nukkuminen
- ymmärtävät aikuiset arjessa
- ilon ja onnistumisen kokemukset
- mielekäs vapaa-aika ja kaverit.

## Elämään kuuluu toisinaan kuormittavia tilanteita esimerkiksi

- raha-asiat
- työttömyys
- muutokset perhesuhteissa, kuten vauvan syntymä tai ero
- perheenjäsenen sairaus
- muutto
- kulttuurierot
- läheisen kuolema.

Näissä tilanteissa on hyödyllistä käydä  
**Lapset puheeksi®** -keskustelu.



Co-funded by the  
European Union

mieli Lapset puheeksi

mieli