

## TERVETULOA

**Omaishoitajayhdistyksen toimistoon**

**Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry**

**Patruunantie 13, 62800 Vimpeli**

**044 2991001 tai 045 3275441**

**omaishoitajayhdistys@gmail.com**

**www.tietoaomaishoitajille.fi**



Järviseudun  
Omaishoitajat ja  
Läheiset ry

**Olemme myös facebookissa:**



- **Omaishoitajat**
- **Järviseudun erityislapsiperheet**

# OMAISHOITAJA- TIEDOTE

Kevät 2017

*Tietoa ja tukea Sinulle omaishoitaja*

**OmaisOiva**



**Järviseudun  
Omaishoitajat ja  
Läheiset ry**

Hyvää alkanutta vuotta!

Vuodenvaihde on tuonut tullessaan monenlaisia muutoksia:

RAY julkaisi joulun alla avustusehdotuksen vuodelle 2017 ja yhdistyksemme sai OmaisOiva -toimintaan haettua pienemmän rahoituksen. Tästä johtuen teen omaistoiminnan ohjaajan töitä 1.3 alkaen vain neljänä päivänä viikossa eli maanantaista torstaihin. Pia tekee edelleen täyttä työviikkoa.

Raha-automaattiyhdistys, Veikkaus ja Fintoto yhdistyivät vuoden alusta uudeksi rahapeliyhtiöksi, joka sai nimekseen Veikkaus Oy. RAY:n toiminnan päättyessä siirtyi vastuu sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuksien käsittelystä sosiaali- ja terveysministeriön yhteyteen perustettavaan Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskukseen (STEA). Toiminta järjestöissä jatkuu kuitenkin toistaiseksi entiseen malliin.

Soinin kunnan sosiaali- ja terveystalot siirtyivät 1.1.2017 alkaen Kuusiolinna Terveys Oy:n tuottamiksi. Tämä muutos ei vaikuta Järviseudun Omaishoitajayhdistyksen toiminta-alueeseen, vaan soinilaiset ovat edelleen lämpimästi tervehdettävissä mukana yhdistyksen toimintaan.

OmaisOiva -toimintaan saatiin vuoden alusta kaivattu uusi toimintamuoto "OivaHetki", joka antaa meille työntekijöille mahdollisuuden tehdä pyydettyä kotikäyntejä omaishoitoperheisiin. Tapaamisen voi sopia myös jonnekin muualle, kuten kahvilaan tai omaishoitajayhdistyksen toimistolle Vimpeliin.

Tapaamisiin, Tiina

## OIVAKAHVILAT

Ke 15.2 klo 12-14 Vimpeli, Omaishoitajayhdistyksen toimisto  
Teema: Omaishoito ja muisti, Tiina Silvonen OmaisOiva

Ke 1.3 klo 13-14.30 Lappajärvi, virastotalo 2. krs  
Teema: Ikäihmisten päivätoiminta, virikeohjaaja Sirkka-Liisa Rajamäki Kuntayhtymä Kaksineuvoinen

Ti 7.3 klo 13-15 Soinin Kunta, valtuustosali  
Teema: Omaishoito, palveluohjaaja Hilikka Palomäki Kuusiolinna Terveys Oy

To 23.3 klo 13-15 Lappajärvi, virastotalon valtuustosali  
Teema: Kuntoutus ja tuetut lomat 2017, Nina Karlsberg Härmän Kuntokeskus

Ma 3.4. klo 18-20 Alajärvi, Risteyspaikka  
Teema: Leikkien-kutsut, oppimiskonsulentti Elina Matila

Ti 25.4 klo 13-15 Lappajärvi, virastotalon valtuustosali  
Teema: Edunvalvonta, edunvalvontavaltuutus ja hoitotahdot. Edunvalvonnasta kertoo lakimies ja hoitotahdot muistineuvoja, sh Leena Huhtala E-P:n Muistiyhdistys ry

Ma 15.5 klo 18-20 Alajärvi, Järvi-Pohjanmaan TerapiaPolku Oy, Siihtalantie 239, Kurejoki  
Teema: Kinestetiikka, ft Anu Sorvisto TOM-hanke/E-P:n Muistiyhdistys ry



## TÄHTIEN TUIKETTA -tapahtuma OMAISHOITOPERHEILLE

**Evijärven Tähtitornilla (kirkkotie 419)  
Lauantaina 18.2.2017 klo 18 alkaen**

Tervetuloa koko perheen voimin tapahtumaan, joka järjestetään Evijärven Tähtitornilla. Illan aikana ihastelemme ohjatusti taivaankappaleita tähtitornin kaukoputkella. Myös liikuntaesteisille järjestetty katselumahdollisuus. Paikalla ohjaajia Evijärven Taivastelijat ry:stä kertomassa toiminnastaan.

Vapaa pääsy.

Tarjoilun vuoksi ilmoittautumiset 16.2 mennessä  
Pia /044 2991001 tai omaishoitajayhdistys.pia@gmail.com

### OVET -VALMENNUS®



Kuusiokuntien ja Järviseudun Omaishoitajayhdistykset sekä E-P:n Muistiyhdistys järjestävät Alavudella maksuttoman valmennuksen Kuusiokuntien alueen omaishoitajille.

Kokoontumispäivät:

Keskiviikkona 15.3, 22.3, 29.3 ja 5.4 klo 12.00-15.30

Valmennukseen haetaan erillisellä lomakkeella  
Lomakkeita ja lisätietoa: Pia/044 2991001




### Omaistoiminnanohjaajat:

**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

Työmme on liikkuvaa,  
varmimmin tavoitat puhelimitse.  
Aina emme pysty vastaamaan puheluun,  
mutta soitamme takaisin mahdollisimman pian.  
Palvelu on maksutonta.

### Yhdistykset ja muut alueen toimijat!

Tulemme mielellämme kertomaan erilaisissa tilaisuuksissa Omaishoitajayhdistyksen toiminnasta ja omaishoitoon liittyvistä asioista.

Ota yhteyttä, katsotaan yhdessä sopiva ajankohta.

## HALLITUS 2017

Yhdistyksen puheenjohtaja:  
Terttu Lakaniemi, Vimpeli 040 7165137

Varapuheenjohtaja:  
Helena Peltonen, Alajärvi 0400 774932

Sihteeri:  
Margit Karvonen, Evijärvi 0400 164017

Muut jäsenet:  
Timo Mäntyniemi, Alajärvi 0500 641130  
Minna Perkkiö, Lehtimäki 040 5904331  
Lis-Maj Lappinen, Evijärvi 0400 565607  
Ahti Kielinen, Korttesjärvi 0500 737169  
Kaisa Tissarinen, Lappajärvi 040 5651908  
Kalervo Ketola, Lappajärvi 040 5664048  
Raija Niemelä, Soini 040 4131413  
Tellervo Kivioja, Vimpeli 044 5652292

Varajäsenet:  
Jouko Rytönen, Evijärvi 044 0909133  
Leena Försti, Evijärvi 050 5210192

Ota omaishoitoon liittyvissä asioissa rohkeasti yhteyttä vaikka oman paikkakuntasi edustajaan, hän vie asiaa eteenpäin.



Järvisuudun  
Omaishoitajat ja  
Läheiset ry

## maksuton VAPAAEHTOISKOULUTUS



Opintokeskus Sivis

**Evijärven kunnanvirasto**  
**La 18.3.2017 klo 10-15**  
**kouluttajana Anne Sironen**

Koulutuksessa käydään läpi mm. vapaaehtoistoiminnan periaatteita sekä vapaaehtoisen oikeuksia ja velvollisuuksia. Nyt sinulla on erinomainen tilaisuus tulla tutustumaan vapaaehtoistoimintaan, josta voit saada itsellesi mielekkään harrastuksen, uusia ystäviä, auttamisen iloa ja hyvän mielen. Koulutukseen osallistuminen ei sitouta mihinkään.

Lisätietoa ja ilmoittautumiset 10.3 mennessä:  
Tiina/045 3275441

Järj. Seinäjoen Järjestötoimiston tukihenkilötoiminta  
Järvisuudun Omaishoitajat ja Läheiset ry/OmaisOiva

## EDUNVALVONTA, EDUNVALVONTAVALTUUTUS JA HOITOTAHTO -yleisöluento

**Lappajärvi, virastotalon valtuustosalin ti 25.4 klo 13**

Kahvitarjoilu klo 12.30 alkaen

Edunvalvontaluento

Paikallinen lakimies

Hoitotahto ja miksi kannattaa tehdä

Muistineuvoja, sh Leena Huhtala

Etelä-Pohjanmaan Muistiluotsi

Keskustelua

Vapaa pääsy, tervetuloa!



## EDUNVALVONTA, EDUNVALVONTAVALTUUTUS JA HOITOTAHTO

MITEN HALUAISIN ASIOITANI HOIDETTAVAN, JOS  
SAIRASTUN VAKAVASTI TAI JOS KYKYNI TEHDÄ  
PÄÄTÖKSIÄ HEIKKENEE?

### YLEISÖLUENTO

**Oma Säästöpankki, Alajärvi**  
**Keskuskatu 14**  
**ma 13.2.2017 klo 18-20**  
**Kahvitarjoilu klo 17.30 alkaen**

Klo 18:00-18:10	Tervetuloa ja tilaisuuden avaus Oma Säästöpankki
Klo 18:10-19:30	Edunvalvontaluento Lakimies, varatuomari Miikka Autio/Oma Säästöpankki
Klo 19:30-20:00	Hoitotahto ja miksi se kannat- taa tehdä Muistineuvoja, sh Leena Huhtala Etelä-Pohjanmaan Muistiluotsi

Vapaa pääsy! Lisätietoa: Pia /044 2991001

Tilaisuuden järjestävät yhteistyössä:  
Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys ry/Muistiluotsi,  
Järvisseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry/OmaisOiva  
sekä FinFami Etelä-Pohjanmaa ry

## JÄRVISEUDUN OMAISHOITAJAT JA LÄHEISET RY



### KEVÄTKOKOUS

Pidetään Soinissa maanantaina 24.4.2017. Paikka ja aika  
tarkentuvat myöhemmin, seuraa ilmoittelua lehdissä.

### YHDISTYKSEN OMAT RYHMÄT:

#### BOCCIAN PELAAMISTA JA YHDESSÄOLOA

Joka tiistai klo 13-15 Kalervon hallilla Lappajärvellä, Luo-  
malantie 267 B. Vetäjänä Kalervo p. 040 5664048.  
Bocciaa pelataan 30.5 saakka. Kahvimaksu.

#### RYHMÄ OMAISHOITAJILLE, LEHTIMÄKI

Hopeahovin kerhotilat  
Ohjaajat: Irmeli ja Maila/040 7640670

Ke	1.2	klo 12-14
Ke	1.3	klo 12-14
Ke	5.4	klo 12-14
Ke	3.5	klo 12-14

**AL-ANON RYHMÄ** kokoontuu Omaishoitajayhdistyk-  
sen toimistolla (Patruunantie 13) joka kuukauden 1. keski-  
viikko klo 18 alkaen.

**OMAISHOITAJALOMA  
-VOIMAA VERTAISUUDESTA  
Kylpylähotelli Peurunka 12.-17.11.2017**

**Voimaa vertaisuudesta** -loman tavoitteena on, että omaishoitajat virkistyvät, tapaavat toisia samassa tilanteessa olevia sekä saavat vertaistuen ja lomaohjelman kautta voimavaroja arkeen.

Loman kesto 5 vrk, omavastuuosuus 20 €/vrk.

Lomaan sisältyy:

- täysihoidto
- 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](http://www.mtlh.fi). Täytä hakemuksen perustelut erityisen huolellisesti. Lomalle hakeminen ei edellytä kuulumista omaishoidon tuen piiriin tai omaishoitajayhdistyksen jäsenyyttä.

**Hakuaika päättyy 11.8.2017.**

**Lisätiedot ja hakulomakkeita:** Tiina /045 3275441

**Hakulomakkeiden palautus:**

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry  
Mannerheimintie 31 B 20, 00250 HELSINKI



Järvisuudun  
Omaishoitajat ja  
Läheiset ry



# TaikaShow

**Lapsille ja lapsenmielisille  
Alajärven nuorisoseuralla  
lauantaina 29.4.2017 klo 13**

Esiintymässä sirkustirehtööri, taikuri

**JOUKO "JOKKE" ALHO**

Mehutarjoilu klo 12.30 alkaen  
Tervetuloa läheltä ja kauempaa!

Maksuttoman taikatuokion teille mahdollistavat:

- E-P:n Muistiyhdistys ry
- FinFami E-P
- Järvisuudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
- MLL Alajärven paikallisyhdistys

## TULOSSA:

- ◆ Olemme mukana Asumista ja hyvinvointia messuilla Alajärvellä la 6.5.2017 sekä toukokuun kevätmyyjäisissä Soinissa
- ◆ PopUp -kahvila Suomi 100 juhluvuoden hengessä lauantaina 20.5 Omaishoitajayhdistyksen toimistolla Vimpelissä

OmaisOiva

ryhmä

## OHJATTU ALLASJUMPPA OMAISHOITAJILLE

### Alajärven uimahallilla lauantaisin klo 13

Kevään kokoontumiset: 21.1, 28.1, 4.2, 11.2, 18.2, 25.2,  
11.3, 18.3, 25.3, 1.4 ja 8.4

Osallistumismaksu 3,80 €/hlö maksetaan kassalle ja  
merkitään nimi osallistujalistaan.

Ohjaajat: Venla Seppä ja Venla Hautala  
Lisätietoa p. 044 2991001

OmaisOiva

ryhmä

## OIVALLINEN KEHONHUOLTO

Tule mukaan kuusi kertaa kokoontuvaan ryhmään, jossa  
tavoitteena on parantaa kehosi kokonaisvaltaista hyvin-  
vointia ja auttaa sinua löytämään juuri sinulle sopiva tapa  
vahvistaa kehoasi mm. Pilates -harjoittelun avulla.

Kokoontumiset tiistaisin 21.3, 28.3, 4.4, 11.4, 18.4 ja  
25.4.2017 klo 18.10 alkaen.

Fitnesspalvelu Karoliina, Vimpeli (Patruunantie 10C)  
Omavastuu 25 € /hlö

Lisätietoa ja ilmoittautumiset 16.3 mennessä  
Pia 044 2991001

Mukaan kutsutaan kaiken ikäisiä ja kokoisia omaishoito-  
tilanteessa olevia naisia ja miehiä!

OmaisOiva

kioski

## OIVAKIOSKIT

Ti	14.2 klo 16-18	Maxin Kauppakeskus, Alajärvi
Ti	11.4 klo 09-11	Halpa-Halli, Alajärvi
Ti	11.4 klo 15-17	K-Market Veto, Vimpeli
Ke	29.4 klo 9-11.30	Kunnanvirasto, Evijärvi
Ti	09.5 klo 13-15	Lähetyskirppis, Lappajärvi

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

OmaisOiva

ryhmä

## MUSKARI

Erityslasterien perheille uutta toimintaa?  
Oletko lapsesi kanssa kiinnostunut musiikkileikkikou-  
lusta?

Muskarissa jokainen osallistuja saa osallistua yhteiseen  
muisointiin omalla tavallaan. Elävä musiikki hieroo lap-  
sen aisteja ja antaa kokonaisvaltaisen kokemuksen yh-  
teisestä musiikkihetkestä.

Jos asia kiinnostaa niin ota yhteyttä ja kysy lisää Pialta  
p.0442991001 tai omaishoitajayhdistys.pia@gmail.com.  
Muskari aloittaa syksyllä 2017, mikäli kiinnostuneita on  
tarpeeksi. Paikka mahdollisesti Alajärvellä.



**JÄRVI-POHJANMAAN  
PERUSTURVA**  
Alajärvi, Vimpeli



**Vanhuspalvelut**

Hoidon ja hoivan palvelujohtaja Marita Ylilahti  
p. 044 4659551

Kotihoidon palveluvastaava Jyrki Tusa p. 044 2970243

Palveluohjaaja Päivi Joensuu p. 040 1833433  
(yli 65 -vuotiaiden omaishoidon tuki)

Kotiutushoitaja Anna-Maija Viirumäki p. 040 1678185

Muistihoitaja/seniorineuvola Mirja Leinonen  
p. 040 1864990

**Vammaispalvelut**

Sosiaalipalvelujohtaja p. 044 2970254

Sosiaalityön palveluvastaava p. 044 2970231

Vammaistyön sosiaaliohjaaja p. 040 3540790  
(alle 65 -vuotiaiden omaishoidon tuki)

**KUUSIOLINNA TERVEYS OY**

Soini



**Vanhuspalvelut**

Palvelujohtaja Marika Nevanpää p. 044 5502303

Palveluohjaaja Hilka Palomäki p. 040 5474904

Kotihoidon palveluvastaava Minna Koskinen  
p. 0400 327 665

**Vammaispalvelut**

Sosiaalipalvelujohtaja Maarit Lehtonen p. 040 5057801

Palveluohjaaja Outi Rintamäki p. 040 5336107

Sosiaalityöntekijä Tarja Huutoniemi p. 040 5189245

**OmaisOiva**

ryhmä

**KEVÄT 2017**

**Soini**, Nuopparin tilat (Alajärventie 2) käynti takaa

**Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville**

Ohjaajina: Tiina 045 3275441 ja Leena/050 5956588

Ma	16.01	klo 10.00-11.30
Ma	13.02	klo 10.00-11.30
Ma	13.03	klo 10.00-11.30
Ma	10.04	klo 10.00-11.30
Ma	15.05	klo 10.00-11.30

**Vimpeli**, Omaishoitajien toimisto (Patruunantie 13)

**Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville**

Ohjaajina: Tellervo ja Terttu/040 7165137

Ti	14.02	klo 13.30-15.00
Ti	14.03	klo 13.30-15.00
Ti	11.04	klo 13.30-15.00
Ti	09.05	klo 13.30-15.00

**Vimpeli**, Omaishoitajien toimisto (Patruunantie 13)

**Iltakahvit erityislasten äideille**

Ohjaajina: Terttu ja Pia/044 2991001

Ke	18.01	klo 18.00-20.00
Ke	15.02	klo 18.00-20.00
Ke	15.03	klo 18.00-20.00
Ke	12.04	klo 18.00-20.00
Ke	10.05	klo 18.00-20.00



**KEVÄT 2017**

**OmaisOiva**  
ryhmä

**Alajärvi**, kirjaston lukusali (Kirkkotie 7)

**Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville**

Ohjaajat: Irma ja Helena/0400 774932

To	19.01	klo 13.00-15.00
To	16.02	klo 13.00-15.00
To	16.03	klo 13.00-15.00
To	06.04	klo 13.00-15.00
To	11.05	klo 13.00-15.00

**Evijärvi**, kunnanvirasto (Viskarinaukio 3)

**Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville**

Ohjaajat: Tiina/045 3275441 ja Leena/050 5956588

To	19.01	klo 10.00-11.30
To	09.02	klo 10.00-11.30
To	09.03	klo 10.00-11.30 (Anne Back, Tena)
To	06.04	klo 10.00-11.30
To	04.05	klo 10.00-11.30

**Lappajärvi**, virastotalo 2. krs (Kärnäntie 11)

**Ryhmä omaishoitajille ja hoidettaville**

Ohjaajat: Kaisa ja Tiina/045 3275441 sekä  
Leena/050 5956588

To	19.01	klo 13.00-14.30
To	09.02	klo 13.00-14.30
To	09.03	klo 13.00-14.30
To	06.04	klo 13.00-14.30
To	04.05	klo 13.00-14.30

**KUNTAYHTYMÄ  
KAKSINEUVONEN**



**Evijärvi, Lappajärvi, Kauhava**

**Ikäihmisten palvelut**

Ikäihmisten palvelujohtaja p. 050 3800852

Kotihoidon asiakaspalvelupäällikkö p. 044 4834801

Asiakasohjauspäällikkö Marita Neuro p. 050 5617731

(yli 65 -vuotiaiden omaishoidon tuki ja ikäneuvola)

Ikäneuvola (Evijärvi ja Lappajärvi) p. 040 1604515

Muistihoitaja p. 040 5629108

Virikeohjaaja Sirkka-Liisa Rajamäki p. 040 159 4556

**Vammaispalvelut**

Sosiaalityöntekijä Mika Lahti p. 050 4034065

Sosiaalityöntekijä Piia Liinamaa p. 050 3811683

(alle 65 -vuotiaiden omaishoidontukiasiat, kuljetuspalvelut ja henkilökohtaiset avustajat)

*Yhteistyöhömmme kuntien kanssa sisältyy*

*mm:*

- ◆ *Ovet -valmennusten® järjestäminen*
- ◆ *Erilaisten tilaisuuksien järjestäminen*
- ◆ *Tiedotusyhteistyö*
- ◆ *Molemminpuolinen asiantuntijuuden antaminen*

## JÄRVISEUDUN OMAISHOITAJA - PERHELOMA KUORTANEEN URHEILUOPISTOLLA 9-11.6.2017

Lomaohjelmaan kuuluu sisä- ja ulkoliikuntaa, retki, seinäkiipeilyä, uimista, saunomista, vertaistukea ja maittavaa ruokaa. Ohjelmaan osallistuminen on vapaaehtoista.

Osallistumismaksu 20 €/aikuinen/vrk, alle 17 -vuotiaat ilmaiseksi. Hintaan sisältyy majoittuminen, täysihoito ja lomaohjelma.

### Hakuaikaa 9.3.2017 saakka.

Lomaa haetaan Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry:stä joko sähköisellä tai paperilomakkeella. Lisätietoja ja hakulomakkeita osoitteesta [www.mtlh.fi](http://www.mtlh.fi) tai Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry p. 044 2991001. Loman ohjelma: <http://www.kuortane.com/omaishoitajaperheet>.

Mahdollisuus osallistua lomalle myönnetään MTLH:n omien valintakriteerien mukaan taloudellisin, terveydellisin ja sosiaalisin perustein. Lomalaiset kustantavat itse matkustamisen lomakohteeseen sekä omavastuuosuiden. Lomalaiset huolehtivat myös tapaturma-, matka- ym. vakuutuksista. Lomalla mukana yhdistyksen edustajat.

Hakulomakkeiden palautus:  
Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry  
Mannerheimintie 31 B 20, 00250 HELSINKI



Järviseudun  
Omaishoitajat ja  
Läheiset ry



## PERHEHOITO

Perhehoito on ikäihmisen ympäri- tai osavuorokautista hoivaa ja huolenpitoa perhehoitajan kodissa. Se voi olla jatkuvaa ja kestää jopa useita vuosia. Lyhytaikainen perhehoito antaa omaishoitajalle mahdollisuuden vapaapäivien pitämiseen ja on hyvä vaihtoehto myös silloin, kun hoidettava tarvitsee muuta tilapäistä hoivaa.

Perhehoidon järjestämisestä ja valvonnasta vastaa kunta. Perhehoitaja ja kunta tekevät toimeksiantosopimuksen ja kunta perii ikäihmiseltä maksun perhehoidosta.

Alajärvellä on kaksi koulutettua perhehoitajaa. Lisätietoa antaa: Palveluohjaaja Päivi Joensuu 040 1833433.

## MUISTIVALMENNUS KEHITYSVAMMAISILLE SEKÄ HEIDÄN LÄHEISILLEEN

Alajärven valmennusryhmä kokoontuu kevään 2017 aikana kolme kertaa: to 30.3, ke 5.4 ja to 13.4 klo 11-13. Kokoontumispaikkana on Alajärven toimintakeskus, Myllyvainiontie 2.

Valmennukseen osallistuvilla tai heidän läheisillään ei tarvitse olla muistipulmia tai diagnosoitua muistisairautta. Valmennus on maksuton ja mukaan voi tulla miltei paikkakunnalta tahansa. Ilmoittautumiset 27.3 mennessä.

Ilmoittautumiset ja lisätietoja:  
Anu Sorvisto p. 040 7650840 tai  
Niina Lehto p. 050 4651705  
E-P:n Muistiyhdistys ry / TOM -hanke



## KELAN KUNTOUTUSKURSSIT OMAISHOITAJILLE

Kela järjestää omaishoitajien kuntoutuskursseja sekä yksilö- että parikursseina. Parikursseille osallistuvat omaishoitaja ja hoidettava läheinen yhdessä.  
Lisätietoa: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai 020 692205

Lähialueen kurssit.

Kurssin numero ja nimi	Alkamispäivä	Paikka
66923 Omaishoitajien kuntoutusk.	20.03.2017	Ikaalinen
66929 Omaishoitajien kuntoutusk.	08.05.2017	Härmä
66978 Omaishoitajien parikurssi	15.05.2017	Härmä
66927 Omaishoitajien kuntoutusk.	22.05.2017	Ikaalinen
66979 Omaishoitajien parikurssi	07.08.2017	Härmä
66930 Omaishoitajien kuntoutusk.	28.08.2017	Härmä
66980 Omaishoitajien parikurssi	18.09.2017	Härmä
66981 Omaishoitajien parikurssi	30.10.2017	Härmä
66982 Omaishoitajien parikurssi	27.11.2017	Härmä

## OMAISHOITAJALIITON LOMAT

28.5-2.6	Piristystä päiviimme, omaishoitaja ja hoidettava	
	Hakuaika päättyy 28.2	Mikkeli
13-18.8	Vahva ja viisas, omaishoitajille	
	Hakuaika päättyy 13.5	Härmä
20-25.8	Uusia suuntia, omaishoitajille	
	Hakuaika päättyy 20.5	Pori
25-30.9	Syysunelmia, omaishoitaja ja hoidettava	
	Hakuaika päättyy 25.6	Kankaanpää
9-14.10	Käsi kädessä, omaishoitaja ja hoidettava	
	Hakuaika päättyy 9.7	Kangasala

## OVET -VERKKOVALMENNUS®

### Verkkovalmennus järjestetään 3.4-3.5.2017

Verkkovalmennuksen sisältö on samankaltainen kuin ryhmämuotoisten valmennusten ja se on osallistujille maksuton. Osallistujat saavat kurssimateriaalina Minäkö omaishoitaja? Ensiopas omaishoidosta -oppaan kotiin postitettuna. Valmennukseen mahtuu mukaan enintään 25 omaishoitajaa.

Ilmoittautuminen sähköpostitse 20.3 mennessä:  
[kaisa.parviainen@omaishoitajat.fi](mailto:kaisa.parviainen@omaishoitajat.fi).

## JÄSENYYS

Liittymällä yhdistyksemme jäseneksi tuet omalta osaltasi alueen omaishoitajien hyväksi tehtävää työtä. Jäsenyys ei velvoita osallistumaan toimintaan, mutta sen myötä saat aina ajankohtaista tietoa suoraan kotiisi. Järvisseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:ssä oli vuoden 2017 alussa 169 jäsentä.

**Jäsenmaksu 25 €** sisältää sekä liiton että paikallisyhdistyksen jäsenyyden ja siihen liittyvät edut. Näistä eduista löydät lisätietoa esitteestämme tai osoitteesta [www.tietoamaishoitajille.fi](http://www.tietoamaishoitajille.fi).

### Kannattajajäsenyys (yritys/yhteisö)

Kannattajajäsenmaksu valinnan mukaan 50/70/100 euroa vuodessa menee lyhentämättömänä paikallisyhdistykselle. Mikäli haluat tukea alueen omaishoitajien hyväksi tehtävää työtä, ota yhteyttä yhdistykseemme!

## **HÄTÄENSIAPU -luento** **la 11.3.2017 klo 13-15**

Punainen Risti



Omaishoitajayhdistyksen toimisto, Vimpeli

**Luennoimassa SPR:n ensiapukouluttaja**  
**Marja-Liisa Valli**

Kahvitarjoilu. Ilmoittautumiset 23.2 mennessä  
Pia 044 2991001, paikkoja rajoitetusti.

Järjestää: E-P:n Muistiyhdistys ry/Muistiluotsi  
Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset/OmaisOiva

## **TYÖIKÄINEN OMAISHOITAJA**

- Hoidatko läheistäsi?
- Askarruttaako läheisesi vointi, sairaudet tai muistipulmat?
- Oletko miettinyt omaa jaksamistasi ja tuen tarvetta?

Et ole yksin -joka neljäs suomalainen työikäinen huolehtii läheisestään. Tervetuloa keskustelemaan ja saamaan tietoa näistä asioista.

**Evijärven Kunnanvirasto ti 2.5.2017 klo 18-20**  
**Alajärven ABC, kabinetti ke 3.5.2017 klo 18-20**

Mukana:

Pia Toivola, Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry/  
OmaisOiva

Minna Huhtamäki-Kuoppala, E-P:n Muistiyhdistys ry/  
Muistiluotsi

## **LÄHELLÄ -LEHTI**

Lähellä -lehden voi nyt valita painetun lehden sijasta ekologisena, selattavana nettilehtenä ilmoittamalla nimensä, osoitteensa ja sähköpostiosoitteensa Paula Väisäselle, paula.vaisanen@omaishoitajat.fi.

Tieto uudesta lehdestä lähetetään sähköpostitse ja lehteä pääsee lukemaan jo kaksi päivää ennen painetun lehden ilmestymistä. Selattavan nettilehden voi valita seuraavasta, 2.3.2017 ilmestyvästä numerosta alkaen.

## **MIESTEN VOIMAA** **-toiminnallinen ryhmä miehille**

Hei mies, tule suunnittelemaan miehille suunnattua toimintaa ja kertomaan ajatuksiasi miten voisimme tukea miehiä erilaisissa omaishoitotilanteissa.

Kevään aikana perustetaan miehille suunnattu avoin vertaistuellinen, toiminnallinen ryhmä Järviseudun alueelle. Ryhmänohjaajiksi ovat lupautuneet Teuvo Mäkelä, Jyrki Tusa, Jouko Arvola ja Tapio Linna.

**Suunnitteluilta ke 22.2 klo 18 Omaishoitajayhdistyksen toimistolla** (Patruunantie 13, Vimpeli).

Illassa mukana myös Pia Toivola /OmaisOiva ja Teija Matalamäki/FinFami E-P ry.

Suunnitteluilta ei sido sinua mihinkään!