

TERVETULO!

Omaishoitajayhdistyksen toimisto
OIVALA

Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
Patruunantie 15, 62800 Vimpeli
044 2991001/Pia tai 045 3275441/Tiina
tai /045 1596929
omaishoitajayhdistys@gmail.com

www.tietoamaishoitajille.fi



Järviseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

Olemme myös facebookissa:



- Omaishoitajat
- Järviseudun erityislapsiperheet
- Nokkela.nuoret hoivaajat

OMAISHOITAJA- TIEDOTE

Syksy 2019

Tietoa ja tukea Sinulle omaishoitaja



OmaisOiva



Järviseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

TIETOA, TUKEA, KUUNTELUA



Järvisuudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

Omaishoitajayhdistyksessä syyskauden toiminnan suunnittelu on pääosin tehty ja tapahtumakalenteri rupeaa näyttämään mukavan täydeltä. Toivottavasti löydät juuri Sinulle sopivia osallistumismahdollisuuksia. Ohjaus ja neuvonta on osa työtämme, joten ota rohkeasti yhteyttä kaikissa omaishoitoon liittyvissä asioissa ja tunteissa.

Nuorten työntekijä Riikka Jaakonahon Ovi auki nuorille -hanke päättyi syyskuun alussa. Tsemppiä Riikalle uusiin haasteisiin! Lokakuussa saamme Oivatiimiin hetkeksi vahvistusta osa-aikaisen työntekijän muodossa. ”Oiva-assarin” tapaavat varmasti syksyn aikana Omaishoitajayhdistyksen eri tapahtumissa.

On tärkeää, että tiedämme täällä yhdistyksessä mitä alueen omaishoitajille kuuluu ja kuinka he voivat. Sen vuoksi laadimme kyselyn, joka postitetaan syksyn aikana yhteistyössä kuntien kanssa kaikille omaishoidon tukea saaville omaishoitajille. Toivoisimme, että haastavasta arjesta löytyisi pieni hetki aikaa kyselyyn vastaamiseen. Palauttamalla kyselyn annatte arvokasta tietoa omaishoitajien työstä, toiveista ja tarpeista. Sen tiedon pohjalta voimme kehittää omaa työtämme tukemaan entistä paremmin alueen omaishoitajia.

Terveisin
Omaishoitajayhdistyksen väki



KAIPAATKO KANSSAKULKIJAA?



Punainen Risti

Punaisen Ristin Alajärven ja Vimpelin paikallisosastot lievittävät yksinäisyyttä välittämällä ystäviä toisen ihmisen seuraa kampaaville. Ystävät tapaavat toisiaan ja viettävät aikaa heille itselleen sopivalla tavalla esimerkiksi kahvitellen tai ulkoillen.

Ota yhteyttä, jos tarvitset itsellesi tai läheisesi ystävää tai haluat ilmoittautua mukaan toimintaamme ystäväksi.

Ystävätoiminnan yhteyshenkilö:
Alajärvi, Toini Mertaniemi p. 044 2308193
Lisätietoa: Pia Toivola p. 044 2991001

ELÄMYKSELLINEN ILTAPÄIVÄ ERITYISLASTEN PERHEILLE SU 15.9.2019 klo 13

Voimavaratila Taikamäki, Rantakankaantie 635, Lehtimäki
(Säävaraus, varapäivä la 21.9)

Tule kokemaan Taikamäen eläimellinen elämysrata! Pääset etsimään lempipaikkasi Taikamäen tilalta, heittelemään kanoille herkullisia jyviä, löytämään ikioman eläinkaverisi sekä halauspuusi. Luvassa on lukuisia luontoon ja eläimiin liittyviä, moniaistisia ja toiminnallisia tehtäviä. Toiminnan lomassa pysähdymme myös rauhoittumaan eläinten ja luonnon äärelle.

Tarjolla makkaraa ja mehua, omia eväitäkin voi ottaa mukaan. Säänmukainen ulkoiluvaatetus.

Ilmoittautumiset to 12.9 mennessä tekstiviestillä
p. 044 2991001/Pia.
Ilmoita osallistujamäärä ja nimet.

OmaisOiva



OMAISHOITAJIEN KAHVIHETKI

OmaisOiva

kahvila

Tervetuloa Tiinan kanssa pieneen kahvihetkeen. Tarjoan kahvit, tukea, tietoa ja kuuntelua. Olethan paikalla klo 13, otetaan tarjottavat ja jutellaan kahvittelemisen lomassa.

Ti 10.09 klo 13 Lappajärvi, Ksenian Tupa
Ti 15.10 klo 13 Alajärvi, Kahvila Toivo
Ti 12.11 klo 13 Soini, NoposGrilli
Ti 10.12 klo 13 Vimpeli, Kahvila Nisunjyvä

HEMMOTTELUILTA TI 29.10.2019 KLO 18

Työikäisille ja erityislasten omaishoitajille
Lappajärvellä perhekahvilan tiloissa (Maneesintie 1)

Hemmottelua Aloe vera –tuotteilla Sanna Savolan opastuksella. Tarjolla pientä iltapalaa. Tervetuloa nauttimaan!
Ilmoittautumiset ma 28.10 klo 17 mennessä tekstiviestillä p. 044 2991001/Pia.

RETKE SENIORMESSUILLE LA 12.10.2019

Järjestämme kuljetuksen Seniorimessuille Seinäjoki Areenaan lauantaina 12.10.2019. Kyyti on ilmainen, messulippu (12 €) ja ruokailu omakustanteisia. Ilmoittaudu mukaan viimeistään 8.10 mennessä p. 045 3275441/Tiina.

Reitti ja aikataulu / Taksipalvelu Jousmäki:

Soini liikekeskus klo 8.30

Alajärvi ABC klo 9.00

Vimpeli K-Market Veto parkkialue klo 9.25

Seinäjoki Areena

Kotimatka klo 15.

Olemme mukana messuilla yhteisosastolla Lakeuden Omaishoitajayhdistyksen kanssa. Poikkeaa osastolla!



OmaisOiva

OMAISTOIMINNAN OHJAAJAT

Pia Toivola

044 299 1001

omaishoitajayhdistys.pia@gmail.com

- työikäiset omaishoitajat
- erityislasten vanhemmat

Tiina Silvonen

045 327 5441

omaishoitajayhdistys.tiina@gmail.com

- yli 65 -vuotiaat omaishoitajat
- Yksi työpäivä/viikko Kuusiokuntien alueella

OIVA-TYÖNTEKIJÄ

045 159 6929

omaishoitajayhdistys.toimisto@gmail.com

- nuoret hoivaajat

Työmme on liikkuvaa, varmimmin tavoitat meidät puhelimitse. Aina emme pysty vastaamaan puheluun, mutta soittamme takaisin mahdollisimman pian. Palvelumme on maksutonta.

Yhteydenotto tai toimintaan osallistuminen eivät edellytä yhdistyksen jäsenyyttä tai kuulumista omaishoidon tuen piiriin.

HALLITUS 2019



Järvisuodun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

Yhdistyksen puheenjohtaja:
Terttu Lakaniemi, Vimpeli 040 7165137

Varapuheenjohtaja:
Sirkka Ahvenkoski, Vimpeli 040 5491088

Sihteeri:
Margit Karvonen, Evijärvi 0400 164017

Muut jäsenet:
Helena Peltonen, Alajärvi 0400 774932
Timo Mäntyniemi, Alajärvi 0500 641130
Lis-Maj Lappinen, Evijärvi 0400 565607
Raija Niemelä, Soini 040 4131413
Kaisa Tissarinen, Lappajärvi 040 5651908

Varajäsen:
Tellervo Kivioja, Vimpeli 044 5652292

Ota omaishoittoon liittyvissä asioissa rohkeasti yhteyttä vaikka oman paikkakuntasi edustajaan, hän vie asiaa eteenpäin. Syyskokous Oivalassa tiistaina 12.11.2019 klo 15.

JÄSENYYS

Yhdistykseen voi liittyä jäseneksi kuka tahansa, joka on kiinnostunut omaishoidon asioista. Jäsenyys ei edellytä virallista omaishoitajuutta. Lisätietoa asiasta löydät osoitteesta www.tietoamaishoitajille.fi tai kysymällä työntekijöiltä. Yhdistyksen jäsenenä olet mukana rakentamassa alueemme omaishoitajille parempaa huomista.

OMAISHOITAJIEN JA HOIDETTAVIEN



TUETTU LOMA

Härmän kylpylä 29.3.-3.4.2020

Omaishoitaja voi hakea lomalle yksin tai yhdessä hoidettavan kanssa. Loman kesto 5 vrk, omavastuuosuus 20 €/vuorokausi. Lomaan sisältyy:

- ◆ täysihoito
- ◆ majoitus kahden hengen huoneessa
- ◆ lomapaikan allasosaston ja kuntosalin käyttö
- ◆ yleinen vapaa-ajan ohjelma ja ryhmän ohjelma

Lomalle haetaan hakulomakkeella, jonka voi täyttää myös verkossa osoitteessa www.mtlh.fi. Hakemus kannattaa täyttää erityisen huolellisesti, sillä puutteellisesti täytettyjä hakemuksia ei käsitellä. Tuetulle lomalle hakeminen ei edellytä omaishoitajayhdistyksen jäsenyyttä tai kuulumista omaishoidon tuen piiriin.

Hakuaika päättyy 27.12.2019

Lisätiedot ja hakulomakkeita:

Järvisuodun Omaishoitajat ja Läheiset ry:

Tiina Silvonen p. 045 3275441

Kuusikuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry:

Helena Juurakko p. 050 3724839

Hakulomakkeiden palautus:

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry

Ruoholahdenkatu 8, 4. krs

00180 HELSINKI



Järvisuodun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

OVET -VALMENNUS® MIELENTERVEYSOMAISILLE

MIKÄ?

Mielenterveysomaisille ja - läheisille suunnattu virkistys- ja koulutusviikonloppu. Ovet-valmennus® tukee omaishoitajuutta ja helpottaa omaisten/läheisten etenemistä omaishoidon polulla. Valmennuksessa käsitellään mm. sosiaali- ja terveystalvuuja, sairauden vaikutuksia arkeen, omaishoitajuutta ja omaisen voimavaroja.

KENELLE?

Valmennukseen ovat tervetulleita kaikki, jotka kantavat huolta läheisestään ja auttavat apua tarvitsevaa läheistään. Sinun ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen eikä kuulua omaishoidon tuen piiriin voidaksesi osallistua valmennukseen.

AIKA JA PAIKKA:

25.-27.10.2019, Härmän Kylpylä



Ovet-valmennus®

HINTA:

Omaavuuvuus 50 €/hlö. Hinta sisältää koulutuksen ja siihen liittyvän materiaalin, majoituksen kahden hengen huoneissa täysihoidolla (yhden hengen huoneesta lisämaksu), sauna- ja allasosaston sekä kuntosalin käytön. Mahdollisuus osallistua Härmän Kylpylän ilta-ohjelmaan.

JÄRJESTÄJÄT:

FinFami Etelä-Pohjanmaa ja Pohjanmaa ry sekä Järvisseudun ja Keski-Pohjanmaan Omaishoitajayhdistysten Omaishoiva -toiminnot.

HAKU:

Valmennukseen haetaan erillisellä lomakkeella 11.10 mennessä. Valmennukseen otetaan 16 osallistujaa, valinnasta ilmoitetaan kirjallisesti. Hakulomakkeita ja lisätietoja:

Tiina Silvonen p. 045 3275441 tai
omaishoitajayhdistys.tiina@gmail.com

VALTAKUNNALLINEN OMAISHOITAJIEN VIIKKO

Teemaviikkoa on vietetty vuodesta 2003. **Tänä vuonna valtakunnallista viikkoa vietetään 24.11.-1.12. teemalla Näe, huomaa, kuule – omaishoidon monimuotoisuus.**

Viikon avaa valtakunnallinen omaishoitajien kirkkopyhä 24.11. ja pääjuhlaa vietetään Lappeenrannassa 28.11. Myös Järvisseudun Omaishoitajayhdistys nostaa omaishoitoasiaa esille teemaviikon aikana ja järjestää tapahtumia eri puolilla toiminta- aluetta. Olet lämpimästi tervetullut mukaan!

OMAISRYHMÄ

FinFami E-P ry:n vertaistukiryhmä mielenterveysomaisille ja -läheisille kokoontuu Oivalassa klo 17-18.30 keskiviikkoisin 11.9, 9.10, 13.11 ja 1.12.2019.

Ohjaajina Helena ja Martti Kuusiniemi.

AL-ANON RYHMÄ

kokoontuu Oivalassa joka kuukauden 3. keskiviikko klo 18 alkaen. Lisätietoa Oiva-työntekijöiltä.



OMAISHOITOTIETOA

Yhdistyksen tehtäviin kuuluu omaishoidon esiin nostaminen ja omaishoitotiedon jakaminen omalla alueellaan. Tulemme mielellämme kertomaan erilaisissa tilaisuuksissa Omaishoitajayhdistyksen toiminnasta ja omaishoitoon liittyvistä asioista.

Ota yhteyttä, katsotaan yhdessä sopiva ajankohta.

JÄRVI-POHJANMAAN PERUSTURVA

Alajärvi, Lappajärvi, Vimpeli



ASIAKASOHJAUSYKSIKKÖ ALVIINA

P. 06 2412 2277 arkisin 8-15

Järvi-Pohjanmaan alueella toimii asiakasohjausyksikkö Alviina, joka vastaa ikääntyneiden asiakas- ja palveluohjauksesta ja palvelutarpeen arvioinnista, oikea-aikaisten ja riittävien palveluiden järjestämisestä yhdessä ikääntyneen ja/tai omaistensa kanssa. Palveluohjaus ja -neuvonta ja palvelutarpeen arviointi ovat maksutonta.

IKÄIHMISTEN PALVELUT

Hoidon ja hoivan palvelujohtaja Marita Ylilahti p. 044 2970265
Vs. kotihoidon palveluvast. Elina Niskakangas p. 044 2970243
Omaishoito/Alviina p. 06 2412 2277:

Asiakasohjaaja Päivi Joensuu

Asiakasohjaaja Eija Puoliväli

Asiakasohjaaja Heli Saukko

Asiakasohjaaja Katariina Joutsen (Lappajärvi)

Kotiutushoitaja Saija Järvelä p. 040 1678185

Muistihoitaja Mirja Leinonen p. 040 1864990

VAMMAISPALVELUT

Sosiaalipalvelujohtaja Sirpa Tuomela-Jaskari p. 044 2970254

Vammaistyön sosiaalityöntekijä p. 040 3586507

Vammaistyön sosiaaliohjaaja p. 040 3540790

(alle 65 -vuotiaiden omaishoidon tuki)

Järvi-Pohjanmaalla aikuissosiaalityöstä vastaa aikuissosiaalityön tiimi. Yhteydenottopyynnön voi jättää sosiaalitoimiston neuvonta- ja ajanvarausnumeroon p. 06 2412 2525 (soittoaika ma-pe klo 9-11 ja 12-14).

Järviseudun Omaishoitajayhdistys ja Sedu Lappajärvi järjestävät perinteisen



HEMMOTTELUPÄIVÄN OMAISHOITOPERHEILLE

Jamin tiloissa Lappajärvellä (Erkkiläntie 2)
Torstaina 28.11.2019 klo 10-14
Ilmoittautuminen klo 9.30 alkaen

Lähihoitajaopiskelijat toteuttavat käsi-, jalka- ja kasvohoitoja, hierontaa ja mittauksia. Lopuksi yhteislaulua ja bingon pelaamista. Varaa hoitoihin mukaan oma pyyhe.

Tulokahvit tarjoamme, lounas on omakustanteinen.
Lisätiedot ja tarjoilun vuoksi sitovat ilmoittautumiset
22.11 mennessä p. 045 3275441/Tiina.

VAMMAISKORTTI TUTUKSI



Evijärvi, kirjasto maanantai 28.10 klo 15-17
Alajärvi, kirjasto tiistai 29.10 klo 15-17



EU:n Vammaiskortti on vapaaehtoinen kommunikoinnin ja osallistumisen apuväline. Se on tarkoitettu ihmisille, jotka tarvitsevat erityistä tukea osallistumisessa yhteiskunnan toimintaan. Vammaiset ihmiset voidaan kortin avulla huomioida palveluissa paremmin.

Tule saamaan tietoa vammaiskortin hakemisesta ja käyttökohteista. Ota halutessasi mukaan passikuva tai muu sopiva kasvo-kuva henkilöstä, jolle ko. vammaiskorttia haetaan. Tervetuloa tutustumaan EU:n vammaiskorttiin!

Lisätietoa Pia Toivola p. 044 2991001

YSTÄVÄTOIMINNAN PERUSKURSSI



La 26.10.2019 klo 10-15 Soinin seurakuntatalo

Haluatko harrastuksen, josta saa hyvän mielen? Tervetuloa ystävätoiminnan peruskurssille!

Ystävätoiminnan vapaaehtoisena voit toimia ystävänä vanhuk-
selle, nuorelle, omaishoitoperheelle tai voit vieraila esimer-
kiksi laitoksessa asuvan luona. Yhteisen ajan vietto voi olla
kahvittelua, ulkoilua tai jokin mielekäs harrastus.

Kurssi on maksuton. Tarjoamme kahvit ja lounaan. Saat myös
todistuksen osallistumisesta. Ilmoittautumiset 21.10 mennessä
p. 040 5475460/Katriina Lehtonen.

Järj: Soinin seurakunta, SPR:n Soinin osasto ja Järviseudun
Omaishoitajat ja Läheiset ry/OmaisOiva

KOKO PERHEEN PIKKUJOULU

OmaisOiva

To 12.12.2019 klo 18-20, Kanavan Kevari, Alajärvi

Tule mukaan tonttuilemaan ja virittäytymään joulun tunnel-
maan omaishoitoperheiden yhteiseen joulujuhlaan. Vatsan
täytteeksi riisipuuroa luumukiisselin kera sekä torttukahvit
(tarjoilusta vapaaehtoinen maksu).

Tilaisuudessa jutustelua, yhteislaulua ja pientä ohjelmaa. Jou-
lupukin vierailu illan päätteeksi, johon voit halutessasi tuoda
nimellä merkityn paketin. Olet lämpimästi tervetullut mu-
kaan!

Ilmoittautuminen 1.12 mennessä. Kerro
myös mahdollinen erityisruokavaliosi.

Pia p. 044 2991001

Tiina p. 045 3275441



KUUSIOLINNA TERVEYS OY

Alavus, Kuortane, Soini, Ähtäri



IKÄIHMISTEN PALVELUT

Vanhustyön johtaja Elina Luoma p. 040 664 5719
Palvelujohtaja Marika Nevanpää p. 044 550 2303
Palvelukoordinaattori Kirsi Ylinen p. 0400 417 388
Muistikoordinaattori Raija Isoaho p. 040 545 0271

Alavus:

Palveluohjaaja Johanna Mustalahti p. 040 554 9524
Muistihoitaja Taina Tikkanen p. 040 620 6926
Kotihoidon palveluvastaava Sari Haveri p. 040 535 9535

Kuortane:

Palveluohjaaja Terttu Happonen p. 044 550 1858
Muistihoitaja Helena Juurakko p. 040 674 7756
Kotihoidon palveluvastaava Jonna Haapa-aho p. 044 550 1138

Soini:

Palveluohjaaja/muistihoitaja Hilka Palomäki p. 040 547 4904
Kotihoidon palveluvastaava Tuula Valkeinen p. 040 480 4294

Ähtäri:

Palveluohjaaja Teija Hautala p. 040 653 0009
Muistihoitaja Kirsi Leppäkangas p. 040 533 7968
Kotihoidon palveluvastaava Hannele Kaustinen p. 0400 863 862

VAMMAISPALVELUT

Sosiaalityön johtaja Jutta Paavola p. 040 554 9527
OH-tuki alle 65v. vanhustyön joht. Elina Luoma p. 040 664 5719

Alavus:

Sosiaaliohjaaja Anu Louko p. 040 664 5875
Sosiaaliohjaaja Minna Kantanen p. 040 185 529

Kuortane ja Soini:

Va sosiaalityöntekijä Tarja Huutoniemi p. 040 518 9245

Ähtäri:

Vs sosiaaliohjaaja Marita Viinikainen p. 040 669 5455

**KUNTAYHTYMÄ
KAKSINEUVONEN**
Evijärvi, Kauhava



IKÄIHMISTEN ASIAKASOHJAUSYKSIKÖ

Ikäneuvolan nimi on muuttunut asiakasohjausyksiköksi. Palvelut on suunnattu 63 vuotta täyttäneille, jotka tarvitsevat ohjausta, neuvontaa, tukea, palvelutarpeen arviointia ja palveluita.

IKÄIHMISTEN PALVELUT

Palvelupäällikkö Marita Neiro p. 050 5617731
Palvelukoordinaattori Tiina Knuuttila-Puiras
p. 040 1834974
Kotihoidon palvelupäällikkö p. 044 4834801

Asiakasohjaaja (Evijärvi, Korttesjärvi) p. 040 1604515
Asiakasohjaaja (Härmät) p. 044 4834530
Asiakasohjaaja (Kanta-Kauhava) p. 040 6702252

Muistihoitaja p. 040 5629108
Virikeohjaaja p. 040 159 4556

Omaishoitajien sijaisjärjestelyt:
p. 040 7232275 tai p. 040 6631989

VAMMAISPALVELUT

Sosiaalityöntekijät, soittoaika ma-pe klo 9-10:
Piia Liinamaa p. 050 3811683
Taina Holappa p. 050 4034065
Sosiaaliohjaaja, soittoaika ma-pe klo 9-11:
Mira Karvonen p. 040 5835377
Maarit Aro p. 040 6727699

OMAIISOIVA -RYHMÄT
SYKSY 2019



Vimpeli, Oivala (Patruunantie 15)
Ryhmä Järviseudun alueen erityislasten äideille
Ohjaajina: Terttu ja Pia/044 2991001

| | | |
|----|-------|-----------------|
| Ke | 03.09 | klo 18.00-20.00 |
| Ke | 01.10 | klo 18.00-20.00 |
| Ke | 05.11 | klo 18.00-20.00 |
| Ke | 03.12 | klo 18.00-20.00 |

Vimpeli, Oivala (Patruunantie 15)
Tuunausta ja tekeleitä -ryhmä. Askartelua pääosin kierrätysmateriaaleista rennolla otteella, ilman paineita.
Ohjaajat: Rauni ja Paula
Lisätietoa: Pia/044 2991001

| | | |
|----|-------|-----------------|
| Ma | 07.10 | klo 13.00-15.00 |
| Ma | 04.11 | klo 13.00-15.00 |
| Ma | 02.12 | klo 13.00-15.00 |

Alajärvi, uimahalli (Urheilutie 2)
Vesijumppa omaishoitajille
Osallistumismaksu 3,80 €/hlö maksetaan kassalle ja merkitään nimi osallistujalistaan.
Ryhmänvetäjä: Matti Joensuu/044 5759269
Allasjumpan ohjaaja: Anna Koivisto/045 3579227

| | | |
|----|-------|-----------------|
| La | 28.09 | klo 14.00-15.00 |
| La | 05.10 | klo 14.00-15.00 |
| La | 12.10 | klo 14.00-15.00 |
| La | 26.10 | klo 14.00-15.00 |
| La | 09.11 | klo 14.00-15.00 |
| La | 16.11 | klo 14.00-15.00 |
| La | 23.11 | klo 14.00-15.00 |
| La | 30.11 | klo 14.00-15.00 |



OMAIISOIVA -RYHMÄT SYKSY 2019

OmaisOiva
ryhmä

Alajärvi, kirjaston lukusali (Kirkkotie 7)
Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville
Ohjaajat: Irma ja Helena/0400 774932

| | | |
|----|-------|-----------------|
| To | 05.09 | klo 13.00-15.00 |
| To | 03.10 | klo 13.00-15.00 |
| To | 07.11 | klo 13.00-15.00 |
| To | 05.12 | klo 13.00-15.00 |

Evijärvi, kunnantalo (Viskarinaukio 3)
Ryhmä omaishoitajille
Ohjaaja: Tiina/045 3275441

| | | |
|----|-------|-----------------|
| Ti | 03.09 | klo 12.30-14.00 |
| Ti | 08.10 | klo 12.30-14.00 |
| Ti | 05.11 | klo 12.30-14.00 |
| Ti | 03.12 | klo 12.30-14.00 |

Lappajärvi, virastotalo 2. krs (Kärnäntie 11)
Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville
Ohjaajat: Omaishoitajayhdistyksen Kaisa ja Tiina/045 3275441
sekä Muistiyhdistyksen Leena/050 5956588

| | | |
|----|-------|-----------------|
| To | 05.09 | klo 13.00-14.30 |
| To | 03.10 | klo 13.00-14.30 |
| To | 07.11 | klo 13.00-14.30 |
| To | 05.12 | klo 13.00-14.30 |

Lehtimäki, Hopeahovin kerhotila
Ohjaajat: Irmeli /040 7071592 ja Maila/040 7640670

| | | |
|----|-------|--------------------------------------|
| Ke | 04.09 | klo 12-14 |
| Ke | 02.10 | klo 12-14 |
| Ke | 06.11 | klo 12-14 |
| Ke | 04.12 | klo 12-14 (Tiina vierailee ryhmässä) |

OIVAHETKI -PÄIVYSTYKSET ERITYISLASTEN VANHEMMILLE JA TYÖIKÄISILLE OMAISHOITAJILLE -tukea, ohjausta, kuuntelua

OmaisOiva
OivaHetki

OivaHetket antavat mahdollisuuden keskustella luottamuksellisesti omaishoittoon liittyvistä tunteista ja asioista tai hakea materiaalia kotiin luettavaksi.

Paikalla omaistoiminnanohjaaja Pia Toivola. Poikkea juttusille tai varaa aika: 044 2991001.

Alajärvi Perhetupa Pähkinä, Tulisalon tie 1
pe 13.9, 11.10, 8.11 ja 29.11 klo 9-12.
Keskustelun aikana lapsesi voi olla lapsiparkissa.

Alajärvi ABC ti 24.9 klo 16-18

Lappajärvi Koskikievari to 3.10 klo 16-18

Evijärvi Mäntyhovi to 5.9 ja ke 13.11 klo 16-18

Vimpeli Nelimarkan kahvila ke 4.12 klo 15-17



**Puhelinpäivystykset:
Pia 044 2991001**

Klo 15-17
Tiistai 3.9, 1.10, 5.11 ja 3.12 .2019

Ovet-valmennus®

Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen ja Järvisseudun
Omaishoitajayhdistyksen järjestämä
maksuton

OVET -valmennus työikäisille

Omaishoitajayhdistyksen toimisto, Oivala
Patruunantie 15, Vimpeli

**Maanantai 4.11, 11.11, 18.11, 25.11 ja 2.12.2019
klo 17-20.30**

Valmennus on tarkoitettu Sinulle, joka

- *Tuet ja avustat läheistäsi
- *Tarvitset tietoa arjen sujumiseksi
- *Pohdit omaa jaksamistasi
- *Tarvitset neuvoja työelämän ja omaishoitotilanteen yhteensovittamiseksi

Valmennukseen haetaan erillisellä lomakkeella
21.10.2019 mennessä. Hakeminen ei edellytä yhdistys jäsenyyttä tai kuulumista omaishoidon tuen piiriin.

Hakulomakkeita ja lisätietoa:

Pia Toivola p. 044 2991001

Leena Huhtala p. 050 5956588



Järvisseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

TUULETUSPÄIVÄT OMAISHOITAJILLE



OmaisOiva
Järvisseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

Kivitippu, Lappajärvi klo 10-15

**Perjantai 18.10.2019 yli 65-vuotiaat omaishoitajat
Ilmoittaudu 11.10 mennessä Tiinalle p. 045 3275441**

**Lauantai 23.11.2019 erityislasten vanhemmat ja työikäiset
omaishoitajat. Ilmoittaudu 15.11 mennessä Pialle p. 044
2991001**

Ilmoitathan myös erityisruokavaliosi.

Molempina päivinä mukaan pääsee 22 omaishoitajaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Omavastuuosuus 5 euroa/hlö kerätään tilaisuuden alussa. Pukeudu vaatteisiin, joissa on mukava olla ja liikkua.

Luvassa hyvää seuraa, maukasta ruokaa, hemmottelua ja rentoutumista. Ohjelma:

- * Tervetuloa!
- * Naurujoogatuokio/Katja Kujala
- * Lounas
- * Turvekasvohoito
- * Rentoutustuokio
- * Päiväkahvila kotimatalle

Virkistyspäivät toteutetaan Ragnar Ekberg -säätiön Järvisseudun Omaishoitajayhdistykselle myöntämällä avustuksella.



RAGNAR EKBERGS STIFTELSE - RAGNAR EKBERGIN SÄÄTIÖ

OIVAKAHVILAT

OmaisOiva
kahvila

Tilaisuuksiin on vapaa pääsy ja kaikki asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita.

Ti 17.9 klo 12-14 Muistikahvila Vimpeli, Oivala. Poikkeaa kahville ja kysy muistiasioista, paikalla Tiina.

Pe 20.9 klo 10-12.30 Muistikahvila Soini, Kuninkaantupa. Poikkeaa kahville ja kysy muistiasioista. Paikalla Tiinan kanssa Hilka Palomäki/Kuusiolinna sekä klo 10-11 Leena Huhtala/Muistiyhdistys.

Ti 24.9 klo 13-15 (kahvit klo 12.30 alkaen) Edunvalvonta, edunvalvontavaltuutus ja hoitotahto -yleisöluento Vimpeli, nuorisotalo. Asiasta luennoivat Miikka Autio ja Leena Huhtala. Yhteistyössä Muistiyhdistys ja OmaSäästöpankki.

Ti 1.10 klo 13-15 Jalkaterveys ja liikunta -luento Evijärvi, nuorisoseura. Asiasta luennoi jalkaterapeutti Sasu Hyytiä. Vapaa pääsy, tarjoilusta pieni maksu. Yhteistyössä Aijjoos -toiminta, Ky Kaksineuvoinen ja J-P:n perusturva.

Ma 7.10 klo 14-15 (kahvit klo 13.30 alkaen) Muisti-iltapäivä Lehtimäki, kunnantalo. Paikalla Leena Huhtala ja Tiina Silvonnen. Yhteistyössä Muistiyhdistys.

To 24.10 klo 13-15 (kahvit klo 12.30 alkaen) Muisti-iltapäivä Evijärvi, kunnantalo. Paikalla Leena Huhtala, Johanna Lahti ja Tiina Silvonnen. Yhteistyössä Muistiyhdistys ja Ky Kaksineuvoinen.



MIESTEN VOIMAA -toiminnallinen ryhmä miehille

Miesten valitsemat syksyn 2019 toiminnot:

Elokuu: Vierailu Rajaseudun Saluunaan Veteliin la 30.8 klo 13. (Kalliojärventie 841) Jutustelua kahvikupin ääressä.

Syyskuu: komediaa. Teatterinäytös Äkkilähtö Tallinaan.

Aika: sunnuntaina 22.9 klo 14

Paikka: Vimpelin nuorisotalo, Patruunantie 12, 62800 Vimpeli. Omavastuu 10 €.

Lokakuu: keilailua. Keilailun jälkeen juodaan kahvit.

Aika: lauantaina 12.10 klo 14

Paikka: Alajärven keilahalli Alvariini, Paavolantie 1, 62900 Alajärvi

Marraskuu: bocciaa. Pelaamisen päätteeksi kahvitarjoilu.

Aika: torstaina 14.11 klo 13

Paikka: Kalervon halli, Luomalantie 267, Itäkylä Lappajärvi

Joulukuu: kauden päätöstapaaminen, ruokailu. Aika ja paikka tarkentuvat myöhemmin.

Ryhmänohjaajat: Aimo Joensuu ja Martti Kuusiniemi

Toiminta on pääosin maksutonta, muutamassa pieni omavastuu. Sovitaan tapaamisiin kimpakyydeistä ohjaajien kanssa. Tarjoilun vuoksi toivomme etukäteen ilmoittautumista. Toiminnasta ilmoitetaan tarkemmin Järviseudun alueen paikallislehdissä. Lisätietoja ja ilmoittautumiset tapaamisiin viimeistään edellisenä päivänä Aimo Joensuu p. 0500 367798 tai ajo@japo.fi.



OmaisOiva

Töysän  säätio

OP Alajärvi 

KELAN KUNTOUTUSKURSSIT OMAISHOITAJILLE

Kela järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja lapsille, nuorille ja aikuisille sekä heidän perheilleen ja lähiomaisilleen. Kela järjestää myös omaishoitajien kuntoutuskursseja sekä yksilö- että parikursseina. Parikursseille osallistuvat omaishoitaja ja hoidettava läheinen yhdessä. Lisätietoa: www.kela.fi tai 020 692205

Lähialueen kurssit.

| Kurssin numero ja nimi | Alkamispäivä | Paikka |
|------------------------|--------------|--------|
|------------------------|--------------|--------|

Aikuista hoitavat:

| | | |
|---------------------------------|------------|----------|
| 70608 Omaishoitajien parikurssi | 25.11.2019 | Härmä |
| 70157 Omaishoitajien kurssi | 16.12.2019 | Peurunka |
| 74209 Omaishoitajien kurssi | 13.01.2020 | Härmä |
| 74272 Omaishoitajien parikurssi | 13.01.2020 | Härmä |
| 74212 Omaishoitajien kurssi | 27.01.2020 | Peurunka |

Lasta tai nuorta hoitavat:

| | | |
|-----------------------------|------------|-----------|
| 75660 Omaishoitajien kurssi | 11.05.2020 | Ikaalinen |
| 74214 Omaishoitajien kurssi | 03.08.2020 | Peurunka |



OIVAKIOSKIT

OmaisOiva

kioski

Oiva tilaisuus tulla juttelemaan omaishoitoon liittyvistä asioista ja ottaa materiaalia kotiin vietäväksi. Tervetuloa!

To 26.9 klo 11.30-15 Seinäjoki keskussairaala, Steppihanke

To 10.10 klo 12-15 Kuortane kunnantalo, vanhustenviikon tapahtuma

La 12.10 klo 10-16 Seinäjoki Areena, Seniormessut

OIVAHETKI -PÄIVYSTYKSET -tukea, ohjausta, kuuntelua

OmaisOiva

OivaHetki

OivaHetket antavat mahdollisuuden keskustella luottamuksellisesti omaishoitoon liittyvistä tunteista ja asioista tai hakea materiaalia kotiin luettavaksi.

Paikalla omaistoiminnanohjaaja Tiina Silvonen p. 045 3275441. Poikkeaa juttusille tai varaa aika .

Alajärvi Pikkupappila ma 16.9, 21.10 ja 18.11 klo 10-11.30. Tähän OivaHetkeen voit tulla yksin tai hoidettavan kanssa, mukana Muistiyhdistyksen Leena Huhtala.

Alavus Ikätori, huone 6

ke 4.9, ma 23.9 ja ma 25.11 klo 10-14

Evijärvi kunnantalo, etätyötila

to 19.9, 17.10 ja 21.11 klo 10-12

Kuortane Ikätori

ke 18.9, ti 19.11 ja ke 11.12 klo 10-14

Lappajärvi virastotalo, kahvihuone 2. krs

to 19.9, 17.10 ja 21.11 klo 13-15

Lehtimäki kunnantalo, toimistotila

ke 9.10 ja ti 12.11 klo 10-12

Soini Liikekeskus, Nuoppari

ke 25.9, 23.10 ja 20.11 klo 10-11.30



Vimpeli Oivala

ma 16.9, 21.10 ja 18.11 klo 13.30-15

Ähtäri Ostolanhoivi (huone 1, pääovesta vasemmalle)

to 12.9, to 14.11 ja ma 2.12 klo 10-14