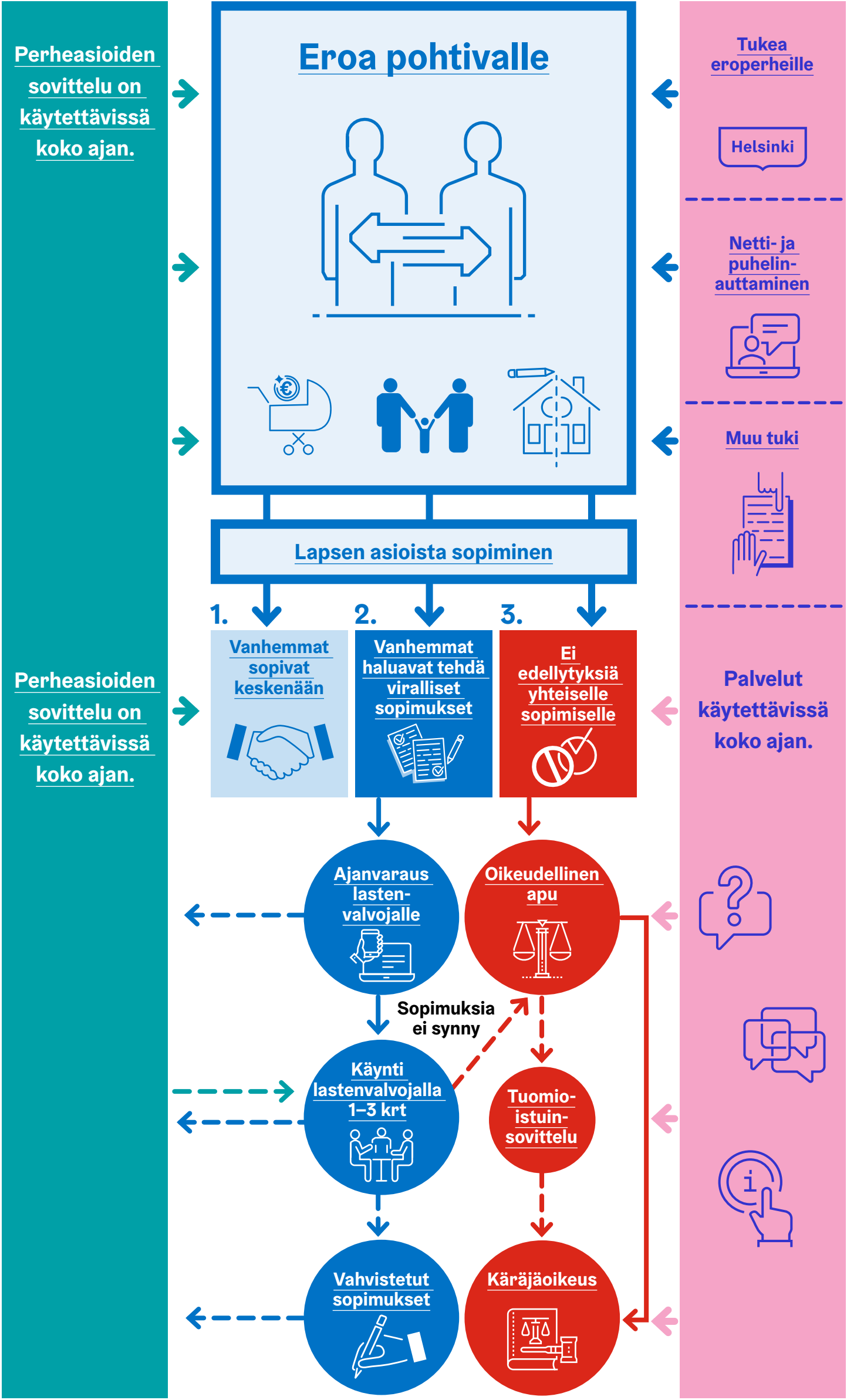


Lapsiperheiden eropalvelut



Eroa pohtivalle



Keskustelu erosta voi kiristää parisuhdetta ja koko perheen ilmapiiriä. Tilanteeseen liittyy paljon kysymyksiä kuten

- miten arki toimii silti?
- kykenevätkö vanhemmat yhdessä puhumaan eroajatuksistaan?
- miten lapset kyetään ottamaan huomioon?

Eroprosessin eri vaiheissa erilaiset asiat ovat pinnalla. Myös tukea on tarjolla eri tarpeisiin monista eri palveluista.

Eropäätöksen miettiminen parisuhteen kannalta

- [Pariterapia](#) (jos molemmat halukkaita)
- [Kirkon perheneuvonta](#)
- [Perheasioiden sovittelu](#)
- [Väestöliitto](#)
- [Apua eroon –sivusto](#)

Vanhempien parisuhteen purku ja siihen tarvittava tuki vielä parina

- [Pariterapia](#)
- [Kirkon perheneuvonta](#)

... eroa pohtivalle



Kun eropäätös syntyy

Mahdollinen avioerohakemus tehdään käräjäoikeuteen

- www.oikeus.fi

Puolisoiden varallisuusasioihin liittyvissä kysymyksissä voi olla yhteydessä lakimieheen esim. oikeusaputoimistoon.

Lapsen huoltoa, asumista ja tapaamisoikeutta koskeva asia voidaan ratkaista vanhempien avioeron yhteydessä. Asia saatetaan tällöin vireille avioerohakemuksen liitännäisvaatimuksena jommankumman puolison kotikunnan käräjäoikeudessa.

Muutoskriisin työstäminen synnyttää monia kysymyksiä niin aikuisille kuin lapsille.

- Parisuhteeni päättyy, mitä se tarkoittaa minulle?
- Vanhempani eroavat, miksi? Mitä minulle nyt käy? Miten kaikki järjestyy?

Niin lapset kuin aikuisetkin reagoivat muuttuviin tunnelmiin ja stressiin hyvinkin eri tavoin. Tärkeää on, että vanhemmat vievät oman eroprosessin loppuun, jolloin yhteistyövanhemmuuden rakentuminen ja sujuminen on helpompaa.

Vanhemman oma kriisiapu

- Perusterveydenhuolto (työterveys, [oma terveysasema](#))
- [Nettiturvakoti](#)
- [Mielenterveysseuran kriisipuhelin](#) p. 010 195 202 (22h)
- [SOS Kriisikeskus](#)
- [Tukinet](#)

Lapsen oireilu ja lapsen kanssa tilanteen työstäminen

- [Perheneuvola](#)

Koko perheen kriisitilanteen työstäminen

- [Perheneuvola](#)
- [Tarvitsen apua -nappi](#)

Mikäli eropohdintaan tai päätökseen liittyy uhkatilanteita voi vanhempi turvautua viranomaisapuun sekä muiden tahojen tarjoamiin palveluihin

- [Lastensuojelu](#)
- [Poliisi \(112\)](#)
- [Rikosuhripäivystys](#)
- [Nettiturvakoti](#)
- [Nollalinja](#)
- [Pääkaupungin turvakoti ry](#)
- [Sophie Mannerheimin turvakoti \(24h\)](#)
- [Turvaverkko Helsinki \(MLL\)](#)
- [Lyömätön linja \(Miessakit\)](#)

Lapsen asioista sopiminen



Eropäätös tuo mieleen ja yhteiseen keskusteluun hyvin konkreettisiakin kysymyksiä. Mitä kaikkea se tarkoittaa, kun erotaan? Miten järjestetään lasten ja perheen asiat, kun erotaan? Mikä muuttuu, mikä ei sittenkään muutu? Mistä kaikesta on sovittava ja miten se tapahtuu?

Eropohdintoihin, perheen arjen turvaamiseen, lasten kanssa erosta puhumiseen, ja asioiden järjestämiseen on saatavissa monenlaista tukea. Mikäli vanhemmat päätyvät sopimaan asioista keskenään, voivat he hyödyntää palveluita sekä netistä löytyvää materiaalia. Kun asioista sovitaan keskenään, on vanhempien kuitenkin hyvä muistaa, että keskinäiset sopimukset eivät ole täytäntöönpanokelpoisia asiakirjoja.

Vanhemmuussuunnitelma – mikä se on?

Vanhemmuussuunnitelma on tarkoitettu tueksi ja apuvälineeksi eron jälkeiseen vanhemmuuteen. Se auttaa vanhempia keskustelemaan lasten arjen sujumisesta asiallisesti ja rauhassa. Suunnitelman avulla vanhemmat voivat sopia asioiden järjestämisestä ja keskinäisestä työnjaosta niin että molemmat tietävät mistä he ovat vastuussa ja mitä heiltä odotetaan. Toisin kun lapsen huoltoa ja tapaamisoikeutta koskeva sopimus tai tuomioistuimen päätös, vanhemmuussuunnitelma ei ole juridinen asiakirja. Siten viranomaiset eivät voi valvoa sen toteutumista.

- [Vanhemmuussuunnitelma](#)

Eroratkaisun todeksi eläminen tuo vanhempien ja lasten elämään monta uutta asiaa esimerkiksi;

- yhteistyövanhemmuuden rakentaminen ja sujuminen
- vanhempien oman eroprosessin loppuun vieminen
- lapsen suhteiden ylläpito kumpaankin vanhempaan, sisaruksiin, sukulaisiin jne.
- lapsen surun ja kiukun kohtaaminen
- yksinhuoltajana jaksaminen
- uudet muutokset perhetilanteessa (uudet kumppanit, uusperhe, muutot, lapsen kasvamisen myötä uudet haasteet)

Apua, tukea ja neuvoja voi saada monelta eri taholta.

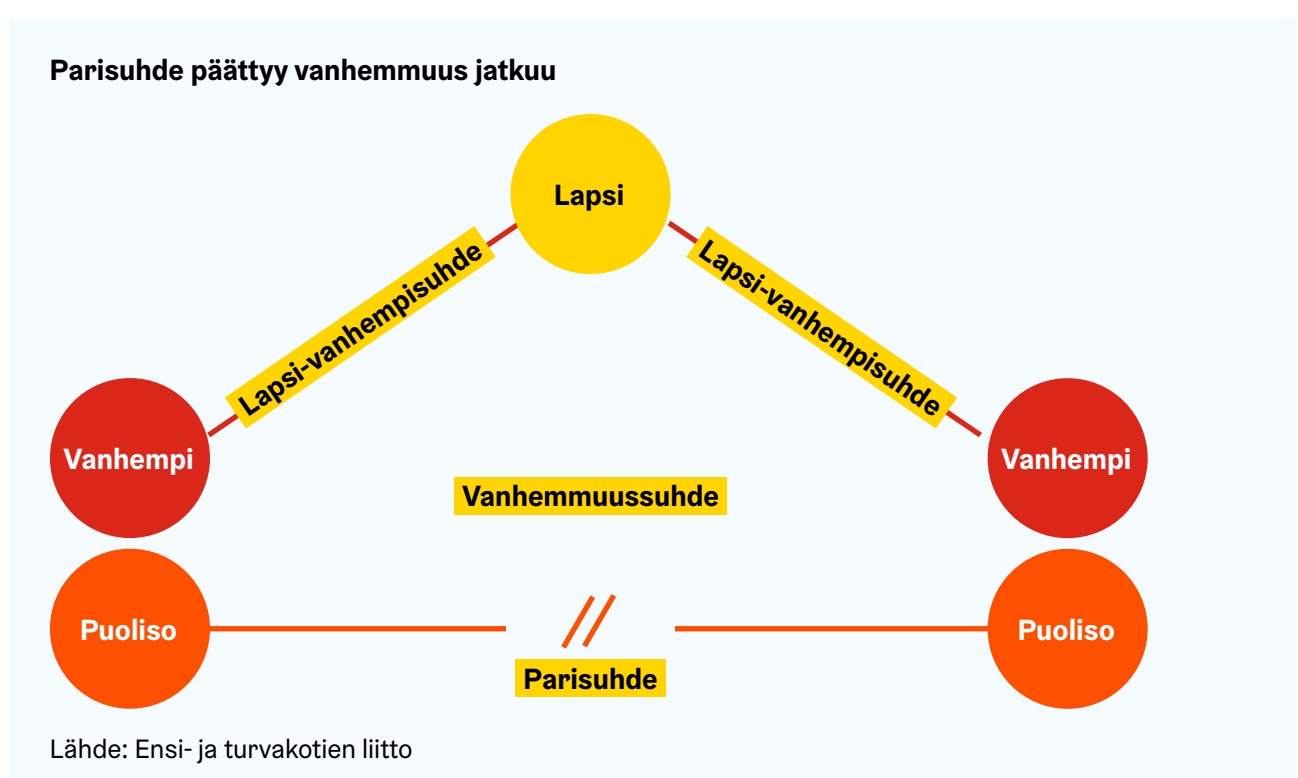
- [Eron ensiapupiste](#)
- [Vanhemman opas](#)
- [Vanhemmuussuunnitelma](#)
- [Perheasioiden sovittelu](#)
- [Perheneuvola](#)
- [Usein kysytyt kysymykset](#)
- [Järjestöjen palvelut](#)
- [Apua eroon -sivusto](#)

... Lapsen asioista sopiminen



Yhteistyövanhemmuuden työstäminen

Yhteistyövanhemmuuden rakentaminen eron jälkeen voi olla haastavaa, mikäli vanhemmat kokevat, että he eivät kykene yhdessä puhumaan erosta tai he ovat hyvin erimielisiä ja/tai eritahtisia eropäätöksen suhteen. Päättäneeseen parisuhteeseen liittyvät asiat pitäisi kuitenkin pystyä pitämään erikseen vanhemmuussuhteesta, joka jatkuu myös eron jälkeen. Alla oleva kolmio havainnoi tämän. Kuva voi auttaa vanhempia esimerkiksi keskustelemaan siitä, millä tavoin yhteistyövanhemmuus toteutuu tällä hetkellä, minkä kanssa pitäisi vielä tehdä töitä ja millä tavoin vanhempi voisi itse toimia toisin. Vanhempien tulee muistaa, että lapselle on paljonkin merkitystä sillä, miten hyvin tai huonosti häntä hoitavat aikuiset puhaltavat yhteen hiileen.



Keskusteluapua yhteistyövanhemmuuden rakentamiseen ja sen sujuvuuteen voi saada esimerkiksi:

- [perheasioiden sovittelu](#)
- [perheneuvola](#)

Lapsen asioista sopiminen

Eropäätöksen synnyttyä vanhempien tulee yhdessä pohtia perheen arjen uudelleen järjestämistä. Vanhempien tulee sopia mm. siitä, miten lapsen huolto järjestetään, missä lapsi asuu, miten vanhemmat vastaavat lapsen pitämisestä luonaan ja miten lapsen eläduksesta huolehditaan. Jos vanhemmat haluavat vahvistetut sopimukset lapsen asioiden sopimisesta, tulee heidän varata aika [lastenvalvojalle](#).

- [eroon liittyvät sopimukset](#)
- [usein kysytyt kysymykset](#)
- [lastenvalvojan neuvonta](#)
- [eron ensiapupiste](#)

Niin lapselle, kun vanhemmalle itselleen on tärkeä saada käydä läpi eron synnyttämiä ajatuksia ja tunteita. Erotilanteeseen on saatavilla monenlaista maksutonta tukea ja tietoa eri toimijoiden järjestämänä.

- [Apua eroon.fi](#) –sivustolta voi käydä tarkistamassa oman paikkakunnan eroon liittyvät palvelut
- [Tukea eroperheille](#) Helsingin kaupungin tarjoamat palvelut eroperheille
- [Perheen tuki](#) Helsinkiläisille lapsiperheille suunnattu Perheentuki –palvelusta vanhemmat löytävät yhden osoitteen alta tietoa mm. lapsen eri kehitysvaiheista sekä lapsiperheiden palveluista.

Vanhemmat sopivat keskenään



Eropäätöksen synnyttyä vanhempien tulee yhdessä pohtia miten perheen arki uudelleen järjestään. Vanhemmat voivat sopia keskenään mm. siitä, missä lapsi asuu, miten vanhemmat vastaavat lapsen pitämisestä luonaan ja miten lapsen elatuksesta huolehditaan.

Mikäli asioista sovitaan keskenään, voivat vanhemmat hyödyntää palveluita sekä netistä löytyvää materiaalia. Vanhempien tulee kuitenkin olla tietoisia siitä, että keskinäiset sopimukset eivät ole täytäntöönpanokelpoisia asiakirjoja. Jos vanhemmat haluavat vahvistetut sopimukset lapsen asioiden sopimisesta, tulee heidän varata aika [lastenvalvojalle](#).

Vanhemmat haluavat tehdä viralliset sopimukset



Mikäli vanhemmat haluavat vahvistetut sopimukset lapsen asioiden sopimisesta, tulee heidän varata aika [lastenvalvojalle](#).

- [eroon liittyvät sopimukset](#)
- [usein kysytyt kysymykset](#)
- [lastenvalvojan neuvonta](#)
- [eron ensiapupiste](#)

Sähköinen ajanvaraus lastenvalvojalle

Vanhempi voi varata ajan lastenvalvojalle sähköisen ajanvarauksen kautta. Sähköisesti ajan voi varata vain, mikäli vanhemmalla on suomalainen henkilötunnus, eikä tapaamisessa tarvita tulkkia. **Sähköiseen ajanvaraukseen avataan aikoja noin 3 kuukaudeksi eteenpäin.** Mikäli sähköisestä ajanvarauksesta ei löydy aikoja, ei niitä sillä hetkellä ole tarjolla. Tällöin ajan voi varata puhelimitse. Sähköinen ajanvaraus -järjestelmä löytyy tästä (<https://www.hel.fi/sote/toimipisteet-fi/aakkosittain/perho/lastenvalvojat/>).

Puhelinajanvaraus lastenvalvojalle

Aika varataan keskitetystä ajanvarauksesta. Vanhempi voi varata ajan puhelimitse arkipäivisin klo 9–11 välillä numerosta 310 44 999. Puhelimitse tehty ajanvaraus on suunnattu erityisesti asiakkaille, jotka tarvitsevat tapaamisella tulkkia tai joilla ei ole suomalaista henkilötunnusta.



Ajanvaraus lastenvalvojalle

Sähköinen ajanvaraus lastenvalvojalle

Vanhempi voi varata ajan lastenvalvojalle [sähköisen ajanvarauksen](https://www.hel.fi/sote/toimipisteet-fi/aakkosittain/perho/lastenvalvojat/) kautta. Sähköisesti ajan voi varata vain, mikäli vanhemmalla on suomalainen henkilötunnus, eikä tapaamisessa tarvita tulkkia. **Sähköiseen ajanvaraukseen avataan aikoja noin 3 kuukaudeksi eteenpäin.** Mikäli sähköisestä ajanvarauksesta ei löydy aikoja, ei niitä sillä hetkellä ole tarjolla. Tällöin ajan voi varata puhelimitse. Sähköinen ajanvaraus –järjestelmä löytyy tästä (<https://www.hel.fi/sote/toimipisteet-fi/aakkosittain/perho/lastenvalvojat/>).

Puhelinajanvaraus lastenvalvojalle

Ajan lastenvalvojalle voi varata keskitetystä ajanvarauksesta. Vanhempi voi varata ajan puhelimitse arkipäivisin klo 9-11 välillä numerosta 310 44 999. Puhelimitse tehty ajanvaraus on suunnattu erityisesti asiakkaille, jotka tarvitsevat tapaamisella tulkkia tai joilla ei ole suomalaista henkilötunnusta.



Käynti lastenvalvojalla 1–3 kertaa

Vanhemmat asioivat lastenvalvojan luona yhdessä varaamallaan ajalla. Lastenvalvojan luona käydään pääsääntöisesti yhden kerran. Joissain tapauksissa vanhemmat tarvitsevat jatko-ajan, päästäkseen yhteisymmärrykseen lapsen asioista. Lastenvalvoja voi ohjata vanhempia myös perheasioiden sovittelijan luokse, mikäli vanhemmilla on erimielisyyttä asioista. Mikäli vanhemmilla on tiedossa jo etukäteen, että heillä on erimielisyyttä tietyistä asioista, on heidän suositeltavaa asioida ensin perheasioiden sovittelijan luona ennen lastenvalvojan tapaamista.

- [usein kysytyt kysymykset](#)
- [valmistautuminen sopimusasioissa](#)
- [perheasioiden sovittelu](#)



Vahvistetut sopimukset

Kun vanhemmat ovat laatineet sopimuksen lastenvalvojan luona, alkaa sopimuksen sisällön todeksi eläminen. Mikäli vanhempi kokee, että vahvistettu sopimus ei toteudu sovitulla tavalla, voi vahvistettua sopimusta tarvittaessa muuttaa. Tällöin vanhemmat varaavat uuden ajan lastenvalvojalle. Joskus myös keskustelu ongelmakohtasta perheasioiden sovittelijan avustamana voi auttaa sopimuksen toteutumisessa. Myös muutokset perhetilanteessa (esim. uudet kumppanit, uusperhe, muutot, lapsen kasvamisen myötä uudet haasteet) voivat aiheuttaa muutostarvetta olemassa oleviin sopimuksiin/oikeuden päätöksiin.

Jos vahvistettu sopimus (tai oikeuden päätös) ei toteudu tai sitä tarvitsee muuttaa;

- [lastenvalvojan neuvonta](#)
- [perheasioiden sovittelu](#)
- [perheneuvola](#)

Vahvistettu sopimus on täytäntöön pantavissa, mikäli se ei toteudu tarkoitetulla tavalla. Täytäntöönpanoa haetaan lapsen tai hakijan vastapuolen asuinpaikan käräjäoikeudelta. Lapsen huoltoa koskevan alle kolme kuukautta vanhan päätöksen täytäntöönpanoa voidaan hakea myös lapsen asuinpaikan ulosottomieheltä. Käytettävissä olevia pakkokeinoja ovat uhkasakko ja nouto. Täytäntöönpanoon ei kuitenkaan saa ryhtyä, jos 12-vuotias tai sitä nuorempi, mutta riittävän kehittynyt lapsi sitä vastustaa.

Elatussopimus toimitetaan ulosottovirastoon tai Kelaan, mikäli elatusvelvollinen jättää elatusmaksun maksamatta. Asumis- ja tapaamisoikeutta koskeva sopimus toimitetaan tuomioistuimeen, joka lähettää pääsääntöisesti vireillä olevan asian ensin täytäntöönpanosovitteluun. Sovittelun avulla pyritään saamaan asianosaiset noudattamaan vapaaehtoisesti päätöstä tai sopimusta. Jos asia ei ratkea täytäntöönpanosovittelussa, täytäntöönpano toteutetaan antamalla täytäntöönpanomääräys.

- [Helsingin ulosottovirasto](#)
- [Kela](#)
- [Helsingin käräjäoikeus](#)

Ei edellytyksiä yhteiselle sopimiselle



Lasten asioista sopiminen ei aina ole helppoa. Vanhemmat voivat olla hyvin erimielisiä ja/tai eritahtisia eropäättöksen suhteen. Tämä voi olla yksi syy siihen, miksi vanhemmat eivät kykene yhdessä puhumaan lasten asioista eron jälkeen. Vanhempien rajut riidat, suuri erimielisyys ja näkemyserot esim. kulttuuristaan, perhe- ja parisuhteenäkemyksiin liittyvissä perusoletuksissa voi myös muodostua esteeksi sovinnolliseen sopimiseen lasten asioista. Jos edellytyksiä yhteiselle sopimiselle ei ole, voi vanhempi hakeutua oikeudellisten palveluiden piiriin. Mikäli vanhempi on vähävarainen, voi hän saada oikeusapua oikeusaputoimiston kautta. Muussa tapauksessa vanhemman on haettava oikeudellinen avustaja yksityiseltä puolelta. Vanhemmat voivat halutessaan pyytää huoltoriidan tuomioistuinsovittelua, mikäli muissa eropalveluissa tarjottu apu on osoittautunut riittämättömäksi.

- [oikeusapu](#)
- [asian käsittely tuomioistuimessa](#)
- [huoltoriidan tuomioistuinsovittelu](#)



Oikeudellinen apu

Lähtökohtana on, että vanhempi kustantaa itse tarvitsemansa oikeudellisen avun. Mikäli vanhemmalla ei ole varaa itse hankkia tarvitsemaansa apua, voidaan se kustantaa joko osaksi tai kokonaan valtion varoin. Oikeusapua voi hakea miltä tahansa oikeusaputoimistolta hakijan asuinpaikasta riippumatta. Oikeusapu myönnetään hakijan tulojen, menojen, varallisuuden ja elatusvelvollisuuden perusteella.

- [Oikeusapu](#)
- [Sähköinen oikeusapuhakemus](#)
- [Helsingin oikeusaputoimisto](#)

Huoltoriidan tuomioistuinsovittelu

Vanhemmat voivat halutessaan pyytää huoltoriidan tuomioistuinsovittelua, mikäli muissa eropalveluissa tarjottu apu on osoittautunut riittämättömäksi. Sovittelu on aina vapaaehtoista ja aloittaminen edellyttää kummankin vanhemman suostumusta. Huoltoriidan tuomioistuinsovittelu on vaihtoehto pitkälle ja raskaalle oikeudenkäynnille ja siellä voidaan käsitellä lapsen huoltoa, asumista, tapaamisoikeutta ja elatusta koskevia vanhempien erimielisyyksiä. Sovittelijana toimii tuomari, jota avustaa yleensä psykologi tai sosiaalityöntekijä.

- [Huoltoriidan tuomioistuinsovittelu](#)
- [Huoltoriidan sovittelu tuomioistuimessa \(esite\)](#)



Käräjäoikeus

Mikäli vanhemmat eivät pysty sopimaan lapsen huolto, asumista, tapaamisoikeutta ja elatusapua koskevista asioista, voivat he pyytää lapsen kotipaikan käräjäoikeudelta päätöstä asiassa. Hakemuksen asiasta voivat tehdä lapsen vanhemmat yhdessä tai toinen vanhemmista. Kun lapsen huolto, tapaamisoikeutta tai elatusta koskeva asia on vireillä tuomioistuimessa, voi tuomioistuin antaa väliaikaisen määräyksen ko. asioista. Asianosaiset vastaavat yleensä itse oikeudenkäyntikuluistaan. Elatuskanteessa asianosaisina ovat lapsi ja se vanhempi, jolta elatusapua vaaditaan. Alaikäistä lasta edustaa hänen huoltajansa. Elatusvelvollinen on hävitessään asian velvollinen korvaamaan kaikki vastapuolensa tarpeellisista toimenpiteistä johtuvat kohtuulliset oikeudenkäyntikulut. Lapsi sen sijaan ei pääsääntöisesti joudu maksamaan vastapuolen oikeudenkäyntikuluja, vaikka häviäisikin jutun elatusavun vahvistamisesta tai korottamisesta.

- [Helsingin oikeusaputoimiston yhteystiedot](#)
- [Helsingin käräjäoikeus](#)
- [asian käsittely tuomioistuimessa](#)

Tuomari voi tarvittaessa pyytää asian selvittämiseksi lapsen asuinpaikan sosiaalitoimelta sellaista sosiaalityön asiantuntemukseen perustuvaa lisätietoa, jota tuomioistuimen on vaikea muutoin saada. Tietoa hankitaan muun muassa kuulemalla lasta, keskustelemalla vanhempien kanssa ja tekemällä kotikäyntejä ja havaintoja vanhempien ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta. Sosiaalitoimi voi myös hankkia eri viranomaisilta salassa pidettäviä tietoja.

- [Selvitys tuomioistuimelle \(Lastensuojelun käsikirja\)](#)
- [Helsingin olosuhdeselvitys](#)

Perheasioiden sovittelu



Perheasioiden sovittelusta säädetään avioliittolain 5 luvussa ja sosiaalihuoltolain 17 §:ssä. Avioliittolain mukaan perheessä esiintyvät ristiriidat ja oikeudelliset asiat on ensi sijassa pyrittävä ratkaisemaan perheenjäsenten keskinäisissä neuvotteluissa ja sopimuksella.

Perheasioiden sovittelijat antavat pyynnöstä apua ja tukea silloin, kun perheessä esiintyy ristiriitoja. Sovittelu on tarkoitettu lapsiperheille, joissa vanhemmat miettivät eron mahdollisuutta. Sovitteluun voi hakeutua myös perhe, jossa vanhemmat ovat jo eronneet ja perhe pyrkii sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen.

Sovittelun avulla halutaan helpottaa perheen elämää. Erityistä huomiota kiinnitetään lasten asemaan ja tilanteeseen perheessä ja siihen, että lapset voivat säilyttää hyvät suhteet kumpaankin vanhempaan myös avio- tai avoeron jälkeen.

Perheasioiden sovittelija

- pyrkii saamaan luottamuksellisen ja avoimen keskusteluyhteyden perheenjäsenten välille
- pyrkii saamaan aikaan yhteisymmärryksen siitä, miten perheessä esiintyvät ristiriidat voidaan ratkaista
- avustaa asianosaisia sopimusten tekemisessä ja muissa tarpeellisissa toimenpiteissä
- kiinnittää erityistä huomiota perheen alaikäisten lasten aseman turvaamiseen
- voi antaa apua ja tukea myös silloin, kun lapsen huoltoa ja tapaamisoikeutta koskevan päätöksen tai sopimuksen noudattamisessa ilmenee ristiriitoja.

Sovittelukeskustelut ovat vapaaehtoisia, maksuttomia ja luottamuksellisia. Sovittelija ei saa ilmaista sivullisille eikä muille viranomaisille sitä, mitä hän sovittelussa on saanut tietoonsa. Perheasioiden sovittelija ei saa ilmaista sovittelussa saamiaan tietoja myöskään tuomioistuimelle, jos sovittelijaa haluttaisiin kuulla todistajana oikeudenkäynnissä. Mikäli sovittelijana toimiva henkilö saa tehtävää hoitaessaan tietää lastensuojelun tarpeessa olevasta lapsesta tai nuoresta, hänen on tehtävä asiasta lastensuojeluilmoitus.

Perheasioiden sovitteluun ilmoittautuminen ja neuvonta

puhelimitse: 040-6865293, maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 9-11

Tukea eroperheille

Helsinki



Eropohdintoihin, perheen arjen turvaamiseen, lasten kanssa erosta puhumiseen, ja asioiden järjestämiseen on saatavissa monenlaista tukea. Helsingin kaupungin perheoikeudellisten asioiden yksikköön on keskitetty lapsen asioista sopimiseen liittyvät palvelut. Psykososiaalista tukea ja apua saa perheneuvolasta, missä vanhempien eroa voi työstää tarvittaessa myös lapsi. Arjen sujumattomuuteen ja vanhemman omaan jaksamiseen löytyy tukea myös muista sosiaalipalveluista. Alla löydät kaupungin tarjoamat palvelut teemoittain jaoteltuna.

Vanhempien parisuhteen purku ja siihen tarvittava tuki vielä parina

- [Pariterapia](#)

Eropäätöksen miettiminen parisuhteen kannalta

- [Pariterapia](#)
- [Perheasioiden sovittelu](#)

Psykososiaalinen tuki ja apu (esim. parisuhteen purku, lapsen hyvinvointi, perhesuhteiden uudelleenjärjestely, vanhempana selviytyminen ja jaksaminen)

- [Perheasioiden sovittelu](#)
- [Perheneuvola](#)

Lapsen oireilu ja koko perheen kriisiapu

- [Perheneuvola](#)
- Lapset pois eroriidoista -ryhmä

Vanhemman oma kriisiapu

[Perusterveydenhuolto](#) (työterveys, oma terveysasema)

Neuvonta eroasioissa (mm. arjen uudelleen järjestäminen, lasten asuminen, huoltajuus, tapaamiset sekä elatus)

- [Eron ensiapupiste](#)
- [Lastenvalvojan neuvontanumero](#)

Neuvotteluapu ja sopimukset sekä sopimusten muuttaminen

- [Lastenvalvoja](#)

Neuvotteluapu jos sopimus tai päätös ei toteudu

- [Perheasioiden sovittelu](#)
- [Perheneuvola](#)

Yhteistyövanhemmuuden työstäminen

- [Perheneuvola](#)
- [Perheasioiden sovittelu](#)

Eroperheen arjen tuki

- [Lapsiperheiden sosiaaliohjaus](#)
- [Lapsiperheiden kotipalvelu](#)
- [Perhekeskukset](#)

Uhkatilanteet

- [Lastensuojelu](#)
- [Sosiaali- ja kriisipäivystys](#)
- [Poliisi \(112\)](#)

Valvotut ja tuetut tapaamiset (jos lapsen ja vanhemman väliseen tapaamiseen liittyy lapsen kohdistuvaa uhkaa ja erityistä huolta, voidaan lapsen ja vanhemman tapaamiset turvata)

- [Valvotut ja tuetut tapaamiset](#)

Netti- ja puhelinauttaminen



Eron pohdintoihin, erosta selviämisen tueksi, lapsen huomiointiin ja eron jälkeiseen vanhemmuuteen löytyy tukea erilaisista maksuttomista verkkopalveluista. Tarjolla on henkilökohtaista tukea, vertaistukea sekä asiantuntijainfoa.

Asiantuntija-apua puhelimitse

- [Lastenvalvojan puhelinneuvonta](#) (Helsingin kaupunki)
ma-pe 9.00-11.00, p. 09 310 43447
- [Eroinfopäivystys](#) (Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry)
ma-to 10.00-16.00 ja ke 10-19, p. 020 774 9800
- [Vanhempainpuhelin \(MLL\)](#) p. 0800 92277
- [Perhesuhdekeskuksen puhelinpalvelu](#) (Sateenkaariperheet ry)
ma 15.00-17.00 ja pe 8.00-10.00, p. 050 444 4446

Tietoa ja tukea verkosta

- [Vanhemmuussuunnitelma](#)
- [Tietoa eroon liittyvistä sopimuksista](#)
- [Usein kysytyt kysymykset](#)
- [Apua eroon -sivusto ja Apua eroon -chat](#)
- [Vanhemman opas](#)
- [Eron omahoito](#)
- [Kasvatus ja perheneuvontaliitto ry](#)
- [Väestöliitto](#)
- [Hyväkysymys.fi](#)
- [Perheentuki -sivusto](#)
- [Mannerheimin lastensuojelu liitto](#) mm. [Vanhempain netin chat](#)
- [Erasta Elossa verkkotuki \(Miessakit ry\)](#)
- [Mielenterveystalo](#)
- [Tuki Net](#)
- [Sateenkaariperheiden tuki- ja neuvontapalvelut](#)
- [Duo Guide to Intercultural Divorce in Finland](#)

- [Chat för pappor på svenska \(Barnvårdsföreningen\)](#)

Netti- ja puhelinauttamista lapsille ja nuorille

- [Lasten ja Nuorten puhelin \(MLL\)](#)

Lasten ja nuorten puhelimeen voivat lapset ja nuoret soittaa maksutta joka päivä.

- [Lasten ja nuorten chat \(MLL\)](#)

MLL:n Lasten ja nuorten chatissa voi jutella luottamuksellisesti ja nimettömästi vapaaehtoisen päivystäjän kanssa.

- [Sekasin -chat](#)

Sekasin-chatissä voi keskustella kahden kesken ja nimettömästi mielenterveyden ammattilaisten sekä koulutettujen vapaaehtoisten kanssa.

- [Nuorten mielenterveystalo.fi](#)
- [Kasper verkkopelit](#)

Kasvatus- ja perheneuvonta ry on kehittänyt kaksi verkkopeliä, Huonepelin ja Tunnepelin, joiden avulla nuoret voivat käsitellä vanhempiensa eroon liittyviä tunteita.

- [100 asiaa erosta](#)

Sivustolle on koottu 12–17-vuotiaiden nuorten esittämiä kysymyksiä ja vastauksia erosta.

Muu tuki



Eroprosessin eri vaiheissa erilaiset asiat ovat pinnalla. Eropohdintoihin, perheen arjen turvaamiseen, lasten kanssa erosta puhumiseen, ja asioiden järjestämiseen on saatavissa monenlaista tukea. Helsingin kaupungin tarjoamien palveluiden lisäksi erotilanteisiin tarjoaa palveluita myös monet muut tahot. Alla löydät muiden toimijoiden tarjoamat palvelut teemoittain jaoteltuna.

Eropäätöksen miettiminen parisuhteen kannalta (myös parisuhteen purku)

- [Kirkon perheneuvonta](#)
- [Väestöliitto](#)
- [Apua eroon –sivusto](#)

Ero on aina koko perheen kriisi

Niin lapset kuin aikuisetkin reagoivat muuttuviin tunnelmiin ja stressiin hyvinkin eri tavoin. Tärkeää on, että vanhemmat vievät oman eroprosessin loppuun, jolloin yhteistyövanhemmuuden rakentuminen ja sujuminen on helpompaa.

Vanhemman oma kriisiapu

- Työterveys
- [Nettiturvakoti](#)
- [Mielenterveysseuran kriisipuhelin](#) p. 010 195 202 (22h)
- [SOS Kriisikeskus](#)
- [Kriisikeskus Monikan auttava puhelin](#) 0800 05058 ma-pe klo 9-16
- [Tukinet](#)
- [Minduu-palvelu](#) (Yksityiset psykoterapeutit)
- [Väestöliitto](#)

Lapsen oireilu ja lapsen kanssa tilanteen työstäminen

- [Lasten eroryhmät, Kasvatus- ja perheneuvonta ry](#)
- [Stödgrupp för barn med skilda föräldrar, Barnavårdsföreningen](#)

... Muu tuki



Mikäli eropohdintaan tai päätökseen liittyy uhkatilanteita, voi vanhempi turvautua viranomaisapuun sekä muiden tahojen tarjoamiin palveluihin

- [Poliisi \(112\)](#)
- [Rikosuhripäivystys](#)
- [Nettiturvakoti](#)
- [Nollalinja](#)
- [Pääkaupungin turvakoti ry](#)
- [Sophie Mannerheimin turvakoti \(24h\)](#)
- [Turvakoti Mona](#)
- [Turvaverkko Helsinki \(MLL\)](#)
- [Lyömätön linja \(Miessakit\)](#)

Neuvonta eroasioissa (mm. arjen uudelleen järjestäminen, lasten asuminen, huoltajuus, tapaamiset sekä elatus)

- [Eron ensiapupiste](#)
- [Suomen uusperheiden liitto](#)
- [Perhesuhdekeskus](#) (Sateenkaariperheet ry)
- [FAMILIA ry](#), monikulttuuriset perheet
- [Apuaeroon.fi](#) -sivusto
- [Miessakit ry](#)
- [Yhden vanhemman perheiden liitto](#)
- [Väestöliitto](#)
- [Pienperheyhdistys](#)

Eroperheen arjen tuki

- [Pienperheyhdistys](#)
- [Yhden vanhemman perheiden liitto](#)
- [Suomen uusperheiden liitto](#)