

Jäseneksi

Keveyen jäseneksi voit liittyä mistä päin Suomea tahansa. Voit olla samanaikaisesti useamman MLL:n paikallisyhdistyksen jäsen.

Liity jäseneksi lähettämällä sähköpostia jäsenvastaavallemme. Muista mainita sähköpostissa yhteystietojesi lisäksi syntymäaikasi sekä jos talouteesi tulee jo MLL:n Lapsemme-lehti.

Voit liittyä jäseneksi myös MLL:n jäsenpalvelun kautta MLL:n nettisivuilta www.mll.fi

Lisätietoja saat Keveyen internetsivuilta www.kevyt.net tai sähköpostitse jasenasiat@kevyt.net. Tarkempia tietoja saat myös MLL:n jäsenpalvelusta puhelimitse tai jasenpalvelu@mll.fi.

Liittymisesi jälkeen saat postitse MLL:n Lapsemme-lehden ja Keveyen jäsenlehden. Olet lisäksi oikeutettu sekä MLL:n että Keveyen jäsenetuihin.

Yksityishenkilöt ja yritykset voivat tukea Keveyen toimintaa liittymällä kannatusjäseneksi vuodeksi kerrallaan.

Yhteystiedot

Yhdistyksen hallitus: kevyt@kevyt.net
Puheenjohtaja: pj@kevyt.net
Sihteeri: sihteeri@kevyt.net
Jäsenasiat: jasenasiat@kevyt.net
Keskustelupalsta: foorumi_admin@kevyt.net
Tukihenkilöitä: tuki@kevyt.net
Verkkokauppa: shop@kevyt.net

www.kevyt.net

Keveyen kotisivuilta löydät mm.

- tietopankin
- keskustarinoita
- Suomen aktiivisimman keskosvanhempien keskustelupalstan
- TapahtumaBlogin
- Kevyt Shop -verkkokaupan
- hallituksen jäsenten yhteystiedot
- tietoa tukihenkilöistä



www.kevyt.net

Miksi meille syntyi keskonen? Selviääkö meidän vauvamme?

Kuinka kauan keskonen on sairaalassa?

Onko keskonen aina keskonen?

Miten keskosuus vaikuttaa tulevaisuudessa?

Keskosvanhemmaksi synnyttään yleensä valmistautumatta

Keskosuus voi tulla täytenä yllätyksenä ilman ennakoivia oireita. Vaikka keskosuus olisikin voitu aavistaa etukäteen, tilanne vauvan/vauvojen synnyttyä on aina uusi ja usein hämmentävä.

Tunteet jylläävät, vaikka vauvan vointi olisikin vakaa. Vanhempien ajatukset saattavat pyöriä vauvan lisäksi kotiasioissa ja ehkä isommissa sisaruksissa. Miten sopeutua näin nopeasti alkaneeseen vanhemmuuteen? Sukulaiset ja muut läheiset saattavat olla epävarmoja siitä, miten suhtautua yllättävään vauvautiseen.

Perheiden tuen tarve vaihtelee, ja usein muistot pulpahtavat pintaan vielä pitkään vauvavaiheen jälkeenkin. Vanhemmat käsittelevät keskosuutta omalla tavallaan ja omassa tahdissaan. Lapsen syntyminen keskosena on voinut olla heidän elämänsä vaikein ja rankin asia. Toisaalta elämään mahtuu myös suurta onnea ja kiitollisuutta lapsen pienistäkin edistysaskelista.

Keskostietoa

Keskosella tarkoitetaan lasta, joka on syntynyt ennen kuin 37 raskausviikkoa on täyttynyt ja usein myös lasta, jonka syntymäpaino on alle 2500 g. Alle 1500 gramman painoisena syntynyttä lasta voidaan sanoa pikkukeskoseksi. Suomessa keskosiä on noin 5 % vastasyntyneistä.

Keskosuuden seuraukset riippuvat vauvan syntymäviikoista sekä hänen kunnostaan. Usein suurimmat vaarat ja vaikeudet jäävät sairaalaan, mutta joskus keskonen tarvitsee lääkitystä tai hoitoja kotiutumisen jälkeenkin.

Vaikka keskosien hoito saattaa vaatia vanhemmilta tavanomaista enemmän, keskonen on kuitenkin ensisijaisesti vauva, jolla on kaikille vauvoille yhteiset tarpeet: ravinto, uni, läheisyys ja huolenpito.



Keskosvanhempien yhdistys Kevyt

Yhdistys on perustettu vuonna 1997 ja on viralliselta nimeltään Mannerheimin Lastensuojeluliiton Meilahden yhdistys ry.

Yhdistyksen tavoitteena on

- tarjota keskosperheille vertaistukea ja virkistystä
- tuottaa ja jakaa tietoa keskosuudesta
- tukea keskosiä hoitavan ammattihenkilökunnan ja keskosperheiden yhteistyötä
- vaikuttaa keskosperheiden hyvinvointiin ja tasa-arvoon

Yhdistyksen toimintamuotoja ovat

- jäsenlehti ja muut julkaisut, esim. tietolehtiset
- internetsivut sekä keskustelupalsta
- tapahtumien järjestäminen
- tukihenkilöiden ja -ryhmien tarjoaminen
- yhteistyötoiminta eri ammattilaisten ja vapaaehtoisten kanssa

Kevyt pyrkii tukemaan vanhempia, jotta he jaksaisivat arjessa paremmin. Asiallista tietoa ja tukea löytyy yhdistyksen internetsivuilta, perheiden yhteisissä tapahtumissa ja muun toiminnan kautta.

Kevyt on keskoslasten perheiden verkko!