

## Tukea omaishoitajuteen

### OmaisOiva toimintaa syksyllä 2024 Savonlinnan seudulla

#### Enonkoski

- Omaishoitajien vertaisryhmä to 26.9., 24.10. ja 21.11 klo 13–15 Maitolaiturilla Enonkoskentie 11
- Avoin kahvila ke 4.12 klo 13-15 Maitolaiturilla (Etelä-Savon Muistiluotsin kanssa)

#### Kerimäki

- OmaisOiva kahvila 26.9 klo 10–12 (perustietoa omaishoitajuudesta) ja Omais- ja muistikahvila 6.11.klo 13-15 (Etelä-Savon Muistiluotsin kanssa) Kerimäen Pysäkillä Puruvedentie 59

#### Punkaharju

- Omaishoitajien vertaisryhmä Pullaposki Kauppatie 20 ke 18.9., 16.10. (perhekotivierailu entisessä SOS-lapsikylässä), 20.11. ja 18.12. klo 13–15 Yhteistyössä Savonlinnan Seudun Omaishoitajat ry. Lisätietoja Irma Honkanen p. 040 707 2688

#### Savonlinna

- Avoimet kahvilat ke 25.9., to 24.10., to 21.11. ja ke 18.12. klo 9–12 Kansalaistorilla Olkapisteellä, Keskussairaalan tie 6, yhteistyössä Linnalan Setlementti omaishoidontuki. OmaisOiva tarjoaa kahvit.
- OivaMuisti ryhmät (muistisairaiden läheisten ja omaisten) Savonlinnassa ke 25.9., 23.10., 20.11. ja 18.12. klo 13–15 Linnalan Setlementti, Sotilaspojankatu 7, yhteistyössä Etelä-Savon Muistiluotsi ja Linnalan omaishoidontuki.
- Omaishoitajien ja hoidettavien tuolijumpparyhmä maanantaisin 2.9. - 11.11. klo 12.30–13.15 (ei viikolla 43) Linnalan Setlementti seniorikeskus, Sotilaspojankatu 7. Ilmoittautuminen paikan päällä. Yhteistyössä Etelä-Savon Muistiluotsi, Linnalan omaishoidontuki ja Savonlinnan Seudun Kolomonen ry
- OmaisOiva infopöytä Ikäihmisten messut Linnalan Setlementti ti 8.10. klo 10-13
- Omaishoitajien ja -läheisten joulukukka-asetelmilta 10.12. klo 17-19 Linnalan Setlementti Seniorikeskus yhteistyössä Linnalan omaishoidontuki. Ilmoittautuminen 3.12 mennessä p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com)

#### Sulkava

- Kohtaamispaikka omaishoitajille ja läheisistään hoitaville. Kokoontumispaikka Sulkavan seurakuntakoti, Viikaharjuntie 1. Yhteistyössä Sulkavan kappeliseurakunnan kanssa. Tervetuloa tutustumaan muihin omaistaan hoitaviin vertaistuen merkeissä tiistaisin 20.8. (Perustietoa omaishoitajuudesta kaikille kiinnostuneille), 17.9., 15.10., 19.11. ja 10.12. (Omaishoitajien ja hoidettavien jouluihin kahvitteluhetki) klo 13-15.

#### Rantasalmi

- Omais- ja muistikahvila ke 11.9. ja 6.11. klo 12-14 S-marketin kokoushuoneessa yhteistyössä Etelä-Savon Muistiluotsin kanssa.p. 050 320 7771 tai mari.nykanen1@gmail.com

#### Ovet-omaishoitajavalmennus 16 h

Ovet -valmennus keskiviikkoisin 16.10.-4.12.2024 klo 10.-11.30 Linnalan Seniorikeskuksen tiloissa yhteistyössä Linnalan omaishoidontuen kanssa. 16h Ovet-valmennus tukee omaishoitajuutta ja omaishoitajan etenemistä omaishoidon polulla. Valmennukseen ovat tervetulleita kaikki, jotka auttavat apua tarvitsevaa läheistään. Ei tarvitse olla sopimusomaishoitaja eikä yhdistyksen jäsen. Ovet-valmennus on osallistujille maksutonta ryhmätoimintaa, jossa käsitellään keskeisiä omaishoitajuuteen liittyviä asioita. Valmennuksen jälkeen lounas ja klo 12.30-14 kohtaamistaidetointaa (kohtaamistaidetointaa ikäihmisille ja työikäisille muistisairaille-hanke Savonlinnan NNKY). Voit ottaa omaishoidettavan läheisesi mukaan. Hänelle on ohjattua soveltuvaa toimintaa koko ajaksi. Ilmoittautuminen 30.9.2024 mennessä p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com). Lisätietoja Taina Turtio 0505978836 tai Pirjo Jäntti-Leskinen 0406803826 .

#### Työikäisten omaishoitajien voimavaraviikonloppu

Pe-su 18.10.-20.10.2024 työikäisten omaishoitajien Voimavaraviikonloppu Vesileppiksessä Leppävirralla. Saapuminen pe 18.10 klo 16–18 ja loppuu 20.10 lounaaseen. 10 ensimmäistä pääsee, omin kyydein, omavastuu viikonlopusta 50 €. Majoitus 2hh huoneissa. Jos haluaa 1hh joutuu itse maksamaan erotuksen +25 €/yö. Ohjelmassa virkistyksen lisäksi asiaa omaishoidon ja ansiotyön yhteensovittamisesta. Sitova ilmoittautuminen 30.9 mennessä p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com).

## Perhekotivierailut

- perhekotivierailu perhekoti Maariassa ke 4.9 klo 13 Rantasalmentie 1635 Kallislahti. Omin kyydein. Ilmoittautuminen 30.8. mennessä p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com) max 15 osallistujaa.
- perhekotivierailu Punkaharjulla entisessä SOS lapsikylässä Lehmustie 5 ke 16.10. klo 13. Omilla kyydeillä. Ilmoittautuminen 9.10 mennessä p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com).

## Omaishoitajaliiton hyvinvointiwebinaarit verkossa klo 17–18:

- to 19.9 Murehtimisesta irti päästäminen
- to 24.10 Rentoutuminen
- to 21.11 Äitinä omalle äidille
- to 12.12 Yksinäisyys

Hyvinvointiwebinaariin voit osallistua kotoa käsin omalta koneeltasi, jolloin ennakoilmoittautuminen (viimeistään kolme päivää ennen webinaaria) omaishoitajaliiton sivujen kautta: [omaishoitajat.fi/tule-mukaan/tapahtumat-ja-koulutukset/](http://omaishoitajat.fi/tule-mukaan/tapahtumat-ja-koulutukset/)

Ilmoitamme ryhmistä/tapahtumista Savonmaa ja Puruvesi lehdissä, Pieksämäen Omaishoitajat ry verkkosivuilla [www.pieksamaenomaishoitajat.fi](http://www.pieksamaenomaishoitajat.fi) sekä somemaailmassa (Facebook, Instagram)

## Yhteystiedot

Taina Turtio toiminnanjohtaja, p. 050 597 8836 [taina.turtio@gmail.com](mailto:taina.turtio@gmail.com)

Mari Nykänen omaistoiminnan ohjaaja, p. 050 320 7771 [mari.nykanen1@gmail.com](mailto:mari.nykanen1@gmail.com)

Ville Kokkonen järjestöassistentti, p. 040 152 6938 [pieksamaenomaishoitajat@gmail.com](mailto:pieksamaenomaishoitajat@gmail.com)

*Muutokset mahdollisia!*

**Etelä-Savon**  
**OmaisOiva**



Pieksämäen  
Omaishoitajat ry