

Uusperheellinen
Elatusvelvollinen
1/2018



Elatusvelvollisten Liiton tiedotus- ja jäsenlehti

Lait muuttuvat ja tiedotuksen merkitys niiden mukana

Elatusvelvollisten Liitossa haastetta ja tehtävää meidän kaikkien eduksi on ollut niin paljon, että lehden tekokin on viivästynyt. ”Parempi myöhään kuin ei milloinkaan” sanoo vanha sananlasku ja tässä vuoden 2018 ensimmäisessä lehdessä on meille kaikille niin mukavia uutisia, että kyllä tätä kannatti odottaakin.

Meillä vuosi vaihtui todella hektisissä merkeissä. Oikeusministeriön lapsenhuoltolain uudistamisen työryhmä luovutti 29.9.2017 mietintönsä oikeusministeri Antti Häkkäselälle ja tällöin oli syytä odottaa pikaisesti uutta lakia.

Uudessa laissa oli kuitenkin vuoroasumisen osalta ongelmana, että se vaatisi kotikuntalain muuttamisen. Kotikuntalain mukaan kansalaisella voi olla vain yksi kotiosoitte ja sana vuoroasuminen vaatisi kotikuntalain muutoksen. Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) pyysi meiltä lausuntoa vuoroasumisesta ja sen vaikutuksista lapsiin ja perheisiin. 27.3.2018 jättämässämme lausunnossamme korostimme, että lähtökohtaisesti vuoroasuminen pitäisi olla jokaisella erolapsella. Kaikki muu olisi poikkeusta ja vaatisi erikseen perustellut syyt siihen. STM:n yhteenvedon mukaisesti maistraattiin tulisi merkintä lapsen vuoroasumisesta. Vuoroasuminen mahdollistaisi yhteiskunnan tukien jakamisen kahdelle perheelle; lapsilisät, asumistuki, tuet koulumatkoille jne.

Uusi tuleva lapsenhuoltolaki on herättänyt paljon kysymyksiä. Olemme nyt loppusuoralla ja allekirjoittaneelle ja muille asiassa mukana olleille tuli kutsu oikeusministeri Antti Häkkäselältä Oikeusministeriöön 6.6.2018 aamukahvipalaveriin lapsenhuoltolain johdosta. Lähiviikkoina hallitus jättää mietinnön eduskunnalle tavoitteena saada se pikaisesti lain muotoon.

Elatusvelvollisten Liitto ry juhli näyttävästi 40-vuotisjuhliaan, paikkana oli Tekniskan salit Helsingin keskustassa. Juhlissa oli runsaasti onnittelijoita ympäri Suomen. Paikalla oli liiton ja yhdistysten aktiiveja menneiltä vuosilta. Paljon tuli myös onnitteluja ja tervehdyksiä. Musiikista vastasivat Helsingin konservatorion Klarinetti-huili-duo.

Liittomme kevätkokous pidettiin perinteisesti Tallinnassa 28.-29.4.2018. Menomatkalla oli hallituksen kokous ja heti saavuttuamme hotelliin kokousväki kiiruhti seminaariin. Puheenjohtaja Ahti Hurmalainen kertoi LAPE-hankkeesta, jossa liitto on myös voimakkaasti mukana. Hankkeen tavoitteena on saada kolmas sektori mukaan eroperheiden neuvontaan. Liittomme järjestösihteeri ja puheenjohtaja ovat olleet jo mukana Vantaan Versossa maanantaisin. Puheenjohtaja on ollut tavattavissa myös Ison Omenan eroneuvontapisteessä.

Lastensuojelun sosiaalityöntekijä Hanne Puttonen piti mielenkiintoisen, keskustelua herättäneen luennon kriisiytyneiden perheiden tilanteista, niiden syistä ja lasten sijoittamisesta.

Sunnuntaina käsiteltiin järjestöllisiä painopisteitä edunvalvonnassa. Näihin kuuluu myös LAPE-hanke.

Kevät on hektistä aikaa, kun kaikki pitävät kevätkokouksiaan ja muutenkin liiton arjen pyörittäminen on aika kiireistä. Neuvontapuhelimet soivat tiheään.

Liittomme on kutsuttu mukaan Miesjärjestöjen Keskusliiton (MJKL) toimintaan, joka alkoi vauhdikkaasti heti suunnittelupalavereilla 28. – 29.5.2018. Syksyllä on tarkoitus laatia tavoitteet uuteen hallitusohjelmaan. Elatusvelvollisten Liitto ry:stä paikalla olivat allekirjoittanut ja hallituksen jäsen Kari Immonen.

Liiton nettisivut keräävät entistä enemmän lukijoita, samoin yhdistysten omat sivut. Liiton lehden jakelua olemme tehostaneet pyrkimällä toimittamaan sitä jäsenten ja mui-



Elatusvelvollisten jäsenlehti

41. vuosikerta n:o 1/2018

Osoitelähde: Liiton jäsenrekisteri

Lehti sisältyy jäsenmaksuun.

Julkaisija:

Elatusvelvollisten Liitto ry

Karvaamokuja 4, 5.kerros

00380 Helsinki

www.elatusvelvolliset.fi

toiminnanjohtaja@elatusvelvolliset.fi

hallinnon puhelin 050 5720 827

neuvontapuhelin 050 5146 896

ISSN 1237-7325

Päätoimittaja:

Ahti Hurmalainen

Toimitus ja osoitteenmuutokset

toimiston osoite

Paino:

New Print Oy, Raisio

Kirjoittajat vastaavat omista teksteistään.

Elatusvelvollinen-lehti ei vastaa pyytämättä lähetettyjen kirjoitusten ja kuvien säilyttämisestä eikä palauttamisesta. Tarvittaessa artikkelit muokataan julkaistavaksi sopiviksi. Lehti ei maksa julkaisupalkkiota.



Puheenjohtajalta	2
Päätoimittajalta	3
Lakimiehen juttusilla.....	4
EVL 40 vuotta	5
Lausunto lapsen vuoroasumisen	6
Lapselle on turvattava eron jälkeen ..	7
Lasten oikeutta etävanhempaansa ...	8
Hyvinkin voi erota	9
Miten ja mihin maksaa elatusavut...	10
Eron ensiapupisteitä	11
Euroopan paras hiekanveistäjä	12
Jäsenyhdistysten toimintaa.....	13
Tulta päin!	15
Partiossa opitaan tekemällä	16
Kolossa ja ulkona	17
Lapset liikkekannalle	18
Kaverit taskussa.....	19
Maistellaan makuja yhdessä	20
Liikunnasta iloa arkeen.....	21
Teatterissa.....	22
Pakina	23

Kesä ja helteet tulivat kuin varkain

Elatusvelvollisten Liitto ry:n kevät oli yhtä hellettä työpaljouden ja neuvonnan tarpeen vuoksi. Liiton haasteet ovat olleet kovemmat kuin koskaan ennen minun muistini mukaan ja muistini ulottuu vuoteen 1995, jolloin liityin järjestöön. Liiton ja yhdistysten toiminta on ollut todella aktiivista koko tämän ja edellisenkin vuoden. Meidän on täytynyt priorisoida tehtäviä. Tärkeimmät tehtävämme ovat kohdistuneet uuden lapsenhuoltolain ympärille ja sen sisältöön liittyvään edunvalvontaan. Myös arkiset järjestötoiminnot kuten kevätkokoukset ja selvitykset eri tahoille ovat vienneet toimintaresurssijamme.

Olemme edesauttaneet ja perustaneet uusia yhdistyksiä; Lounais-Suomen elatusvelvolliset, Päijät-Hämeen elatusvelvolliset. Moni yhdistys on alkanut aktivoitua pitkän hiljaiselon jälkeen. Pohjois-Karjalan / Joensuun yhdistys on tulossa mukaan toimintaan, samoin moni muu.

Jäsenmäärämme on kasvanut vuoden 2017 aikana huomattavasti, joten on luonnollista, että uudet yhdistyksetkin aktivoituvat mukaan tapahtumiin. Nyt me olemme saamassa vuosien tavoitteita maaliin.

Yhdistystoiminta on voimakkaasti puheenjohtajavetoista, joten on tärkeää saada eri alueille aktiivinen ja osaava puheenjohtaja. Haastankin aktiiveja sellaisilta alueilta, joissa ei ole toimivaa yhdistystä,

hakemaan ja etsimään hyviä hallitusjäseniä, jotta saataisiin nykyistä enemmän toimivia yhdistyksiä

Joitain vuosia sitten tehdyn tutkimuksen mukaan tärkeintä toiminnassamme ovat juridinen neuvonta ja vertaistuki.

Nykyisellään on kohtuuttoman paljon lasten elatukseen liittyviä riitoja, mikä näkyy meillä mm. lisääntyneenä neuvontatarpeena. Uskon sen johtuvan nykyisestä välivaiheesta ja myös siitä tiedosta, että lait muuttuvat ja monet pyrkivät saamaan sitä ennen itselleen tarkoitushakuisesti paremmat sopimukset.

Joka 7. erolapsi asuu vuoroviikoin kummankin vanhempansa kanssa eikä kumpikaan maksa elatusapua. Vanhemmat ovat kiertäneet lastenvalvojat ja kärkeä oikeudet kaukaa. Lasten asema paranee huomattavasti, kun lähtökohdaksi tulee lasten vuoroasuminen / vuoroviikoin tapaamiset kummankin vanhempansa kanssa. Vuoroasuminen kohtuullistaa myös muualla asuvan vanhemman elatusavut. Vanhempi vastaa lasten elatuksesta luonapidolla. Historiaan jäävät ministeriön ohjeistuksen 2007:2 täysin alimitoitettu ja asiattomat, todellisuudelle vieraat vähenykset laskennallisesta elatusavusta (13-17 -vuotiailla lapsilla vähennys enintään 64 eroa kuukaudessa lapselta).

Usein kysytään, miten tapaamattomat etävanhemmat saataisiin tapaamaan lapsiaan. Uudessa lapsenhuoltolaissa ja eh-

dottamassamme elatusapulaissa olisi keino lain mentyä läpi saada tämäkin asia kuntoon: tapaamiset vuoroviikoin ja etävanhempi vastaamaan elatusavusta lain tarkoittamalla muulla tavoin eli luonapidolla. Jos olosuhteet ovat samankaltaiset, ei kummankaan tarvitse maksaa elatusapua. Raha toimisi kannustimena tavata lapsiaan. Raha on saattanut estää tapaamisia, kun ei ole ollut resursseja tarjota lapsilleen kodinomaisia olosuhteita ja harrastuksia.

Elatusvelvollisten Liitto on päättänyt harkinnan jälkeen lähteä mukaan kahteen projektiin, jotka hyödyttävät erovanhempia lapsiin liittyvissä ongelmissa. Toteutuessaan nämä projektit edellyttävät liitolta uutta panostusta ja resursseja myös perinteiseen ja tuttuun toimintaan. Uudet projektit nivoutuisivat hyvin meidän perinteiseenkin neuvontaan ja sen kautta saataisiin uusia työkaluja neuvontaan ja eroperheiden auttamiseen.

Nyt toivon kaikkien jäsentemme perheeseen rauhoittuvan kesän viettoon sopimusten mukaisesti tai jos ei ole sopimuksia niin sovinnollisesti kaikkien osapuolisen edun mukaisesti.

Hyvää ja aurinkoista kesää kaikille jäsenille perheineen.

Ahti Hurmalainen
Puheenjohtaja

denkin toimesta kirjastoihin, sosiaalitoimistoihin jne. aikaisempaa enemmän. Tämän seurauksena viimeinen numero on melkein loppu, mutta kaikkia muita numeroita vielä riittää.

Korostan tässä sitä, että lehdet ovat vielä ajankohtaisia riippumatta niiden julkaisuajasta. Sen vuoksi niitä pitää jakaa jatkossa, vaikka numerot olisivat vanhojakin.

Ihan tässä hengästyy liiton aktiivisuudesta heti vuoden alusta. Myös neuvonta on ruuhkautunut perinteisistä ongelmista; miten saada lapsi lomalle, elatusavut kun

lapsi on koko kesän etävanhemman luona jne. Näihin asioihin uusi lakiin antaa myös apua. Siihen asti on pärjättävä entisillä neuvoilla. Kun lait muuttuvat ja saamme uutta tietoa, tiedotamme siitä heti teille arvoisat jäsenemme.

Liitto on valmiina palvelemaan teitä arvoisat jäsenemme kaikilla tarvittavilla välineillä: neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Elatusvelvollinen – Uusperheellinen lehti, puhelinneuvona, vertaistuki, lausumat lakialoitteista, sähköposti, nettisivut, seminaarit, kokoukset jne.

Lähetämme tarvittaessa materiaalia

myös postitse. Kirje lämmittää mieltä, se huomataan ja se luetaan. Uskoakseni perinteisen kirjeen merkitys tiedotuksessa tulee vielä korostumaan. Jo nyt voimme lukea Facebookin olevan tiensä päässä ja sitä lukevat vain vanhemmat ihmiset. Mitä enemmän digitalisuutta tulee, sitä helpommin tieto häviää atmosfääriin.

Hyvää ja aurinkoista kesää kaikille jäsenillemme perheineen.

Ahti Hurmalainen
Päätoimittaja

Elatusavun palauttaminen

Jo maksettu elatusapu voidaan määrätä palautettavaksi yleensä kolmessa tapauksessa. Ensinnäkin silloin kun elatusapua alennetaan tuomioistuimen päätöksellä. Toiseksi silloin kun isyysratkaisu kumotaan. Kolmanneksi perusteettoman palautuksena esimerkiksi silloin kun lapsi muuttaa asumaan elatusvelvollisen luokse ja elatusvelvollinen on aiemmin suorittanut elatusavun kertasuoritteisena.

Lapsen elatuksesta annetun lain 12 §:n mukaan tuomioistuimen on harkittava, onko kanteen vireille panon jälkeen suoritetut elatusavut tai osa niistä palautettava mikäli elatusapu määrätään lakkaavaksi tai sen määrää alennetaan. Elatuslakia koskevassa hallituksen esityksessä (90/1974 vp s. 56) todetaan, että palauttamisvelvollisuus voidaan asettaa vain sellaisissa tapauksissa, jolloin palauttamista on pidettävä kohtuullisena esimerkiksi elatusvelvollisen vähävaraisuuden tai muiden erityisten syiden johdosta eikä palauttamisvelvollisuus vaaranna lapsen toimeentuloa.

Tapauksessa KKO:2016:74 hovioikeus määräsi, että äidin on palautettava isän maksettavaksi määrätyn elatusavun ylittävä määrä, jonka isä on käräjäoikeuden päätöksen perusteella mahdollisesti jo suorittanut. Hovioikeus perusteli ratkaisuaan mm. isän vähävaraisuudella. Korkein oikeus totesi, että oikeuskäytännössä (KKO 2010:38, kohta 20) on lausuttu, että harkittaessa elatusmaksujen palauttamista on erityisesti otettava huomioon lapsen olosuhteet ja lapsen etu. Tapauksessa KKO 2010:38 korkein oikeus katsoi, että koska maksetut elatusavut oli jo käytetty lapsen elatukseen ja elatusvelvollisen elatuskykyä oli pidettävä hyvänä, alempien oikeuksien ratkaisujen nojalla suoritettujen elatusapujen palauttamiseen ei ollut perusteita.

Korkein oikeus totesi tapauksessa KKO:2016:74, että äidin taloudellinen tilanne

on heikko, eikä hänellä ole käytännössä lainkaan elatuskykyä. Tämä seikka antoi perustellun aiheen olettaa, että äiti on käyttänyt jo maksetut elatusavut lapsen elatukseen. KKO totesi, että elatusapujen palauttaminen saattaa siksi vakavasti vaarantaa lapsen toimeentulon ja olla lapsen edun vastainen. Palauttamisvelvollisuuden poistamista ei sen sijaan pidetty isän kannalta kohtuuttomana. Vaikka isänkin taloudellinen tilanne oli epävakaa, hänellä oli kuitenkin todettu elatuskykyä noin 900 euroa kuukaudessa. Hänen elatuskykynsä riittää siten KKO:n mukaan kattamaan myös käräjäoikeuden tuomitseman korkeamman elatusavun.

Elatuslain 12 §:n 2 momentin mukaan tuomioistuin voi isyyden kumoamisen jälkeen velvoittaa lapsen edustajan palauttamaan suoritettut elatusavut tai osan niistä. Edellytyksenä on tällöin, että lapsen edustaja elatusapua vahvistettaessa tai elatusapuja vastaanottaessaan on tiennyt, että mies ei ole lapsen isä, ja palauttamista on lapsen, lapsen edustajan sekä elatusapua suorittaneen miehen olosuhteet huomioon ottaen pidettävä kohtuullisena.

Korkein oikeus katsoi isyyden kumoamistapauksessa KKO:2008:109, että harkittaessa elatusmaksujen palauttamista ovat lapsen olosuhteet ja lapsen etu tärkeällä sijalla. KKO totesi, että lapsen tarpeisiin nähden palautettavaksi vaadittu summa, lähes 4 000 euroa ja sille laskettava korko, on merkittävä. Oikeus katsoi olevan epätodennäköistä, että äiti kykenisi muista lähteistä saamaan varoja, joilla tämä lapsen elatukseen kohdistuva menetys pystyttäisiin korvaamaan. Myös lapsen olosuhteisiin kohdistuva tarkastelu puhui elatusapujen palauttamista vastaan. Siten korkein oikeus katsoo, ettei A:n vaatimusta lapsen elatusapujen palauttamisesta ole pidettävä kohtuullisena.

Korkeimman oikeuden ratkaisussa KKO:1995:195 elatussopimuksen mu-



kaan kuukausittain maksettavat elatusavut oli osituksessa kuitattu maksetuksi kertamaksuna siten, että toinen puoliso sai kokonaisuudessaan puolisoitten yhteisesti omistaman kiinteistön. Maksun saaneen puolison katsottiin saaneen perusteetonta etua siltä ajalta, jonka lapsi myöhemmin vakiintuneeksi osoittautuneen järjestelyn nojalla asui maksun suorittaneen puolison luona. Maksun saanut puoliso velvoitettiin palauttamaan rahamäärä, joka vastasi sanotulta ajalta maksettavia elatusapueriä.

Nykyisen oikeuskäytännön perusteella oikeustilaa ei voida pitää elatusvelvollisen oikeusturvan kannalta tyydyttävänä esim. tilanteissa, jossa elatusavun alentamiskanne on vireillä tuomioistuimessa. Edelleen kertasuoritteinen elatusapu sisältää erityisesti elatusvelvollisen kannalta merkittäviä riskejä eikä sitä lähtökohtaisesti voida pitää suositeltavana.

Janne Kangas
asianajaja

EVL 40 vuotta

Elatusvelvollisten Liitto täytti 40 vuotta 25. maaliskuuta. Juhlat juhlittiin Tekniskan Salit -ravintolassa Helsingissä.

Ajankohta oli lähes historiallinen, sillä oikeusministeriö sai viime vuoden syksyllä valmiiksi mietinnön Lapsenhuoltolain uudistamisesta.

Liiton edunvalvonnan kannalta vuosi syyskuusta 2016 syyskuuhun 2017 oli ratkaisevan tärkeä. Liitto sai oman edustajan Lapsenhuoltolain uudistamisen seurantaryhmään ja oman äänensä siellä kuuluviin. Nyt odotellaan, minkälaisen lakiesityksen maan hallitus antaa eduskunnalle.

Edellisen kerran lapsenhuoltolakia uudistettiin 1980-luvun alussa, joten seuraava lapsenhuoltolain kokonaisuudistus voi olla kaukana.

Teksti PH

Kuvat Sami Nummelin



Heta Ikonen, huilu

Juuso Björkroth, klarinetti



Ina Virkki-Ukeleghe, juontaja



Elatusvelvollisten Liitto ry

Lausunto lapsen vuoroasumisen vaikutuksista

Elatusvelvollisten Liitto ry puoluepoliittisesti riippumaton lastensuojelu- ja edunvalvontajärjestö. Liiton tarkoituksen on mm. pyrkiä turvaamaan lapsen oikeudet huoltajaa ja tapaamisoikeutta määrättäessä. Lisäksi liiton tarkoituksena on vaikuttaa siihen, ettei elatusvelvollisen ja yhteishuoltajan toimeentuloa vaaranneta eikä toimeentuloa vaaranneta eikä tapaamisoikeutta häiritä.

Elatusvelvollisten Liitto ry esittää kunnioittavasti lausuntonaan vuoroasumisen vaikutuksien seurauksista seuraavaa:

Vuoroasumisjärjestelyt

Lähtökohtana pitäisi olla lasten asuminen vuoroviikoin kummankin vanhempansa luona ja mielestämme tämän toteutumiseen riittää oikeusministeriön lapsenhuoltolain uudistamisen mietintöön diaari OM 31/41/2015 sisältyvä 40 % asumisen ja luonapidon määrä. Lapsen nuoresta iästä johtuvat tekijät voivat olla esteenä vuoroviikoin asumiselle (vrt. rintaruokinta), mutta tämä on aika lyhyt jakso lapsen elämässä. Katsomme, että vuoroasuminen voisi olla vähintäänkin lähtökohtana, jos lapsi on n. 3-vuotias ja vanhemmat asuvat lähekkäin. En tiedä onko olemassa mitään eksaktia ikää, milloin lapsi ei voisi asua vuoroviikoin kummankin vanhempansa luona. Eihän lasta oteta huostaankaan jos toinen vanhempi kuolee vaan lapsi lähes automaattisesti siirtyy toisen vanhemman luokse.

Tutkimuksen mukaan erolapsista joka 7:s asuu vuoroviikoin vanhempiensa luona ilman kummankaan vanhemman velvollisuutta suorittaa elatusapua. Valtaosin nämä ovat vanhempien keskenään sopimia, koska esim. käräjäoikeus ei vahvista sellaista jos on riitaisuutta.

Lisäksi katsomme, että lähtökohtana

vuoroasuminen vähentää vanhempien lapsestaan tulevia riitaisuuksia, kun muu kuin vuoroasuminen on poikkeus ja vaatii perusteluja toteutuakseen. Lisäksi lapsen hyvinvointi ja suhteet kumpaankin vanhempansa paranevat, kun lapsi tietää koko ajan kumman luona hän on.

Nykykäytäntö asettaa erolapset erilaiseen asemaan, varsinkin tilanteissa jossa vuodesta toiseen uusiutuvat kanteet lapsen elatuksesta, tapaamisista, asumisesta ja huollosta rasittavat kaikkien osapuolia niin henkisesti kuin taloudellisesti.

Lapsi saattaa joutua jopa kiusatuksi, kun hänelle on sallittua vain se mitä käräjäoikeus tai lastenvalvoja on vahvistanut ja kaikki muu on kiellettyä, eikä hän pysty näiden vuoksi esim. tapaamaan kavereitaan tms.

Lapsella voi olla vain yksi virallinen kotikuntalain mukainen asuinpaikka. Yhteiskunnan palvelut ja etuudet saadaan sen mukaan, kumman vanhemman luona lapsi asuu väestötietojärjestelmän mukaan. Tällaisia asioita ovat koulupaikat, koulukuljetukset, asumistuet, terveyspalvelut ja lapsilisät.

Vaikka lapset olisivat kirjoilla toisen vanhemman luona ja tapaavat vuoroviikoin ei pitäisi olla vaikeaa huomioida myös toista vanhempaa näiden palvelujen osalta. Miksi lapsi joutuisi asumaan ahtaammin ja heikommin vähävaraisen etävanhemman luona omalla viikollaan, kun etävanhempi ei ole oikeutettu nykykäytännöllä lapsesta aiheutuvaan asumistukeen. Tai miksi lapsi ei saa oikeutta omalta kunnaltaan koulukuljetukseen.

Mielestämme asuminen vuoroviikoin vähentää yhteiskunnan kustannuksia vähintäänkin saman verran mitä edellä mainituista asioista aiheutuu julkiselle puolelle.

Vuoroasumisjärjestelyissä tulee myös

huomioida paremmin asumiskulujen ja kautuminen vanhempien välille. Jos lapsi asuu vuoroviikoin kummankin vanhempansa luona, ei voida edellyttää toisen vanhemman maksavan suhteessa enemmän lapsen asumisesta tai muustakaan (vrt. EVL ehdotus asetukseksi elatusavun määrittämiseksi).

Vuoroviikoin asumisjärjestelyissä riidat elatusapujen osalta vähenee, kun ja jos vanhemmat ovat taloudellisesti yhtenevässä tilanteessa niin ei ole perusteita elatusavun määrittämiseen. Vanhemmat vastaavat lasten elatuksesta lain tarkoittamalla luonapidolla. Vaikka toisen vanhemman ekonominen tilanne olisi vähän heikompi kuin toisen niin luonnollisesti keskiarvo on kuitenkin parempi. Vuoroasumisessa voidaan paremmin huomioida elatusavun ankaroitettu vastuu, jolloin kummankin vanhemman mahdollisuudet työllistyä ja vastata lasten elatuksesta edellytystensä mukaisesti huomioitaisiin paremmin. Eikä etävanhempi olisi vain maksaja vailla oikeuksia perhe-elämään (vrt. EU-direktiivit)

Muuta

Oikeusministeriön ohjeen (OMJU 2007:2 Lapsen elatusavun suuruuden arvioimiseksi) soveltaminen on monissa tapauksissa jopa kaksinkertaistanut elatusavun määrään aikaisempaan laskutapaan verrattuna. Elatusvelvollisten Liitto ry on 29.11.2013 lähettänyt oikeusministeriölle ehdotuksen asetuksesta elatusavun määrittelemiseksi. Huomattavan monessa tapauksessa riidat elatusavuista jäisivät historiaan kun saataisiin laki vuoroasumisesta.

Jatkuu seuraavalla sivulla

Elatusvelvollisten Liitto ry:n kevätkokous: Lapselle on turvattava eron jälkeen laaja tapaamisoikeus

Elatusvelvollisten Liitto ry katsoo, että eron jälkeistä tapaamisoikeutta määritettäessä lähtökohtana pitäisi olla lasten asuminen vuoroviikoin kummankin vanhempansa luona.

Vuoroasuminen mahdollistaisi lapsen myönteisten suhteiden kehittymisen tasapuolisesti molempiin vanhempiin. Useissa viimeaikaisissa tutkimuksissa on todettu, että vuoroasuminen on lasten kannalta useimmissa tapauksissa paras ratkaisu.

Katsomme, että vuoroasuminen voisi olla lähtökohtana, jos lapsi on vähintään kolmen vuoden ikäinen ja vanhemmat asuvat lähekkäin. Vuoroasuminen on omi-

aan vähentämään myös lapsen huoltoon liittyviä riitaisuuksia vanhempien välillä.

On tärkeää, että laaja luonapito ja vuoroasuminen huomioidaan nykyistä paremmin elatusavun suuruutta määritettäessä. Vuoroasumistilanteissa molemmat vanhemmat joutuvat tarjoamaan lapsille yhtäläiset asuinolot. Edelleen vanhemmat vastaavat yhtä suurella määrällä myös lapsen ravinnosta ja muista jokapäiväisistä mennoista.

Lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta annetun lain 1 §:n mukaan huollon tulee turvata myönteiset ja läheiset ihmissuhteet erityisesti lapsen ja hänen vanhempiansa

välillä. Lapsen vieraannuttaminen toisesta vanhemmastaan johtaa lapsen mielenterveyden järkkymiseen. Esimerkiksi lastenpsykiatri Jari Sinkkosen mukaan parasta hoitoa on mahdollisimman nopea tilanteeseen puuttuminen (ks. Sinkkonen, Lapsen vieraannuttamisella toisesta vanhemmasta on kauaskantoiset seuraukset, Duodecim 2018; 134:465-70).

Elatusvelvollisten Liitto katsoo, että tuomioistuinten tulee lapsen asuinpaikasta päättäessään entistä paremmin huomioida se, kumpi vanhemmista kykenee paremmin turvaamaan lapsen suhteet toiseen vanhempaan.

Sivulta 6

Edelleen Elatusvelvollisten Liitto ry on esittänyt, että lapsen elatuksesta annettuun lakiin (5.9.1975/704) lisätään oikeudenkäyntikuluja koskeva säännös (esim. 6 luku 15a §), joka kuuluisi seuraavasti:

Asianosaiset vastaavat itse oikeudenkäyntikuluistaan, jollei ole erityistä syytä velvoittaa asianosaista korvaamaan osaksi tai kokonaan vastapuolensa oikeudenkäyntikulut. Alaikäisen lapsen huoltaja tai muu edustaja vastaa oikeudenkäyntikuluista elatusapua koskevissa asioissa lapsen asemesta.

Samoin elatusvelvollisten liitto on jättänyt oikeusministeriölle jo aiemmin oikeusministeriölle ja useille kansanedustajille lakiehdotuksen, jonka mukaan lapsen elatukseen liittyvässä asiassa kantajana tai vastaajana on aina toinen vanhempi. Ei koskaan lapsi.

Toivomme lämpimästi, että vuoroasuminen sisällytettäisiin lakiin ja lapset saisivat oikeasti mahdollisuudet luoda hyvä suhteet kumpaankin vanhempansa.

Ahti Hurmalainen

NORDICA

Asianajotoimisto

Attorneys at law

**Asianajaja Janne Kangas
Asianajotoimisto Nordica Oy**

Mannerheimintie 66 A 3 b,
00260 Helsinki

Tel: +358-(0)10 281 6250,

Fax: +358- (0)9-454 6133

e-mail: toimisto@nordica.fi

www.nordica.fi

**Maksuton puhelinneuvonta
perheoikeudellisissa asioissa**

Lasten oikeutta etävanhempaansa loukataan



Julkisuudessa kirjoitetaan ja tuodaan esiin (vrt. HS 16.3.2018) erot, joissa lapset menettävät yhteyden kokonaan muualla asuvaan vanhempaansa. Näissä kirjoituksissa tuodaan esille etävanhemmasta johtuvat syyt unohtaen kokonaan muualla lähivanhemman ja viranomaistahon aiheuttamat ongelmat etävanhemman ja lasten tapaamisille.

Lapsella on oikeus kumpaankin vanhempaansa ja EU-direktiivien mukaan myös etävanhemmalla on oikeus perhe-elämään ja se pitää sisällään myös lasten oleilun etävanhemman luona. Miksi etävanhemp ei tapaa lapsiaan? Tämä on hyvä kysymys eikä vastausta siihen löydy etävanhempien haluttomuudesta, vaan pikemminkin päinvastoin, he tekevät kaikkensa tavataksensa lapsensa ja varmistaakseen heille oikeuden kumpaankin vanhempaansa.

Suurin syy etävanhempien tapaamattomuuteen liittyy lähivanhemman harjoittamaan jatkuvaan painostukseen ja kiristykseen; jos et maksa etävanhemmalle jotain tiettyä summaa, niin et näe lapsiasi koskaan, ei kerrota etävanhemmalle lasten asioista, hyväksytään vain minimaaliset tapaamiset, vaaditaan huolimatta välimatkoista etävanhempä kustantamaan kaikki tapaamismatkat.

Erityisesti tämä korostuu, kun etävan-

hempä löytää uuden kumppanin. Tällöin halutaan näyttää uudelle kumppanille, miten hallitaan toista lasten vanhempaa. Olen pitkän urani aikana törmännyt tilanteisiin, jossa lähivanhemp ei salli lasten mennä tapaamisille etävanhemman kotiin, kun siellä on se uusi kumppani. Tapaamiset on hoidettu mm. isovanhempien luona.

Ei ole mikään ihme, että etävanhemp ei tapaa lapsiaan, jos hänet on ajettu taloudellisesti ahtaalle vailla mahdollisuutta tarjota lapsilleen kodinomaisia olosuhteita, tietäen että lähivanhemp voi nostaa lasten nimissä ilman oikeudenkäyntikuluriskiä kanteen niin monta kertaa kuin haluaa, estää tapaamiset vailla seuraamuksia, vaatia kohtuuttomia sopimusehtoja tapaamisten vastapainoksi.

Tuntuu, että erolapsilta on kielletty kaikki muu toiminta, mitä ei ole erikseen viranomaisten päätöksillä säädetty. Tämä aiheuttaa varmasti lapsille ongelmia. Onneksi kuitenkin valtaosa eroista päättyy sopuisasti. Joka seitsemäs erolapsi tapaa muualla

asuvaa vanhempaansa vuoroviikoin. Tällöin vanhemmat eivät ole juuri käyneet vahvistuttamassa mitään sopimuksia.

Onneksi on kuitenkin tulossa uusi lapsenhuoltolaki jo vanhentuneen lain vuodelta 1983 tilalle. Yhtenä lain työryhmän esityksenä on lasten asuminen vuoroviikoin vanhempiensa luona. Tällöin kumpikaan vanhemp ei maksaisi elatusapua edellyttäen, että taloudelliset olosuhteet ovat samat.

Tämä muutos luonapitoon edesauttaa ja velvoittaa niitä harvoja tapaamattomia etävanhempia tapaamaan lapsiaan normaalisti korvaten elatusavun luonapidolla. Tämä muutos olisi tervetullut myös lähivanhemmille, joiden ex-puoliso ei tapaa lapsiaan syystä tai toisesta.

Ahti Hurmalainen

Asianajotoimisto Yrjö Leskinen

Temppelikatu 3-5- A 11,
00100 Helsinki

Puhelin: +358-9-4366 3770,

Gsm: +358 40 520 7424,

E-mail:

asianajaja@yrjoleskinen.fi

www.yrjoleskinen.fi

Hyvinkin voi erota

Leivoin exäni kihlajaisiin. - Miksi? kysyi äitini. - Miksi ei? vastasin minä.

Haluan lapsilleni parasta, miksi en haluaisi siis myös lasteni isälle parasta? Jos isä on onnellinen ja tyytyväinen, heijastuu se myös lapsiimme. He saavat iloisen, onnellisen ja tyytyväisen isän! Me olemme molemmat loppuelämämme vastuussa lapsiimme hyvinvoinnista ja niin myös omastamme.

Ei ole niin, etteikö minulla olisi ollut syytä kantaa kaunaa, ja aluksi kaikki olikin vaikeaa. Olin vihainen exälle, kun hän oli löytänyt uuden puolison ja onnen niin nopeasti. Minulla oli edelleen päävastuu lapsista, ja exä saisi vain ”herkut päältä” joka toisena viikonloppuna.

Olin myös vihainen vanhoista vääryyksistä ja katkera koettuani, että olin antanut perheelleni niin paljon. Toisaalta olin myös tehnyt uhraukseni itse. Pallotelin monia ajatuksia, kuten rakastiko hän minua koskaan? Miten lapset suhtautuvat asiaan? Kärjivätkö he erosta? Kestääkö exäni ja uuden puolison suhde, ja onko oikein esitellä tämä uusi kumppani lapsille?

Lopulta kaiken pohtimisen ja tunteissa möyrimisen jälkeen päädyin seuraaviin ajatuksiin: vaikka emme parisuhteessamme onnistuneetkaan, voisimme onnistua vanhemmuudessa. No, mitä siinä tarvitaan? Se että me vanhemmat olemme onnellisia ja tasapainoisia. Ymmärsin, että en halua kantaa katkeruutta ja vihaa, haluan olla onnellinen. Minä halusin tulla onnelliseksi.

Päätin antaa exälle anteeksi. Kaiken. Minäkään en varmasti ollut suhteessamme täydellinen, ei kukaan meistä ole. Olen päätöksestäni huolimatta joutunut puremaan hammasta monta kertaa. On tehnyt mieli huutaa, ja joskus olen kyllä huutanutkin, ja huudan vieläkin. Mutta pyydän myös anteeksi.

Onneksi olemme voineet sopia asioista sekä keskustella tunteista ja ajatuksista, joita muuttunut tilanne herättää. Haluam-



Tule tule hyvä ero, älä tule paha ero.

me molemmat toisillemme hyvää. Haluamme lapsillemme hyvää. Se on pääasia. Pidämme myös yhteisiä perhepäivällisiä kaikki yhdessä, sekä teemme toisinaan retkiä. Olemme tehneet whatsappiin ryhmän, jossa on helppo tiedottaa ja sopia lasten asioista niin, että kaikki saavat tiedon samanaikaisesti. Olen iloinen, että arkemme on nykyään niin sujuvaa.

Joskus olen sortunut myös parhaamaan exäni lasteni kuullen, tosin toinen lapsistani puuttui siihen välittömästi ja soitti isälleen kertoen kaiken. Ai, että minä häpesin.

Mielestäni lasten ei kuulu joutua tilanteeseen, jossa toinen vanhempi haukkuu toista. Molemmat vanhemmat ovat lapselle tärkeitä, eikä heitä tule koskaan laittaa valitsemaan puolta aikuisten riidoissa. Ei koskaan. Vaikka olisin mitä mieltä ex-kumppanistani, en voi kaataa sitä lasten päälle. Heillä on vain yksi isä, maailman paras heidän silmissään. He osaavat kyllä myös itse muodostaa mielipiteensä

muista ihmisistä ja heillä on siihen täysi oikeus. He saavat pitää kenestä hyvänsä. Koetan muutenkin välttää muiden arvostelemista, erityisesti lasten kuullen. Asenteet ja ennakkoluulot usein periytyvät.

Minä haluaisin opettaa lapsilleni rakkautta ja myötätuntoa. Sekä sisua, kaikki me välillä kaadumme, mutta meillä on jokainen päivä mahdollista muuttaa elämämme suuntaa.

Asennetaan voi tarkastella vaikka joka aamu. Minulle tämä ei ole ollut ihan helppoa eikä yksinkertaista, mutta oppia ikä kaikki! Noh, tuon tapahtuneen jälkeen soitin exälle ja myönsin tekoni. Onneksi hän ymmärsi ja antoi anteeksi.

Teksti: Iina Björn



Miten ja mihin maksaa elatusavut ilman tilinumeroa?



Elatusapua koskeva sopimus on tehtävä kirjallisesti ja siitä tulee käydä ilmi vähintäänkin seuraavat asiat

1. Lapsen ja vanhempien henkilötiedot
2. Elatusavun määrä
3. Mistä ajankohdasta lukien elatusapua on suoritettava
4. Milloin elatusavun suorittaminen päättyy
5. Milloin elatusavut erääntyvät maksettaviksi
6. Kenelle elatusapu on suoritettava

Sopimus, jossa lapsen puolesta on luovuttu oikeudesta saada elatusapua vastaisuudessa, on mitätön.

Elatusapu maksetaan lapselle lähivuoltajan osoittamalle tilille ja on sieltä saatavissa lapsen käyttöön. Vaikka elatusvelvollinen maksaa elatusavun täsmällisesti niin eräpäivän kuin määränkin suhteen, on lähivanhemmalla lukuisia keinoja tehdä kiusaa elatusavun kautta!

Liian usein tulee vastaan etävanhemmalta epätoivoinen kysymys; minne hän voi maksaa, kun lähivanhempi ei anna tilinumeroa tai ei vastaa yhteydenottoopyyntöihin lainkaan.

Tällä keinolla lähivanhempi pyrkii nostamaan eteen tilanteen, jossa etävanhempi ei olisi maksanut elatusapuja ja lähteen perimään niitä ulosottoteitse tavoitteena toisen vanhemman mustamaalaaminen ja luottohäiriömerkintä. Luottohäiriömerkintää ei kuitenkaan saa näissä asioissa, ennen kuin 18 kuukauden kuluttua eli niin sanotun pitkäkestoi-

sen ulosoton kautta.

Tällaisessa tapauksessa, jos tiedetään osoite, niin voi maksaa postisiirtotilillä tai vie rahat todisteellisesti lähivanhemmalle. Kannattaa myös ottaa asiassa yhteyttä Keelaan ja lastenvalvojaan.

Lapsen elatusapu voidaan suorittaa kertakorvauksena, jos tämä on tarpeen lapsen elatuksen turvaamiseksi vastaisuudessa ja sitä voidaan pitää kohtuullisena suorittajan maksukykyyn verrattuna. Pääsääntöisesti kuitenkin elatusapua ei pidä maksaa kertasuorituksensa, koska se joudutaan kuitenkin laskemaan kuukausittain ja on mahdollista, että lähivanhempi menettää saadun kertakorvauksen, jolloin lapsen elatus vaarantuu ja saattaa tulla tilanne, jossa joudutaan tarkistamaan elatusapua. Näin käy useimmiten tilanteessa, jossa annetaan elatusavun nimissä puolet asunnosta.

Lähivanhempi voi luopua elatusapuvaatimuksestaan esimerkiksi etävanhemman pitkien luonapitojen johdosta. Tällöin on järkevää kuitata elatusavut maksetuiksi ja saaduiksi noilta kuukausilta, koska vain näin poistetaan riski siitä, että lähivanhem-

pi lähtee perimään elatusapuja väittäen niiden olevan suorittamatta.

Ulosotossa oleva elatusapu katsotaan maksetuksi vain ulosottoon maksetulla suorituksella. Älä maksa suoraan lähivanhemmalle mitään, jos elatusapu on perinnässä. Saatat joutua maksamaan sen kahden kertaan.

Ahti Hurmalainen

Asianajotoimisto Puranen & Kiviluoto Oy

Kauppakatu 41 A
40100 Jyväskylä.

Puh. 014-4110600
Fax 014 - 44 999 89

Sähköposti:
asianajotoimisto@puranen-kiviluoto.fi

www.puranen-kiviluoto.fi

Lakimiehet:

Esa Puranen
Panu Kiviluoto

Eron ensiapupisteitä Vantaalla ja Espoossa



Vantaa ja Espoo uudistavat perhepalvelujaan.

Molempiin kaupunkeihin on perustettu Eron ensiapupisteitä, joiden tarkoituksena on helpottaa palvelujen saatavuutta. Samalla sosiaalialan järjestöillä on mahdollisuus osallistua palvelujen tuottamiseen.

Elatusvelvollisten Liitto toimii kahdessa Eron ensiapupisteessä: Tikkurilan Verso-sosiaalipalvelukeskuksessa sekä Espoon Iso Omena -kauppakeskuksessa.

Katso tietoja EVL:n verkkosivustolta www.elatusvelvolliset.fi



Ulkoilutapahtuma Vuosaaren saunapirtillä



Helsingin seudun elatusvelvolliset ry pitivät hallituksen kokouksen perjantaina 18.5.2018 Helsingin seudun reserviläispiirin saunapirtillä Vuosaarella.

Samalla yhdistys tarjosi jäsenilleen mahdollisuuden tutustua hallituksen jäseniin saunomisen, grillauksen ja ulkoilun merkeissä heti hallituksen kokouksen jälkeen. Juha Koivuniemi lämmitti hallituksen kokouksen aikana saunaan makoisat lölyt.

Leppävaaran K-Supermarket Galleria sponsoroi yhdistykselle makkarat, virvokkeet jne. Lämmin kiitos tässä samalla Gallerian K-Supermarketille ja kauppiaille Ilkka Kärkkäiselle Leppävaarasta.

Tulemme jatkossakin järjestämään hallituksen ja jäsenistön yhteisiä tapahtumia erilaisissa paikoissa ja ehkä tämä Vuosaaren mökki osoittautuu jatkotapahtumien näyttämöksi.

Fyysistä liikuntaa edusti koivuklapien teko ja kuvassa vasemmalta; Juha Koivuniemi, Mika Tunninen, Janne Kangas, Pasi Hujala, Ahti Hurmalainen ja Seppo Huotari.

Terveisin Ahti Hurmalainen

Когда разбитую чашку не склеить...



В большинстве случаев, при обращении к семейному терапевту за психологической помощью и поддержкой супруги надеются на сохранение семьи. Но что делать, если семья уже распалась, а связывающих аспектов осталось много - дети, имущество, общие родственники и друзья? Зачастую накопившиеся взаимные обиды и неоправданные ожидания мешают конструктивно решать эти вопросы, не дают спокойно обсудить очередность пребывания ребенка у одного из родителей, ответственность за детские кружки или удобное время для переезда. Бывшие супруги спорят, обижаются и конфликт нарастает. В первую очередь это отражается на детях. Как помочь двум людям, понявшим, что жить вместе дальше им некомфортно, остаться в рамках приемлемых отношений и не срываться на детях и друзьях?

Начиная с мая 2018 года членом организации Elastusvelvollisten Liitto Ry (впрочем, и у остальных русскоязычных жителей столичного региона тоже) есть возможность обратиться за психологической консультацией и медиацией к семейному терапевту Надежде Бережной. Надежда Бережная - семейный консультант, терапевт, имеет степень магистра психологии (РГПУ им. Герцена, СПб, РФ) и специализируется в области супружеских и детско-родительских отношений.

Большой опыт работы в государственных и частных организациях России и Финляндии (Подростковый центр в СПб, Развивающий центр для детей в СПб, детские сады и школы г. Хельсинки, Многокультурный семейный центр г. Хельсинки, частные консультации в различных организациях Финляндии).

Автор многих статей по семейной психологии, семинаров и тренингов для женщин ("Муж. Короткое руководство™", "Счастливы брак. Книга рецептов", группа личностного роста "Путь к себе" (Monika Naiset)), супружеских пар и родителей. Автор и ведущий проекта "Родительство в Финляндии" (повышение уровня интеграции в Финское общество русскоязычных иммигрантов с детьми).

Также имеет дополнительную квалификацию в области медиации семейных конфликтов.

Записаться на консультацию по телефону Orasmus Ky Ahti Hurmalainen +358 400 624 843 nadezhda.berezhnaya@gmail.com

Euroopan paras hiekanveistäjä löytyy Enonkoskella



Seitsemäs hiekanveistokesä Enonkoskella tuo Euroopan parhaat hiekkataiteilijat kisaamaan Euroopan mestaruudesta - nyt kolmatta kertaa.

Edelliset kesät ja erityisesti viime ke-

sän tapahtuma ovat osoittaneet, että kunnan keskusta on pystytty elävöittämään aina uusilla veistoksilla noin puolen vuoden ajaksi. Kyseessä on veistotaide, jota tullaan katsomaan pitkienkin matkojen takaa.

Hiekanveiston III EM-kilpailut käydään Enonkosken toristadionilla 27.6. - 1.7.2018. Veistäjiä saapuu ympäri Eurooppaa. Hakemusten, suositusten ja etukäteissuunnitelmien perusteella mukaan kisaan on valittu 12 maata ja taiteilijaa. Lisäksi toivotaan saatavan yksi edustaja omasta kunnasta viimevuotiseen tapaan. Kilpailun teemana on kunnan uusi visio ja tunnuslause: "Liikuttavan Onnellinen Enonkoski".

Kyseessä on SOLO-kilpailu, jonka perusteella julistetaan Euroopan paras hiekanveistäjä vuosimallia 2018 sunnuntaina 1.7.2018 klo 12.00 pidettävässä päätös-

juhlassa. Tuomaristossa on edustajia sekä kuvanveiston että hiekanveiston alueelta. Myös kunnan edustajat ovat mukana tässä kuuden hengen raadissa. Yleisöllä on mahdollisuus valita oma suosikkiveistos.

Hiekanveistokilpailua varten tehdään jokaista veistotaiteilijaa varten noin 5 m³:n hiekkakasa erikoismuotin avulla. Hiekka tuodaan tulevana kesänä samasta hiekkakuopasta kuin edellisinäkin vuosina eli Pieksämäeltä.

Tapahtuman järjestää Jäälän ry yhteistyössä Enonkosken kunnan ja monien yhteistyökumppaneiden kanssa. EM-kilpailujen aikaan järjestetään samalla alueella myös lasten hiekanveistoleiri, joka kestää viisi vuorokuuta. Leirin aiheena on: "Tehdään yhdessä hiekkalinna."

Teksti: Puheenjohtaja Tuomo Jantunen; Jäälän ry

Keski-Suomessa tapahtuu

Kesäkauden avaus



Kuva: Sami Nummelin

Kesäretki

Kesäretkellä suunnataan vuonna 2018 Tampereen Särkänniemeeseen. Matka tapahtuu tänä vuonna omin kyydein. Tapaamme 14.7.2018 klo 11 Särkänniemen pääportin välittömässä läheisyydessä.

Poislähdön voi jokainen suunnitella itse. Yhdistys kustantaa jäsenien lapsille ilmaiset Särkänniemi -rannekkeet.

Sitovat ilmoittautumiset 11.7.2017 mennessä Sami Nummelinille puh: 040 126 153

tai [sami.nummelin\(at\)hotmail.com](mailto:sami.nummelin(at)hotmail.com).

Huom! Jäsenmaksu tulee olla maksettuna, kun ilmoittaudut tapahtumiin.



Ankorian h.
Taloushallinto, 107 jäsen

Taloushallinnon asiantuntijayritys palveluksessasi

- yritysten perustaminen
- kaikki taloushallintopalvelut
- sähköinen laskutuspalvelu
- palkkahallinto
- verotuspalvelut

Puh. 09-541 7275 • www.leppavaaranlaskenta.fi

LEPPÄVAARAN LASKENTA OY
Lars Sonckin kaari 14, 02600 ESPOO

Miksi olen jäsen?

Lapset ovat jo aikuisia, mutta isä haluaa pysyä liiton jäsenenä.



”Kun ensimmäistä kertaa soitin liittoon, huomasin että en ole yksin näiden asioiden kanssa”, kertoo pitkäaikainen jäsenemme Marko, jonka nimi on jutussa muutettu.

Ensimmäisestä soitosta on kulunut jo aikaa. Googlea ei silloin vielä ollut käytöstä, mutta jostain Elatusvelvollisten Liiton yhteystiedot onneksi löytyivät.

Markolla on kaksi lasta, jotka ovat jo aikuisia eivätkä enää asu kotona. Molemmat lapset ovat myös päässeet hyvin yhteiskuntaan mukaan.

”Liitosta on ollut suurta apua nimenomaan henkisesti”, Marko sanoo. ”Sain tietää, että myös monet muut isät kamppailevat näiden samojen asioiden kanssa.

Liitto on ollut paikka, josta voi aina kysyä ja saada apua.”

Jäsenenä Marko aikoo myös pysyä. Liiton jäsenmaksu on hänen mielestään mitätön summa työssäkäyvälle.

”Elatusvelvollisten Liitto ajaa niiden ihmisten etuja, jotka eivät esimerkiksi pääse tapaamaan lapsiaan. Omien kokemusteni perusteella voin sanoa, että liiton tekemiset ovat äärimmäisen tarpeellisia.”

Teksti PH

Viime vuoden lopulla Oikeusministeriö sai valmiiksi mietinnön lapsenhuoltolain uudistamisesta. EVL:n edunvalvonta tuotti tulosta, ja mietinnössä on huomioitu liiton keskeiset tavoitteet.

Uusperheellinen

Elatusvelvollinen

Kirjoita lehteen

Kerro omista kokemuksistasi. Haluatko puuttua ongelmaan, joka voi kiinnostaa muitakin.

Lähetä sähköpostia: ahti.hurmalainen@pp.inet.fi

HUUTOKAUPPAPALVELUA

MYYN VAIKKA MITÄ – KOKO SUOMESSA:
Perintö-, asunto-, tontti-, kiinteistö-, osake-,
liike-, kone-, varasto-, yms huutokaupat

Oy C. Nissinen Ab

Mikko Paavola 0500-300286
huutokaupat.paavola@gmail.com





Tulta päin!

Lasten kalliit harrastukset saattavat olla vanhempien riidan aihe. On myös harrastuksia, jotka eivät niin paljon maksa. Ja vauhtia riittää.

Helsingin VPK järjestää toimintaa myös nuorille.

Nuoriso-osasto on 10–16-vuotiaiden nuorten osasto. Kerran viikossa pidettävissä harjoituksissa perehdytään palokuntatoimintaan harjoittelemalla palomies- ja ensiaputaitoja, liikkuen ja pitämällä hauskaa yhdessä. Nuoriso-osastossa nuori op-

pii toimimaan itsenäisesti, oikein ja turvallisesti erilaisissa tilanteissa.

Harjoitukset pidetään perjantaisin klo 17 alkaen ja ne kestävät yleensä noin 2–3 tuntia. Kouluttajina toimivat useat miehistö- ja hälytysosaston jäsenet. Palokunta antaa kaikille osastolaisille harjoitusvarustuksen, johon kuuluu kaksiosainen haalari, kypärä, jalkineet, käsiineet sekä vyö. Jäsenyys on kaikille ilmaista.

Oman toiminnan lisäksi osallistumme erilaisiin palokuntanuorten yhteisiin tapahtumiin, kuten tutustumisretkiin ja kil-

pailuihin. Kesäisin nuorilla on mahdollisuus hankkia lisätietoja ja taitoja palokuntanuorten yhteisillä viikon mittaisilla koulutusleireillä.

Osastossamme on viitisentoista jäsentä, joten mukaan mahtuu hyvin uusiakin nuoria.

Lisätietoja antaa Nuoriso-osaston johtaja

Leo Hirvilammi
puh. 050 308 9893
nuoriso-osastohelsinginvpk.net
Tekstit kokosi PH

Toimintaa on koko maassa

* Yli puolessa Suomen vapaaehtoispalokunnista on nuoriso-osasto. Joissakin palokunnissa on lisäksi varhaisnuoriso-osasto 7-10-vuotiaille.

* Palokunta voi olla elinikäinen harrastus. Helsingin VPK:n vanhimmat jäsenet ovat kuuluneet palokuntaan yli 60 vuotta ja heidän liittyessään palokunnassa ei edes vielä ollut nuoriso-osastoa. Myös moni pelastusalan ammattilainen on ollut palokuntanuori.

* Palokuntaan kuuluminen ja siinä toimiminen on tyypillisesti ilmaista. Jotkin palokuntayhdistykset keräävät muutaman kymppin suuruisia jäsenmaksuja. Myös kesäleireille ja muihin viikkoharjoituksiin pidempikestoisiin tapahtumiin osallistuminen

saattaa maksaa. Kukin palokunta päättää maksuista itse.

* Palokuntanuoret eivät osallistu pelastustoimintaan, mutta toimiminen nuoriso-osastossa antaa hyvän koulutuspohjan hälytysosastoon pyrkimiseksi aikuisena. Joissakin palokunnissa jo 16-vuotiaat voivat päästä vähäriskisiin tukitehtäviin hälytyksissä.

* Palokuntaan liittymistä suunnittelevan kannattaa ottaa suoraan yhteyttä lähimpään palokuntaan. Jos ei tiedä, mihin palokuntaan pitäisi ottaa yhteyttä, niin SPEK:n alueyksiköistä ja alueellisista pelastusliitoista voi kysyä neuvoa. Yhteystietoja on SPEK:n verkkosivuilla.

Nuorisotoimintaa käsittelevä sivu: <http://www.spek.fi/Suomeksi/Palokuntatoiminta/Palokuntanuoret>

Partiossa opitaan tekemällä

Yksi Elatusvelvollisten Liiton neuvontapuheluissa käsitelty aihe on lasten harrastukset. Lasten harrastukset maksavat ja kulujen kattamisesta vanhempien on neuvoteltava.

Lasten partiotoiminta ei vanhemmille ole ilmaista, mutta ei se ole ylettömän kallistakaan. Jäsenmaksu on noin 60 euroa vuodessa. Jäsenmaksun lisäksi kerätään osallistumismaksuja tapahtumiin ja retkille ja leireille.

Mitä partiossa tehdään? Partiossa retkeillään metsässä ja vesillä - Suomessa ja ulkomailla. Yövytään teltassa ja mökissä niin kesällä kuin talvellakin. Leikitään ja lauletaan kavereiden kanssa. Opitaan tekemällä.

Osa lippukunnista on erikoistunut meripartiotoimintaan. Meripartiotoimintaa harrastetaan sekä merellä että järvillä. Alukset vaihtelevat kanooteista jolliin, matkapurjeveneistä isoihin moottorikoululaivoihin.

Viikoittaisten kokousten lisäksi partiolaiset osallistuvat erilaisiin partiokisoihin, vaelluksiin, viikonloppuretkiin ja leireille. Partiossa harjoitellaan monipuolisia taitoja retkikeittimen käytöstä ensiavun antamiseen. Kaikki tehdään yhdessä eikä ketään jätetä yksin.

Partiolasia on Suomessa yli 65.000 jäsentä, koko maailmassa enemmän kuin 40 miljoonaa. Seuraava maailmanjamboree järjestetään USA:ssa vuonna 2019. Vuonna 2015 Japanin jamboree kokosi yli 30.000 partiolaista ympäri maailmaa.

Partiossa käydään tavallisesti kerran viikossa partiolla. Retket ja leirit maksavat erikseen, mutta eivät kovin paljon nekään.

”Viikonloppuretki maksaa lapsen vanhemmille yleensä 20-30 euroa, ja summa sisältää matkat ja majoituksen sekä ruokailut. Viikonloppuretkiä tehdään 2-6 vuodessa”, kertoo Maria Ruohola Suomen Partiolaisten puheenjohtaja.

Kesällä järjestetään viikon mittainen kesäleiri, joka maksaa 60-100 euroa. Summa sisältää matkat ja majoituksen sekä ruokailut.



Kuva: Juha Nurmi



Kuva: Janne Seppänen

Varusteet maksavat. Mutta aluksi nuori partiolainen tarvitsee vain tavalliset ulkoiluvaatteet. Niillä pääsee alkuun eikä merkkitarvikkeita tarvitse ostaa. Leireillä pitää olla usein makuupussi, makuualusta ja rinka, mutta lippukunnilla on yleensä varusteita lainattavana.

Maria Ruohola korostaa, että Suomen Partiolaisilla on käytössä myös stipendejä, joita lasten vanhemmat voivat hakea kustannusten peittämiseksi.

Vuosittaisesta jäsenmaksusta voi anoa vapautusta taloudellisiin, sosiaalisiin tai

terveydellisiin perustein. Sekä jäsenmaksuvapautuksen että tapahtumamaksustipendien hakeminen on kevyttä ja helppoa eikä vaadi pitkien lomakkeiden täyttämistä tai suurten liitetiedostomäärien toimitamista.

”Meille on partiossa tärkeää, että jokainen lapsi ja nuori pystyy harrastamaan perheen tilanteesta riippumatta”, Ruohola painottaa.

Teksti: PH

Kuvat: Suomen Partiolaiset

Kolossa ja ulkona

Kolossa kotkat leipovat, mutta viikonloppureissuilla käytetään kirvestä.

Tampereella toimii Partiolippukunta Tampereen Kotkat. Kotkat on poikalippukunta, tytöt toimivat Tampereen Lokeissa.

”Lippukunta tekee keväällä kaksi viikonloppureissua ja kaksi syksyllä”, kertoo Henri Backman, joka johtaa 10-12 vuotiaiden poikien ryhmää.

Yksi viikonloppureissujen vakiokohde sijaitsee Lempäälässä. Siellä on kunnan ylläpitämä leiripaikka, jossa on kiintolaa-vu ja nuotiopaikka. Viikonloppureissu alkaa perjantaina ja päättyy sunnuntaina.

Viime syksynä Lempäälään lähti mukaan kahdeksan poikaa ja kolme johtajaa. Matkalle nuori partiolainen tarvitsi ulkoiluvaatteet, rinkan, makuualustan ja makuupussin sekä ruokailuvälineet ja vaihtovaatteita.

”Kaikkea ei tarvitse aloittavan partiolaisen heti ostaa. Makuupussin ja makuualustan voi myös lainata.”

Viikonloppureissulla nuori partiolainen oppii monenlaisia taitoja.

”Reissuilla opetellaan suunnistamista ja ruuanlaittoa ulkona. Polttopuita tehdään, kirvestä ja puukkoa käytetään ja nukkumapaikka laitetaan kuntoon.”

Reissuilla syödään hyvin, aamulla puuroa, lounaaksi esimerkiksi lihapullia ja perunamuusia. Makkaraa paistetaan nuotiolalla. Leipää on myös tarjolla, eikä vihanneksia unohdeta.

Lasten vanhemmat kuljettivat partiolaiset Lempäälään ja takaisin Tampereen keskustaan, jossa sijaitsee lippukunnan kolo. Vanhemmille partiolaisen viikonloppu maksoi 10 euroa.

”Partioon voi tulla mukaan aikuisetkin”, sanoo Henri Backman. ”Isä voi tulla vaikka sudenpentujen laumanjohtajaksi.”

Lippukunnan kolo sijaitsee Hämeenpuistossa, keskellä kaupunkia, NMKY:n tiloissa. Kolo ei ole aivan pieni kolo, sillä kololla on jokaiselle ikäkaudelle oma ryhmänsä. Kololla harjoittelee Kotkien puhalinorkesteri, mutta siellä tehdään myös puukäsitöitä ja touhutaan keittiössä.

Keittiössä? Kyllä, keittiössä pojat opettelevat tekemään ruokaa ja leipomaan.

”Viimeksi tehtiin runebergintorttuja”, kertoo Henri Backman.



Teksti: PH

Kuvat: Suomen Partiolaiset



Kuva: Joel Forsman



Kuva: JuhaNurmi

Lapset liikkeekannalle

Vaikka Iivo Niskanen voitti 50 kilometrin hiihdon, niin nuorten miesten suorituksissa on toivomisen varaa. Armeijan kuntotesti paljastaa poikien kunnan.

Tämän vuoden tammikuussa puolustusvoimat julkisti armeijan kuntotestien tulokset. Nuorten miesten kestävyyskunto on laskenut vuodesta 1980 lähtien. Joka neljäs mies on heikossa fyysisessä kunnossa ennen palveluksen aloittamista.

Kuten kuviosta näkyy, 1980-luvulla hyväkuntoisia oli paljon ja huonokuntoisia vähän. 2000-luvulla huonokuntoisia oli paljon ja hyväkuntoisia vähän. Vuonna 2016 hyväkuntoisia oli enää kuutisen prosenttia.

”Nuorten miesten heikko fyysinen kunto ja ylipaino saattavat aiheuttaa haasteita puolustusvoimien koulutusjärjestelmälle sekä suorituskyvylle”, puolustusvoimat kommentoi tutkimustulosta.

Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 -raportin mukaan lasten ja nuorten arkiliikunta näyttää kuitenkin yleistyvän. Teini-ikäille on kuitenkin ominaista liikunnan väheneminen. Urheiluseuroissa liikuminen on laskussa.

Valtion patistelee liikkeelle

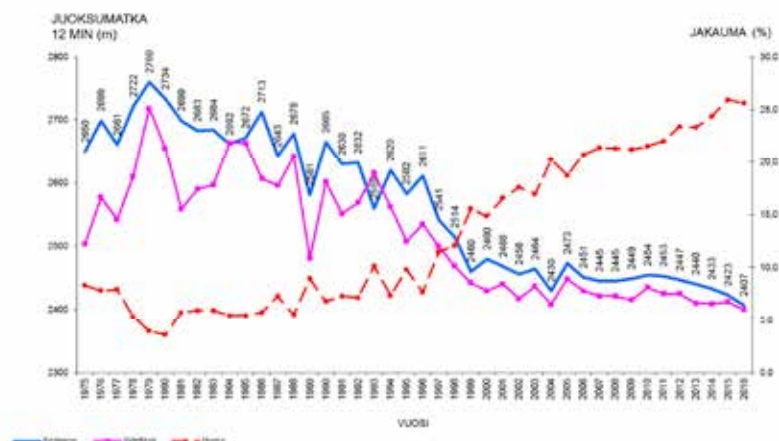
Valtio ei ole jäänyt toimettomana seuraamaan koululaistensa, kansalaistensa tai sotilaitensa kuntoa.

Liikkuva koulu on yksi Sipilän hallituksen kärkihankkeista. Jo oli aikakin, sillä koululaitokselta meni sata vuotta sen seikan havaitsemiseen, että pulpetissa istuttaminen sopii lapsille huonosti.

”Vuonna 2016 LIITU-tutkimuksessa oppilaiden liikunnan määrä mitattiin kyselyn lisäksi liikemittareilla”, kertoo Liikkuva koulu -ohjelman väliraportti. Tuloksena oli, että noin kolmasosa oppilaista liikkuu suosituksen mukaan eli vähintään tunnin päivässä reipasta liikuntaa.



Palvelukseen astuvien miesten juoksutestin keskiarvot ja jakaumat vuosina 1975-2016



Koulutusosasto

Santtila M, Kyöriäinen H, Vasankari T, Tainen S, Palvalin K, Häkkinen A, Häkkinen K. Physical Fitness Profiles in Young Finnish Men during the Years 1975–2004. Med. Sci. Sports Exerc., 2006; 38 (11) 1990–1994.
Pääesikunta koulutusosasto, varusmiesten kuntotilastot 1975–2016

Liikunta parantaa oppimista ja oppiminen on koulun tärkein päämäärä, väliraportti valisti.

Liikkuuissa kouluissa ajatellaan asioista uusilla tavoilla: istutaan vähemmän, tuetaan oppimista toiminnallisilla menetelmillä ja liikutaan välitunneilla. Jo vuoden 2016 lopussa yli 80 prosenttia koululaisista oli ohjelman piirissä.

Varusmiesten kunnosta puolustusvoimat veti johtopäätöksen: ”Tulokset näyttävät edellyttävän koko yhteiskunnan toimia liikunnan ja liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi”.

Valtion on tehtävään tarttunut. Liikenneministeriö ajaa hanketta nimeltä Kävelyn ja pyöräilyn valtakunnallinen strategia

2020. Ohjelman mukaan kävelyä ja pyöräilyä tulisi lisätä 20 prosenttia. Yksityisautoilijat liikenneministeriö pistäisi lyhyet matkat kävellen kulkemaan.

Liikenneministeriö ei pidä myöskään siitä, että vanhemmat vievät lapset autolla kouluun. Lisähaasteena ovat nuorison mopot, skootterit ja mopoautot, jotka vähentävät erityisesti pyöräilyä.

Armeija on omalla lohkollaan käynyt vastahyökkäykseen. Avuksi on otettu mikä muu kuin digi. Tarjolla on puolustusvoimien tarjoama ilmainen Marsmars-mobiilisovellus oman kunnan kohottamiseksi.

Teksti PH

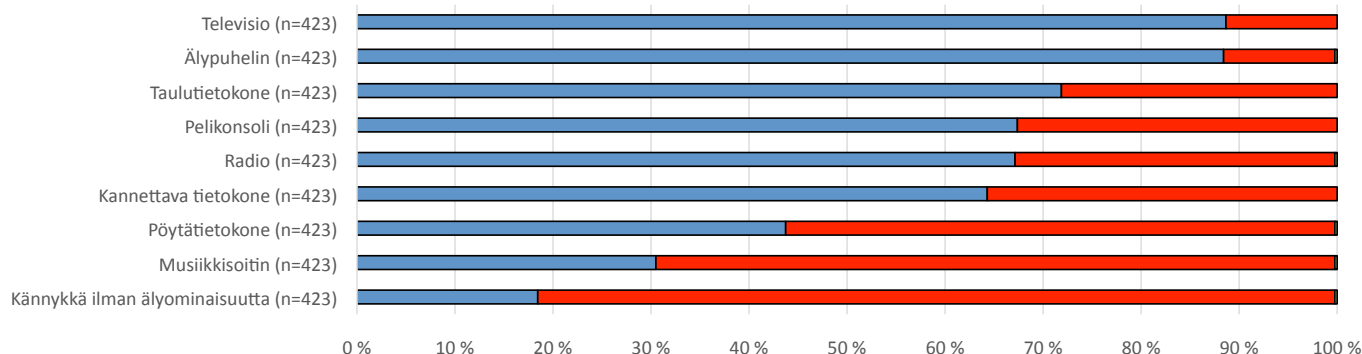
LÄHTEITÄ

- Tiina Huttu, Digikouku – tyytyväisyys karkaa yhä kauemmas pikapalkintojen oravanpyörässä; Pää edellä! blogi; Vauva.fi-sivusto
- Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016; Nuorisotutkimusseura ry
- Tutkija Sami Myllyniemen haastattelu; Nuorisotutkimusseura ry
- Children in a Digital World -raportti; UNICEF
- Terve koululainen -hanke; UKK-instituutti ja Tampereen Urheilulääkäriasema
- Digital 5 A Day -kampanja, Children's Commissioner for England
- Lapset netissä – opas vanhemmille; Telia ja Pelastakaa lapset ry
- Kävelyn ja pyöräilyn valtakunnallinen strategia 2020; Liikenneministeriö
- Suomen suurin kuntokoulu; Varusmiesten kuntotilastot, puolustusvoimat
- Liikkuva koulu -ohjelman väliraportti 1.8.2015 – 31.12.2016

Kaverit taskussa

K5a Mitkä seuraavista laitteista on käytössäsi vapaa-ajalla? (7-14-vuotiaat)

■ Kyllä ■ Ei ■ EOS



Jokaisella lapsella on älypuhelin. Jos ei ole, niin pian se hankitaan. Lasten vanhemmille riittääkin pohdittavaa, miten lasten älypuhelimiin pitäisi suhtautua.

”Lapsi istuu sohvalla hartiat lysisssä, puhelin sylissään. Tai kävelee kouluun aamuliikenteen vilinässä. Ei näe, ei kuule, mutta peukut pyyhkivät kiihkeästi näyttöä. Vaikka lapsi kuinka tietää säännöt, pelaamisen saa loppumaan vain kiukun kanssa”, kirjoittaa eräs äiti ja blogisti vauva.fi-sivustolla.

Ja todella, lapsen kännykässä on kaikki: kaverit, kamera, pelit, kalenteri, sähköpostit, kirjat, osoitetiedot, sanakirjat, google, radio, musiikki, kello, appsit ja taskulamppu muun muassa.

Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 -raportin mukaan koulunsa aloittavista lapsista 60 prosentilla on älypuhelin, yläkouluun siirryttäessä jo lähes kaikilla.

Kuten näkyy kuviosta ”Mitkä seuraavista laitteista on käytössäsi vapaa-ajalla”, niin jo varsin nuorilla lapsilla on aikamoinen määrä digimedioita käytössään. Kannettava tietokonekin on useimmilla.

12-13-vuotiaista noin 80 prosenttia käyttää nettiä päivittäin tai monta kertaa päivässä. Vuotta myöhemmin yli 90 prosenttia. Puhelimella lapset pitävät yhteyttä kavereihinsa ja katselevat muiden tuottamia some-sisältöjä.

Älypuhelin ei kuitenkaan välttämättä totuta lasta omaan koloonsa. ”Lapset, jot-

ka olivat puhelimen välityksellä eniten yhteyksissä kavereihinsa, myös tapasivat kavereitaan eniten kasvotusten”, sanoo Nuorisosäätiön tutkija Sami Myllyniemi.

Verkon vaaroja

Vaikka lähes kaikilla suomalaisilla lapsilla on älypuhelin, niin kaikilla maailman lapsilla ei sitä ole. UNICEF:in mukaan 350 miljoonaa lasta ja nuorta ei pääse internettiin. UNICEF:in raportti Children in a Digital World väittää, että verkkoon pääsy avaa lapsille ja nuorille mahdollisuuksia tietoon ja opiskeluun ja tien ulos köyhyydestä.

Suomessa UKK-instituutin Terve koululainen -hanke lataa älypuhelimille monenlaista syntiä:

”Käyttäjän huomio kiinnittyy puhelimeen eikä ympäröivään maailmaan, lähimuisti voi heikentyä, koska informaatiotulva on suuri, silmät ärtyvät ja kuivuvat.” Eikä unikaan tule, koska ”puhelimien sinivalo vähentää elimistön melatoniinin tuotantoa ja siten unen laatu heikkenee.”

Someniska kiusaa

Eikä siinä vielä kaikki. Älypuhelimien tuijottelusta voi seurata ”someniska”, väittää Terve koululainen.

”Aikuisen ja nuoren pää painaa noin 5 kg. Kun päätä roikotetaan alaspäin älypuhelimella käytettäessä, lisääntyy pään paino ja niska-hartiaseudun rakenteet (lihakset ja selkäranka) kuormittuvat voimakkaasti”, kerrotaan.

Seurauksena on ilmiö ja uudissana ”someniska”, mutta Terve koululainen antaa ohjeita torjuntaan. Kyse on kuitenkin muustakin kuin niskan jäykkyydestä.

”En pelkää digiä, vaan pelkään kulttuuriamme. Sitä, että nykyisin on ihan ok himoita jatkuvia pikavoittoja: lipua ruudun ääressä nautinnosta toiseen, koulutua sosiaalisen median huomioon ja jatkuvaan ärsykevirtaan ja typistää ilmeiden, kehonkielen ja äänenpainojen hienosyiset viestit emojiiksi ja peukuiksi”, kirjoittaa alussa mainittu äiti ja blogisti Tiina Huttu, neurobiologi ja tietokirjailija.

Englannissa on vanhemmille suunnattu Digital 5 A Day -kampanja. Kampanja koostuu viidestä teesistä, joiden avulla vanhempi voi miettiä lasten digitaalisen median käyttöä.

Suomessa Telia ja Pelastakaa lapset -järjestö ovat laatineet yhdessä ohjeen Lapset netissä - opas vanhemmille, josta apua saa toivottavasti myös edellä mainittu äiti.

”Mediataidot ovat avain digitaalisen yhteiskunnan kansalaisuuteen”, opas opettaa. Jos vanhemman on syytä epäillä lapsen kohdistunutta rikosta, opas kehoittaa ottamaan yhteyttä poliisiin.

Lisää ohjeita saa - kuinkas muuten - älypuhelimella, johon voi ladata ”Help. some” mobiilisovelluksen. Palvelun kautta voi keskustella asiantuntijoiden kanssa tilanteesta.

Teksti PH

Maistellaan makuja yhdessä

Hyvä ravitsemus koostuu monesta palasesta, jonka perustana on puolinen ja terveellinen perusarkiruoka.

Ravinnosta tulisi saada sopivassa suhteessa ja oikeassa muodossa tärkeitä ravintoaineita, joita ovat hiilihydraatit, proteiinit, rasvat, kuidut, vitamiinit ja hivenaineet.

Energiajuomissa kofeiinia

Mediassa käy kuumana keskustelu nuorten energiajuomien ja muiden sokeroitujen mehujen ja limonadien kulutuksesta ja niiden vaikutuksista lapsiin. Vaikka alle kouluikäiset yleensä eivät energiajuomia juo, jo kouluikäiset saattavat viikoroahoillaan käydä koulun jälkeen ostamassa tölkin juomaa. Energiajuomat, kuten muutkaan sokeroituneet juomat eivät kuulu lasten ruokavalioon, koska ne sisältävät paljon sokeria ja osa myös kofeiinia.

Sokeroituneet juomat altistavat hampaiden reikiintymiselle ja aiheuttavat energiatasojen nopeita muutoksia, kun verensokeri vaihtelee nopeasti korkeasta matalaan. Energiajuomien kofeiini taas aiheuttaa helposti levottomuutta ja ärtymistä.

Lasten kiukku voi myös johtua usein nälästä, kun kurniva nälkä ja verensokerin laskeminen tekevät olon epämukavaksi ja väsyneeksi. Säännöllisen ateriarhythmin yll-

äpitäminen onkin tärkeää niin arkena kuin viikonloppuna. Lapsille on parempi tarjota kylläisyydentunnetta pidempään ylläpitäviä välipaloja kuten pähkinöitä tai hedelmiä nopeasti verensokeria nostavien herkkujen sijaan.

Erilaisia makuja pienillekin

On hyvä antaa lapselle mahdollisuus maistaa erilaisia makuja jo pienestä pitäen. Kasviksen maistuvat, kun niitä on helposti saatavilla esimerkiksi pöydän kulmalla olevalla lautasella tikuiksi leikattuina. Tällöin pienenkin käden on helppo tarttua niihin ja popsia leikin lomassa. Kun hedelmiä ja vihanneksia on tarjottavilla muiden herkkujen sijaan, myös lapset osaavat kysyä niitä välipalaksi.

On hyvä kannustaa lasta maistamaan eri makuja, mutta muistaa, että pakottamalla ei makupaletti laajene. Vanhemman esimerkillä on myös ruokailun suhteen iso merkitys.

Herkkujen syöminen on tietenkin sallittua, mutta kohtuus on tässäkin tärkeää. Oikein kovalle sokerihiirelle voikin tarjota terveellisempiä vaihtoehtoja sokerinnälkään. Voit vaikka kokeilla valmistaa näitä nopeita, helppoja ja herkullisia banaani-pannukakkuja yhdessä lasten kanssa!

Teksti Taru Häggblom ja Tuuli Anolin



Yhdessä ostoksilla tekemässä terveellisiä valintoja. Kuvat: Tuuli Anolin



Terveellisen ruokavalion ainekset:

- Tarjoa 4-6 ateriaa päivässä 3-4 tunnin välein
- Suosi täysjyväviljaa viljatuotteissa
- Tarjoa välipalaksi mieluummin hedelmä hedelmämehun sijaan
- Yksi herkku viikossa
- Vesi on paras janojuoma
- Ruokajuomaksi maito ja vesi
- Pakkausselosteet kannattaa lukea läpi ostohetkellä

Lisätietoja:

Syödään yhdessä -ruokasuositukset lapsiperheille.

<https://neuvokasperhe.fi/ruoka-ja-sy%C3%B6minen/sy%C3%B6d%C3%A4n-yhdess%C3%A4>

Neljään pieneen pannukakkuun tarvitset:

- 2 kananmunaa
- 1 ylikypsä banaani

Murskaa banaani haarukalla kipossa, lisää kananmunat joukkoon ja sekoita tasaiseksi massaksi. Käytä paistamiseen kasvirasvaväpöä. Kun pannu on kuuma, voit paistaa pannukakut. Paista molemmilta puolilta, kunnes pannukakut ovat saaneet vähän väriä. Tarjoile marjojen kanssa tai sellaisenaan!

Liikunnasta iloa arkeen



Hyödyllisiä askelia.

Kuva: Tuuli Anolin

Erilaisten tietokonepelien ja televisio-ohjelmien kasvava tarjonta on saanut aikaan sen, että lapset ja nuoret valitsevat usein ruudun edessä istumisen leikkimisen ja liikkumisen sijasta.

Moni nuori viettää jopa 6-8 tuntia päivässä viihdemedian ääressä, kun suositeltava päivittäinen ruutuaika on korkeintaan kaksi tuntia. Monet vanhemmat ja ammattilaiset miettivät, miten lapset ja nuoret saataisiin pois ruutujen äärestä ja liikkumaan enemmän. On suosituksia ja tutkimuksia, mutta miten tässä käytännössä onnistuttaisiin?

Aktivoivat pelit

Tekniikkaa ja pelejä voi hyödyntää lasten liikuntaan kannustamisessa. Yksi tapa on sopia peliajan määräytyvän ulkona vietetyn ajan perusteella. Viikonloppuna voidaan sopia, että aamulla leikitään ulkona tai että sovituihin kotitöihin saa kerrytettyä peliaikaa.

Aina pelaamisen ei tarvitse olla koneella istumista, sillä nykyisin on paljon

erilaisia aktivoivia pelikonsoleita ja pelejä. Hiljattain on tullut markkinoille paljon erilaisia interaktiivisia pelejä, joissa yhdistyvät liikunta ja pelaaminen. Ja mikä mukavinta, osa peleistä on suunniteltu ulkoilmassa pelattaviksi. Vaikka et itse peliä pelaisikaan, on kiva lähteä lasten kanssa sään salliessa ulos tutkimaan uusia paikkoja. Huonon sään sattuessa voi myös suunnata ostoskeskuksien ilmaisille leikkipaikoille ostosreissun yhteydessä.

Lasten perusarkiliikunnan olisi hyvä muodostua monista pienistä paloista. Kouluun tai kauppaan voi autoilun sijasta kävellä tai pyöräillä. Kaupassa lapset voi ottaa mukaan keräämään ostoksia kärryyn, jolloin askelia tulee huomaamatta lisää.

Kotimatalla voi laittaa pystyyn kisan siitä, kuka juoksee portaat nopeimmin ylös kotiovelle. Vanhemmilla onkin tärkeä rooli kannustaa lasta ja nuorta liikkumaan heille mielekkäällä ja luontevalla tavalla.

Teksti Taru Häggblom ja Tuuli Anolin

Tietolaatikko:

- Liikunta tukee lasten fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä.
- Alle kouluikäisten liikuntasuositus on vähintään kolme tuntia päivässä.
- Aktiviteettijaksoja on hyvä ujuttaa päivittäisten toimintojen lomaan.
- Kouluikäisille suositellaan liikuntaa vähintään 1-2 tuntia päivässä.
- Ryhmäliikuntaharrastus 1-2 kertaa viikossa on arkiliikunnan lisänä suositeltavaa.
- Tehokas liikunta saa lapsen hengästymään.
- Liikunta auttaa kaiken ikäisiä jaksamaan paremmin arjessa.

Lisätietoja:

- Opetus- ja kulttuuriministeriön 2016 laatimat varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset: Iloa, leikkimistä ja yhdessä tekemistä
- Ajantasaista tutkimustietoa lasten ravitsemuksesta ja liikunnasta: www.lastenliikuntajaravitsemus.fi
- Vinkkejä lasten kanssa liikkumiseen löytyy Mannerheimin lastensuojeluliiton Vanhempainnetistä: www.mll.fi/vanhempainnetti



Patriarkka

Juha Jokelan kirjoittama Patriarkka-näytelmää esitetään Kuopion kaupungin teatterissa. Näytelmä kertoo 1970-luvulla nuoruutensa viettäneen Heimon ja Virpin tarinaa ja toisaalta heidän lapsiensa Jonnan ja Jarnon tarinaa, joiden nuoruus osui 1990-luvun lama-aikaan.

Heimo oli demari ja opiskeli rakennusinsinööriksi. Nuori idealisti haaveili rakentavansa laadukkaita koteja suomalaisille työläisille. Saatuaan kokemusta kotimaan rakentamisesta Heimolle tarjoutui mahdollisuus kansainvälisiin rakennusprojekteihin Saddam Husseinin Irakiin, missä demari-idealismilla ei ollut sijaa. Heimon työkaverina reissasi rempseä viinaan menevä opiskelutoveri Kale. Virpin osaksi jäi jäädä yksin kotiäidiksi.

Heimon ja Virpin nelikymppisellä pojalla Jarnolla on tyystin erilaiset lähtökohdat ja asenteet elämään, työhön, perheeseen ja sukupuolirooleihin kuin työorientoituneella isällään. Jarno työskentelee ajatushautomossa (onko se edes työtä) ja on ottanut osaa aktiivisesti lasten kasvatukseen ja pitänyt osansa vanhempainvaipaista.

Heimo ja Virpi viettävät eläkepäiviä Ranskassa, mutta Heimo päättää palata vielä kerran Suomeen toteuttamaan jotain uutta merkittävä työprojektia, vaikka Virpi ei haluaisi palata pimeyteen ja pakkaaseen. Muutto ei suju ilman konflikteja – Heimon ja Virpin avioliitto kriisiytyy eikä isän ja pojan suhde ole ongelmaton. Vir-



pillä on omat haamut taakkanaan.

Patriarkka on traagisen hauska näytelmä, jossa aivan huomaamatta nostetaan esiin ajankohtaisia teemoja ja tuoreita näkökulmia työstä, tasa-arvosta ja perheestä. Äitien synnytyksen jälkeinen masennus osataan nykyään hoitaa, mutta mikä neuvoksi, jos isä menettää otteensa elämään lapsen syntymän hetkellä? Arvot muuttuvat ajan myötä, mutta me ihmiset emme – vanha sukupolvi yrittää ratkaista ongel-

mat kuten ennenkin ja uusi sukupolvi etsii omaa tapaa selviytyä elämästä.

Näytelmän parasta antia oli mielestäni hyvä ja rikas dialogi. Huumoriosastoa ylläpiti Heimon vanhanajan sovinistikaveri Kale mauttomine vitseineen. Keskeisessä osassa tapahtumia ja lavastusta oli shakki, missä saattoi tulla esiin kirjoittajan oma-kohtaista historiaa. Suosittelen.

RM

Ohjaus ja lavastus: Olli-Matti Oinonen
Ensi-ilta 21.10.2017 Maria-näyttämöllä
Kesto 2 t 30 min, sisältäen 20 min väliajan.

Pukusuunnittelu: Jaana Kurttila
Valosuunnittelu: Timo Suutarinen
Äänisuunnittelu: Kati Koslonen
Videosuunnittelu: Jarmo Jääskeläinen

Rooleissa:

HEIMO HARJU Pekka Kekäläinen
VIRPI HARJU Sari Happonen
NUORI HEIMO Topi Kohonen, vier.
NUORI VIRPI Anna Kuusamo
JARNO HARJU Mikko Rantaniva
JONNA HARJU Lina Patrikainen
PETRA Johanna Kuuva

MARKO Jukka Väinölä, vier.
KALE VAINIO Mikko Paananen
ANJA VAINIO Riina Björkbacka

Kuvassa Pekka Kekäläinen.
Kuva ja kuvankäsittely: Sami Tirkkonen

Oikein ja väärin

On vain kaksi tapaa vastata exälle: oikea ja väärä. Tyyppiongelmia on, ettei kukaan tiedä mikä on se ainoa oikea tapa. Vääriä vaihtoehtoja sen sijaan on joka tilanteeseen useita. Tässä valmiita esimerkkejä monelle tuttuihin tilanteisiin.

Tilanne: Omaisuutta ositettaessa exä haluaa koko ajan enemmän ja enemmän.

VÄÄRIN: Päätät keventää tunnelmaa kertomalla vitsin. ”Tiedätkö mikä on kaikkein kallein Barbie-nukke? Avioero-Barbie. Sen mukana tulevat Kenin talo, Kenin auto, Kenin lapset ja Kenin rahat.”

OIKEIN: ”Ymmärrän vaatimuksesi. Haluat lasten parasta. Mutta jos minulle jää tämä ja tuo, niiden arvo kyllä aikanaan siirtyy lapsille perintönä. Jos me ryhdymme näistä oikeudessa riitelemään, siinä riikastuvat vain lakimiehet ja lapsille jää vähemmän.”

Tilanne: Eron jälkimainingeissa exä uhoaa: ”Minä kuule löydän hyvin pian paljon sinua sopivamman miehen itselleni!”

VÄÄRIN: ”Onnea etsintään, mutta arvioisin että kuurosokeita impotentteja on harvassa.”

OIKEIN: Nyökkäät, hymyilet iloisesti hammasta purren ja käsi taskussa palleja puristellen todeten: ”Toivon vilpittömästi, että löydät itsellesi sopivan kumppanin. Me epäonnistuimme, mutta toivon elämäsi uutta onnea.”

Tilanne: Exä sanoo lapsia noutaessasi: ”Pidät sitten huolen, että et viikonloppuna käytä alkoholia, kun lapset ovat luonasi.”

VÄÄRIN: ”Kuule, minun alkoholin käyttöni on vähentynyt selvästi sitten avioeron. Aiemmin oli pakko, sillä sanotaan että ei ole olemassa rumia ja lihavia naisia, on vain liian vähän viinaa.”

OIKEIN: ”Olen parantanut tapojani. Saatan kerran viikossa ottaa maltillisesti kavereiden kanssa, mutta lasten viikonloppuna olen raitis. Tai no, ei kai se ole

suuri synty jos lauantai-iltana juon yhden saunaoluen?”

Tilanne: Olet uudessa suhteessa ja juuri hankkinut uuden auton. Kurvatessasi exän pihaan lapsia hakemaan exä toteaa: ”Jaaha, teit sitten auton kanssa saman tempun eli vaihdot uudempaan malliin.”

VÄÄRIN: ”Joo, mutta on tässä se ero, että vanhassa autossa oli sentään jälleennyntiarvoa tallella.”

OIKEIN: ”Ajattelin lasten turvallisuutta. Liikenne on nykyisin riskialtista. Tässä mallissa on parempi varustelutaso ja se oli kolaritestin turvallisin.”

Tilanne: Istutte sossussa neuvottelemassa elatusmaksusopimusta. Tunnet olevasi sukupuolesi takia alakynnessä ja exä virnuilee voitonriemuksena. Mietit mitä sanot virkailijalle.

VÄÄRIN: ”Onko tuohon työhön jonkinlaisena pääsyvaatimuksena feministiunionin jäsenkortti?”

OIKEIN: ”Ei kyllä tuo teidän työ käy kateeksi. Sanotaan että tämä rekkakuskin homma on rankkaa, mutta ei hän minun tarvitse muuta kuin lastata ja purkaa, se on pelkkää fysiikkaa. Teillä sitä on melkoista tasapainoilua, kun pitää yrittää sovittaa oikeudenmukaisesti yhteen niin erilaisia näkökantoja. Ottaa varmasti henkisesti koviin.”

Tilanne: Yhteisen lapsen penkkaripäivä lähestyy. Exä ehdottaa: ”Etkö voisi toimittaa joitain vaatteitasi? Poika voisi pukeutua sinuksi, näyttäisi ihan pellettä?”

VÄÄRIN: ”Siinähan olisi ideaa. Sinuksi hänen ei kannattaisikaan pukeutua, ei

häntä luultaisi transuksi vaan leirintäalueen Soppu-teltaksi.”

OIKEIN: ”Siinähan olisi ideaa. Minulla onkin vanhoja lukioaikaisia romppeitani 80-luvulta ja senaikainen tyyli oli niin hirtittävää, että menee täydestä.”

Tilanne: Olet menossa uusiin naimisiin. Exä ilmoittaa: ”Tuo ei ikinä kestä, te eroatte vielä ennen ensimmäistä hääpäivää!”

VÄÄRIN: ”Voi olla, mutta siinä tapauksessa olen viisastunut ensimmäisestä kerrasta ja älyän lopettaa aiemmin.”

OIKEIN: Pidät turpasi tukossa ja lähetät aikanaan exälle kutsun 20-vuotishääpäiväjuhliin.



www.orasmus.fi

Meiltä apu

elatus-, huolto-, tapaamis- ja ositusasioissa.

Konsultointi

perheoikeudellisissa sovintoneuvotteluissa.

Rikos- ja riita-asiat,
maksuttomat ja vakuutusyhtiöiden korvattavat asiat.

**OIKEUDELLIS-TALOUEDELLISTA
KONSULTOINTIA**

Meiltä myös johtamisen, myynnin ja
hankintojen konsultointi ja valmennus.

Orasmus Ky

Konstaapelinkatu 3, 02650 ESPOO

Puh. +358 9 547 4010

Fax +358 9 547 99 800 / +358 9 547 54 006

Toimitusjohtaja Ahti Hurmalainen
+358 400 617 843 / +358 400 624 843

E-mail ahti.hurmalainen@pp.inet.fi

Lakimies, OTK Tor Janzon

+358 405 067 594

Sivutoimisto Yläsatamakatu 7 B 3, 3 krs,
00100 JOENSUU

Uusperheellinen Elatusvelvollinen



Elatusvelvollisten Liitto ry:n jäsenyhdistyksiä ja yhteyshenkilöitä:

Etelä-Pohjanmaan elatusvelvolliset
Neuvontayhteyshenkilö Tero Eklund
Yhteystiedot liiton toimistosta
GSM 050 5720 827

Keski-Suomen elatusvelvolliset ry
Pj: Risto Metsälä
Neuvontayhteyshenkilö:
puhelin: 040 509 3965

Helsingin seudun elatusvelvolliset ry
Pj: Ahti Hurmalainen
Peuramäenkuja 5 C
02750 Espoo ahti.hurmalainen@pp.inet.fi
puhelin: 0400 617 843 www.elatusvelvolliset.fi

Lounais-Suomen Elatusvelvolliset ry
pj Antti Tuppurainen
antti@tuppurainen.fi

Järvenpään alueen vertaistuki
Jari Iso-Lauri
GSM 0445500208
Email jari.isolauri@hotmail.com

Pirkanmaan elatusvelvolliset ry
Pj: Petri Mäkelä
Neuvontayhteyshenkilö:
Olavi Pesu
puhelin: 0400 322 200

Imatran seudun yhteyshenkilö
Timo Ruottinen
Rautaveikonkuja 6 as 7
55610 IMATRA
GSM 050 5912 701
Email timo.ruottinen66@gmail.com

Pohjois-Karjalan Joensuun yhdistys
Tor Janzon
Yläsatamakatu 7 B 3, 3 krs,
80100 JOENSUU
Puhelin 040 5067 594

Kemin seudun elatusvelvolliset ry
Pj: Jukka-Pekka Kerimaa
Valtakatu 25
94100 Kemi
puhelin: 016-255 168

Päijät-Hämeen elatusvelvolliset ry
Neuvontayhteyshenkilö Ville-Veikko Elomaa
GSM 050-5012124
villeveikko.elomaa@gmail.com

Elatusvelvollisten Liitto ry hallitus 2018

Puheenjohtaja Ahti Hurmalainen

Varapuheenjohtaja Sami Nummelin

Jäsenet Petri Haikonen • Seppo Huotari • Janne Kangas •
Kari Immonen • Mauri Mäkinen **Varajäsenet** Ina Virkki-Ukeleghe
• Olli Puttonen • Antti Tuppurainen **Ulkojäsen** Tero Eklund •

Järjestösihteeri Pentti Honkanen

Tapaavat vanhemmat ry (Oulu)

Neuvontayhteyshenkilö:

Pj: Jyrki Kuusirati

GSM 0400 892 389

jyrki.kuusirati@dnainternet.net