

Liity jäseneksi

Kevyen jäsenenä olet osa keskoslasten perheiden verkostoa ja saat vertaistukea sekä ajantasaista tietoa tärkeistä aiheista.

Jäsenenä saat MLL:n Lapsemme-lehden, Kevyen jäsenlehden sekä muut MLL:n yhteiset ja Kevyen omat jäsenedut.

Liity jäseneksi osoitteessa www.mll.fi. Muista valita liittymislomakkeella yhdistykseksi "Meilahden yhdistys". Kevyen jäseneksi voit liittyä asuinpaikastasi riippumatta. Halutessasi voit kuulua samanaikaisesti useampaan MLL:n paikallisyhdistykseen (esimerkiksi Kevyen lisäksi oman asuinpaikkasi yhdistykseen).

Lisätietoja jäsenyydestä:
www.kevyt.net ja jasenasiat@kevyt.net

Liittymällä Kevyen jäseneksi olet mukana tukemassa toimintaamme kaikkien keskosperheiden hyväksi. Lue lisää www.kevyt.net

Tavoitat meidät

Yhdistyksen hallitus:	kevyt@kevyt.net
Puheenjohtaja:	pj@kevyt.net
Jäsenasiat:	jasenasiat@kevyt.net
Keskustelupalsta:	foorumi_admin@kevyt.net
Vertaistukijoiden yhteyshenkilö:	tuki@kevyt.net

Tutustu toimintaamme:

www.kevyt.net

 facebook.com/keskosperheet

 [@keskosperheet](https://www.instagram.com/keskosperheet)

 [@keskosperheet](https://twitter.com/keskosperheet)

Tervetuloa mukaan toimintaan!



Keskospereiden yhdistys

*Miksi meille syntyi keskonen?
Selviääkö vauvamme?
Kuinka kauan keskonen on sairaalassa?
Onko keskonen aina keskonen?
Miten keskosuus vaikuttaa tulevaisuudessa?*



**Kevyt on keskoslasten
perheiden verkosto!**

Kun perheeseen syntyy keskosvauva

Keskosvanhemmaksi synnyttään yleensä valmistautumatta. Keskosuus herättää usein monia kysymyksiä, joihin ei ole selkeää vastausta. 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 vauvauutiseen.



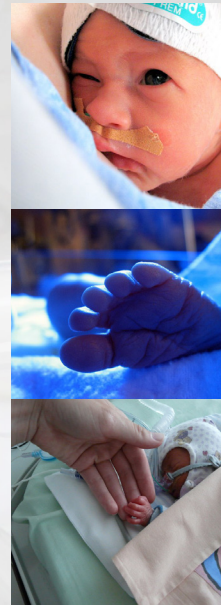
Perheiden tuen tarve vaihtelee, ja usein muistot pulpahtavat pintaan vielä pitkään vauvavaiheen jälkeenkin. Vanhemmat käsittelevät keskosuutta omalla tavallaan ja omassa tahdissaan. Lapsen syntyminen keskosena on voinut olla heidän elämänsä vaikein ja rankin asia. Toisaalta elämään mahtuu myös suurta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

Mikä on keskonen?

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



Kevyt on keskosperheiden yhdistys

Tuemme keskosperheitä

- tarjoamalla vertaistukea ja virkistystä
- jakamalla tietoa keskosuudesta
- edistämällä keskosia hoitavien ammattilaisten ja keskosperheiden yhteistyötä sekä
- vaikuttamalla keskosperheiden hyvinvointiin ja tasa-arvoon.

Toimintaamme ovat mm.

- jäsenlehti ja muut julkaisut
- www.kevyt.net, keskustelupalsta, jäsenille tarkoitettu Facebook-ryhmä ja muut sosiaalisen median kanavat
- tapahtumien järjestäminen
- vertaistukija- ja vertaisryhmätoiminta sekä
- yhteistyö eri ammattilaisten ja vapaaehtoisten kanssa.

Kevyt toimii täysin vapaaehtoisvoimin. Yhdistyksen virallinen nimi on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Meilahden yhdistys, sillä se on perustettu vuonna 1997 Helsingin Lastenkliniikalla. Nykyisin Kevyt toimii valtakunnallisesti yhdistäen koko Suomen keskosperheet.

Asiallista tietoa ja tukea löydät www.kevyt.net sekä tapahtumistamme, vertaistukija- ja vertaistoiminnasta

Kevyt on keskoslasten perheiden verkosto!



Keskosperheiden yhdistys