



Ero?

ET OLE YKSIN. EROSTA VOI SELVIYTYÄ.

1 TIETOA JA TUKEA

Palvelut tarjoavat tietoa ja tukea eron eri vaiheisiin: eroa harkitseville, erokriisissä oleville ja jo eronneille aikuisille, lapsille sekä läheisille. Näihin palveluihin yhteyden ottaminen on helppoa ja sen voi tehdä myös nimettömästi.

Apuaeroon.fi

Sivustolle on koottu tietoa erosta ja lapsen huomioimisesta erotilanteessa. Sivustolta löytyy mm. verkkopelejä lapsille ja nuorille, vanhemmuussuunnitelma lapsen asioiden sopimisesta sekä Apua eroon -chat.

Palveluhausta voi hakea oman alueensa eropalveluita.

Maksuton

EETU-chat

Erosta Elossa –vertaistukihenkilöiden, eli EETUjen, ylläpitämä liveryhmä, jossa miesten on mahdollista vaihtaa anonyymisti ajatuksia muiden eron kokeneiden kanssa.

Maksuton

Eroinfopuhelin 020 774 9800

Valtakunnalliseen numeroon voi soittaa, kun haluaa keskustella ammattilaisen kanssa mm. elatusavusta tai lapsen asumiseen, huoltoon ja tapaamisiin liittyvistä asioista.

Avoinna ma, ti, to klo 10–16 ja ke klo 10–19.

Palvelu on maksullista (0,08 €/puhelu + 0,17 €/min).

Vanhempien eron ABC-ilta

Illan tarkoituksena on tarjota tukea ja tietoa vanhemmille erotilanteessa lapsia koskevista asioista. Illassa käsitellään lapsen huoltoa, asumista, tapaamisia sekä elatussopimuksia koskevia asioita. Mukana järjestön työntekijä ja juristi.

Yhteystiedot: www.yvpl.fi ja 040 541 5294.

Maksuton.

Eroneuvo

Tilaisuudessa tuetaan eron jälkeistä vanhemmuutta sekä tuodaan esille lapsen näkökulmaa ja tarpeita erotilanteessa. Paikalla on koulutettu Eroneuvo-vetäjä sekä vertaisohjaaja, jolla on omakohtaista kokemusta erokriisin läpikäymisestä ja vanhemmuudesta eron jälkeen.

Yhteystiedot: www.tuentu.fi.

Maksuton.

Kriisiapu

Turun kriisikeskus tarjoaa apua ja tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin joutuneille. Palveluun voi hakeutua ilman lähetettä ja myös nimettömästi. Kriisiapua antavat sekä ammattilaiset että koulutetut vapaaehtoiset. Palvelua on mahdollista saada suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Kriisiapu on suunnattu aikuisille ja yli 13-vuotiaille lapsille ja nuorille.

Yhteystiedot: www.mielenterveysseurat.fi/turku ja 040 822 3961.

Maksuton.

2 YHDESSÄ MUIDEN ERON KOKENEIDEN KANSSA

Eroon liittyvistä asioista on hyödyllistä puhua. Joskus voit saada parasta tukea muilta eronneilta. Vertaisryhmät ovat ammattilaisten tai koulutettujen vapaaehtoisten ohjaamia.

Lasten ja nuorten erovertaisryhmät

Ammatillisesti ohjattu, 6–8 kertaa kokoontuva vertaistukiryhmä, on tarkoitettu vanhempiensa eron kokeneille lapsille ja nuorille. Ryhmään otetaan mukaan 4–8 mahdollisimman saman ikäistä osallistujaa. Vanhempien eroa käsitellään toiminnallisten menetelmien avulla. Lasten ryhmässä vanhemmat tavataan alussa ja lopussa. Nuorten vertaisryhmissä nuoret pääsevät jakamaan kokemuksiaan ja tunteitaan muiden kanssa.

Yhteystiedot: 044 5355 400 (nuoret) ja 050 3790 939 (lapset).

Maksuton.

Hyvä ero -ryhmä

Ryhmä auttaa osallistujia ymmärtämään omaa eroprosessiaan ja siihen liittyviä tekijöitä. Ryhmä on suunnattu jo eronneille aikuisille. Ryhmiä järjestetään Turussa ja lähiympäristössä. Lastenhoito järjestetty 8 kokoontumiskertaa.

Yhteystiedot: www.yvpl.fi ja 040 541 5294

Maksullinen.

YH-olohuoneet

YH-olohuoneet on tarkoitettu yksin- ja yhteishuoltajavanhemmille sekä heidän lapsilleen. Olohuoneessa voi viettää aikaa ja keskustella muiden vastaavassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Toimintaa järjestävät koulutetut vapaaehtoiset.

Yhteystiedot: www.turunseudunyksinhuoltajat.com

Maksuton.

Suomalainen Eroseminaari

Bruce Fisherin luomaan menetelmään perustuvassa vertaisryhmässä käsitellään eron liittyviä kysymyksiä, tunteita ja tapahtumia koulutetun ammattilaisen johdolla. Suunnattu eroa harkitseville, erokriisissä oleville ja jo eronneille aikuisille. 11 kokoontumiskertaa.

Yhteystiedot: www.mielenterveysseurat.fi/turku ja 040 822 3961.

Maksullinen.

Miesten eroryhmä

Miehille tarkoitettu ammattilaisten ja koulutettujen vapaaehtoisten vetämä vertaisryhmä. Ryhmä on suunnattu eroa harkitseville, erokriisissä oleville ja jo eronneille miehille. Eroryhmä järjestetään sekä suomeksi että englanniksi. 10 kokoontumiskertaa.

Yhteystiedot: www.miessakit.fi ja 045 124 6785.

Maksuton.

EETU-tukihenkilötoiminta

EETU-tukihenkilötoiminta tarjoaa vertaistukea erokriisissä oleville miehille. Tukihenkilötoiminta muodostuu noin viidestä tapaamiskerrasta, jolloin akuutissa kriisissä tukea tarvitseva tapaa koulutetun, itse eronsa jo läpikäyneen miehen.

Yhteystiedot: www.miessakit.fi ja 044 751 1341.

Maksuton.