

Omaishoitajaliiton
omaishoidon neuvontapuhelin
ma-to klo 9-15
Puh. 020 7806 599



Olemme myös facebookissa
"Omaishoitajat"

OMAISHOITAJA- TIEDOTE

Kevät 2016

Tietoa ja tukea Sinulle omaishoitaja



**Järvisseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry**

Tervehdys Omaishoitajayhdistyksestä!

On ollut hienoa palata pienen tauon jälkeen omaishoitotyön pariin Järviseudulle tuttujen omaishoitajien, yhdistystoimijoiden ja yhteistyökumppaneiden pariin. Myös uudet tulokkaat ovat aina lämpimästi tervetulleita mukaan toimintaamme.

Tähän tiedotteeseen on koottuna ajankohtaista asiaa, kevään tapahtumia ja tulevia koulutuksia. Tulossa on toki paljon muutakin, joten seuraa ilmoittelua paikallislehdissä ja -radiossa tai käy kurkkaamassa kotisivuiltamme.

Keväisin terveisin, Tiina Silvonen

Yhdistykset ja muut alueen toimijat!

Tulen mielelläni kertomaan erilaissa tilaisuuksissa Omaishoitajayhdistyksen toiminnasta ja omaishoitoon liittyvistä asioista.

Ota yhteyttä, katsotaan yhdessä sopiva ajankohta.

Tiina p. 044 2991001

Omaishoitajan vapaan aikainen sijaishoito



Omaishoitajan vapaan tai muun poissaolon aikainen sijaishoito voidaan järjestää toimeksiantosopimuksella.

Tavoitteena on tukea omaishoitajien jaksamista parantamalla heidän mahdollisuuksiaan pitää lakisääteiset vapaapäivät sekä muita vapaapäiviä ja virkistysvapaita.

Kunta voi järjestää omaishoitajan vapaan tai muun poissaolon aikaisen hoidon tekemällä tehtävään soveltuvan henkilön kanssa toimeksiantosopimuksen, jolla tämä sitoutuu huolehtimaan vakituisen omaishoitajan vapaan aikaisesta sijaishoidosta.

Omaishoitajan sijaisen avulla toteutettava hoito järjestetään yleensä hoidettavan kotona. Sijaishoitajan ei tarvitse olla hoidettavan omainen tai muu läheinen henkilö.

Lisätietoa:

Järvi-Pohjanmaan perusturva:
Palveluohjaaja Hilikka Palomäki p.040 1833433

Kuntayhtymä Kaksineuvoinen:
Asiakasohjauspäällikkö Marita Neiro
p. 050 5617731

Järvi-Pohjanmaan perusturva

Vanhuspalvelut:

Hoidon ja hoivan palvelujohtaja Marita Ylilahti

P. 044 4659551

Kotihoidon palveluvastaava Päivi Joensuu p. 044 2970243

Palveluohjaaja Hilka Palomäki p. 040 1833433 (yli 65 -
vuotiaiden omaishoidon tuki)

Kotiutushoitaja Anna-Maija Viirumäki p. 040 1678185

Muistihoitaja/Seniorineuvola Mirja Leinonen
p. 040 1864990

Vammaispalvelut:

Erityispalvelujen johtaja p. 044 2970479

Vammaistyön sosiaalityöntekijä p. 040 8656348

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

Kuntayhtymä Kaksineuvoinen

Vanhuspalvelut:

Ikäihmisten palvelujohtaja Kati Mäkelä p. 050 3800852

Asiakasohjauspäällikkö Marita Neiro p. 050 5617731
(yli 65 -vuotiaiden omaishoidon tuki ja ikäneuvola)

Vammaispalvelut:

Sosiaalityöntekijä Mika Lahti p. 050 4034065

Sosiaalityöntekijä Piia Liinamaa p. 050 3811683

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

OmaisOiva

Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
Omaishoitajayhdistyksen toimisto
Patruunantie 13, 62800 Vimpeli

www.tietoaomaishoitajille.fi

Omaistoiminnanohjaaja

Tiina Silvonen

Puh. 044 299 1001

omaishoitajayhdistys.tiina@gmail.com

**Työni on liikkuva,
varmimmin tavoitat puhelimitse.
Palvelu on maksutonta.**



HALLITUS 2016

Yhdistyksen puheenjohtaja:
Terttu Lakaniemi, Vimpeli 040 7165137

Varapuheenjohtaja:
Helena Peltonen, Alajärvi 0400 774932

Sihteeri:
Tellervo Kivioja, Vimpeli 044 5652292

Muut jäsenet:

Kaisa Tissarinen, Lappajärvi 040 5651908

Kalervo Ketola, Lappajärvi 040 5664048

Ahti Kielinen, Korttesjärvi 0500 737169

Timo Mäntyniemi, Alajärvi 0500 641130

Minna Perkkiö, Alajärvi 040 5904331

Raija Niemelä, Soini 040 4131413

Margit Karvonen, Evijärvi 0400 164017

Heli Latukka, Evijärvi 050 5854762

Varajäsenet:

Neero Tupeli, Evijärvi 040 5175226

Jouko Rytönen, Evijärvi 044 0909133



Järviseudun
Omaishoitajat ja
Läheiset ry

Olemme mukana alueen messuilla:

Hyvä On -messut

La 19.3 klo 10-17 ja su 20.3 klo 10-15
Evijärven Nuorisoseura, Pukkilantie 11



Terveysten ja hyvinvoinnin messut, tietoa mm. täydentävistä hoidoista. Kokemuksellinen ja elämyksellinen tapahtuma, esillä alan tuotteita ja palveluita.

Tervetuloa osastollemme B17 juttelemaan omaishoittoon liittyvistä asioista, hakemaan materiaalia ja osallistumaan ilmaiseen arvontaan.

sekä

JÄRVI-POHJANMAAN

ASUMISTA JA HYVINVOINTIA -messut

Soinissa la 23.4.2016 klo 10-16

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1

Omaishoitajien kuntoutuskurssit 2016

Kela järjestää omaishoitajien kuntoutuskursseja sekä yksilö-
että parikursseina. Parikursseille osallistuvat omaishoitaja ja
hoidettava läheinen yhdessä.

Lisätietoa: www.kela.fi tai p. 020 692205

Länsi-Suomi

Kurssin numero ja nimi	Alkamispäivä	Paikka
59775 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	29.03.2016	Peurunka
59776 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	16.05.2016	Peurunka
59782 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	06.06.2016	Härmä
59786 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	08.08.2016	Masku
59717 Omaishoitajien parikurssi	22.80.2016	Kankaanpää
59777 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	22.08.2016	Peurunka
59728 Omaishoitajien parikurssi	12.09.2016	Masku
59707 Omaishoitajien parikurssi	19.09.2016	Peurunka
59778 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	26.09.2016	Peurunka
59785 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	10.10.2016	Ikaalinen
59783 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	17.10.2016	Härmä
59718 Omaishoitajien parikurssi	24.10.2016	Kankaanpää
59719 Omaishoitajien parikurssi	21.11.2016	Kankaanpää
59779 Omaishoitajien kuntoutuskurssi	28.11.2016	Peurunka
59708 Omaishoitajien parikurssi	12.12.2016	Peurunka



Maksuton

VAPAAEHTOISKOULUTUS

Alajärvi, ABC/kokoustilat
Pe 19.2 klo 17-20 ja la 20.2 klo 9.30-15

Kouluttajana Anne Sironen

Lisätietoa ja ilmoittautumiset 15.2 mennessä

Tiina p. 044 2991001

Järvisseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

**Nyt Sinulla on erinomainen tilaisuus tulla tutustumaan
vapaaehtoistoimintaan, josta voit saada itsellesi mie-
lekkään harrastuksen, uusia ystäviä, auttamisen iloa ja
hyvän mielen.**

**Koulutuksessa käydään läpi mm. vapaaehtoistoiminnan
periaatteita sekä vapaaehtoisen oikeuksia ja velvolli-
suuksia. Lisäksi esitellään erilaisia mahdollisuuksia tehdä
vapaaehtoistyötä.**

Tervetuloa mukaan!

Koulutuksen järjestävät:
Seinäjoen Järjestötalon tukihenkilötoiminta ja
Järvisseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

ETSINTÄKUULUTUS

Haemme juuri Sinua, jos perheessäsi on alkava tai jo alkanut omaishoitotilanne ja asut Kuntayhtymä Kaksineuvoisen alueella.

E-P:n Muistiyhdistyksen, Järvisseudun Omaishoitajayhdistyksen sekä Kuntayhtymä Kaksineuvoisen järjestämä maksuton

OVET -omaishoitajavalmennus

keskiviikkoisin 9.3, 16.3, 23.3 ja 30.3 klo 12.00 - 15.30
Kauhavan terveyskeskus, neuvotteluhuone
Kauppatie 127 A, 62200 Kauhava

Valmennuksessa käsitellään omaishoitajuutta, tukipalveluja, hoivatyössä tarvittavia taitoja ja omaishoitajan voimavaroja.
Valmennukseen haetaan erillisellä lomakkeella
24.2.2016 mennessä

Lomakkeita ja lisätietoa:

Marita Neiro p. 050 5617731, Johanna Ekola p. 050 5362692
tai Tiina Silvonen p. 044 2991001

Etsitkö itsellesi ystävää?

Yli puolet suomalaisista on kokenut yksinäisyyttä jossain elämän vaiheessa. Sosiaaliset kontaktit eivät ole kaikille itsestäänselvyyksiä ja kuka tahansa voi jäädä yksin. Punainen Risti välittää vapaaehtoisia ystäviä toisen ihmisen läsnäoloa kaipaaville.

Vapaaehtoisen ystävän tärkein ominaisuus on kyky kuunnella ja olla läsnä. Yhteinen ajanvietto voi olla kahvittelua, ulkoilua tai jokin mielekäs harrastus. Voitte yhdessä miettiä, kuinka haluatte tavata. Ystävätoiminnan myötä syntyy siteitä yli ikä- ja kulttuurirajojen, ja yhteinen ajanvietto rikastuttaa myös vapaaehtoisen ystävän elämää.

Ota yhteyttä oman asuinpaikkakuntasi Punaisen Ristin osastoon tai alla oleviin ystävätoiminnan yhteyshenkilöihin:

Alajärvi: Toini Mertaniemi p. 044 2623944

Evijärvi: Paula Lappinen p. 040 3540877

Lappajärvi: Sisko Lehto p. 050 5526387

Lehtimäki: Ulla Jokinen p. 050 3618692

Soini: Hilikka Raitanen p. 040 7490855

Vimpeli: Terttu Lakaniemi p. 040 7165137



Punainen Risti



OMAISHOITAJALOMA

Omaishoitajille ja hoidettaville

Härmän Kylpylässä 9.-14.10.2016

Loman kesto 5vrk, omavastuuosuus on 20 e/vrk, yht. 100 €. Lomaan sisältyy täysihoito, majoitus kahden hengen huoneessa, lomapaikan allasosaston ja kuntosalin käyttö, yleinen vapaa-ajan ohjelma ja ryhmän ohjelma. Kuljetus lomalle omalla kustannuksella. Lomalla on mukana yhdistyksen edustaja.

Lomalle haetaan hakulomakkeella. Lomakkeen voi täyttää myös verkossa osoitteessa www.mtlh.fi. Täytä hakemuksen perustelut erityisen huolellisesti.

Hakuaika päättyy 9.7.2016

Lisätiedot ja hakulomakkeita: Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry: Tiina Silvonen p. 044 2991001

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

Loman järjestävät yhteistyössä
Kuusiokuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry sekä Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry



BOCCIAN PELAAMISTA JA YHDESSÄOLOA

Joka tiistai klo 13-15 Kalervon hallilla
Lappajärvellä, Luomalantie 267 B.

Vetäjänä Kalervo p. 040 5664048
Bocciaa pelataan 31.5 saakka. Kahvimaksu.



Järvi-Pohjanmaan perusturvan palveluliikenne

Joustavaa palvelua ovelta ovelle kaikille, joille tavallisen joukkoliikenteen käyttäminen on hankalaa. Palvelua voivat käyttää myös pyörätuoliasiakkaat.

Voit soittaa ja tilata kyydin sekä kysyä lisätietoja palveluliikenteen reiteistä ja aikatauluista numerosta 0400 176 301. Reitit ja aikataulut löytyvät myös perusturvan nettisivuilta osoitteesta: <http://www.jarvipohjanmaanperusturva.fi/>

Palveluliikenteen kuljettaja perii asiakkailta palvelu- / asiointiliikenteen käytöstä 2 €/suunta. Asiakkaat voivat maksaa matkansa joko pankkikortilla tai käteisellä rahalla.



ETSINTÄKUULUTUS

Haemme juuri Sinua, jos perheessäsi on alkava tai jo alkanut omaishoitotilanne ja asut Järvi-Pohjanmaan alueella.

E-P:n Muistiyhdistyksen, Järviseudun Omaishoitajayhdistyksen ja Järvi-Pohjanmaan perusturvan järjestämä maksuton

OVET -omaishoitajavalmennus

Soinissa maanantaisin 16.5, 23.5, 30.5 ja 6.6
klo 12.00-15.30

Ystäväntupa Alajärventie 5, 63800 Soini

Valmennuksessa käsitellään omaishoitajuutta, tukipalveluja, hoivatyössä tarvittavia taitoja ja omaishoitajan voimavaroja

Valmennukseen haetaan erillisellä lomakkeella
29.4.2016 mennessä

Lomakkeita ja lisätietoa:

Hilkka Palomäki /040 1833433, Tiina Silvonen /044 2991001
tai Leena Huhtala /050 5956588

Ovet-valmennus

OVET -VERKKOVALMENNUS

Verkkovalmennus järjestetään keväällä **11.4.–9.5.2016**.

Verkkovalmennus on tarkoitettu kaikille niille, jotka

- tukevat ja avustavat sairastunutta tai vammautunutta läheistään ja tarvitsevat tietoa ja lisää osaamista omaishoitoon liittyvistä asioista
- haluavat jakaa ajatuksiaan, keskustella ja verkostoitua toisten omaishoitajien kanssa
- haluavat pohtia omaa omaishoitajuuttaan osana elämän kokonaisuutta.

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 tapahtuu s-postitse Sandra Gehringille **24.3.2016** mennessä: sandra.gehring@omaishoitajat.fi tai puhelimitse 020 7806 520

OmaisOiva ryhmä

ALLASJUMPPA OMAISHOITAJILLE

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2

Lauantaisin klo 14

⇒ jumpan jälkeen voi jäädä uiskentelemaan

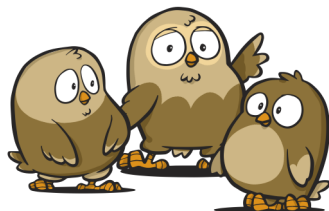
6.2, 13.2, 20.2, 27.2, 12.3, 19.3,
2.4, 9.4, 16.4, 23.4 ja 30.4

Osallistumismaksu 3€/hlö sisältää allasjumppamaksun ja sisäänkäynnin uimahalliin. Maksu otetaan vastaan sisääntuloaulassa klo 13.30 alkaen.

Allasjumpan ohjaa fysioterapeutti Sirkka Rajala.

Lisätietoa:

Tiina / 044 2991001



OmaisOiva

OMAISHOITAJIEN VIRKISTYSPÄIVÄ

Torstaina 17.3.2016 klo 13-15
Päiväkeskus Kultakämmenen Sali
Lääkärintie 3, Alajärvi

Mukaan kutsutaan Järvi-Pohjanmaan alueen omaishoitoperheitä. Hoidettaville on järjestetty tapahtuman ajaksi omaa ohjelmaa.

Ohjelma:

Tervetuloa, Hilikka Palomäki
Omaishoitajayhdistyksen kuulumisia, Tiina Silvonen
Musiikkiesitys
Luento ja keskustelua
Yhteinen kahvihetki

Ilmoittautumiset 11.3 mennessä Hilikalle p. 0401833433
Tervetuloa!

Järjestäjät: Järvi-Pohjanmaan perusturva ja Järvisseudun
Omaishoitajat ja Läheiset ry/OmaisOiva



ALAJÄRVI – SOINI**OmaisOiva**

ryhmä

Uusi paikka: Alajärven kirjasto Atk -luokka/lukupiirisali, Kirkkotie 7
Myös hoidettavat tervetulleita ryhmään.
Ohjaajat: Irma ja Helena / 0400 774932

to	03.03.2016	klo 12.00-14.00
to	07.04.2016	klo 12.00-14.00
to	12.05.2016	klo 12.00-14.00

EVIJÄRVI

Evijärven kunnanvirasto, Viskarin aukio 3
Ohjaajat: Leena ja Tiina / 044 2991001

to	25.02.2016	klo 10.00-11.30
to	07.04.2016	klo 10.00-11.30
to	12.05.2016	klo 10.00-11.30

LAPPAJÄRVI

Lappajärven virastotalo, Kärnäntie 11
Ohjaajat: Kaisa ja Tiina / 044 2991001

ke	10.02.2016	klo 13.00-14.30
ke	09.03.2016	klo 13.00-14.30
ke	06.04.2016	klo 13.00-14.30
ke	04.05.2016	klo 13.00-14.30

Muutokset mahdollisia, seuraa ilmoittelua paikallis-lehdistä. Lisätietoa Tiina / 044 2991001

OmaisOiva

ryhmä

LEHTIMÄKI

Hopeahovin kerhotila
Ohjaajat: Irmeli ja Maila / 040 7640670

ke	02.03.2016	klo 12.00-14.00
ke	06.04.2016	klo 12.00-14.00
ke	04.05.2016	klo 12.00-14.00

VIMPELI

Omaishoitajayhdistyksen toimisto, Patruunantie 13
Ohjaajat: Tellervo ja Terttu / 040 7165137

ti	09.02.2016	klo 13.00-15.00
ti	08.03.2016	klo 13.00-15.00
ti	12.04.2016	klo 13.00-15.00
ti	10.05.2016	klo 13.00-15.00

VIMPELI -ryhmä erityislasten vanhemmille

Omaishoitajayhdistyksen toimisto, Patruunantie 13
Ohjaajat: Terttu ja Tiina / 044 2991001

ke	02.03.2016	klo 18.00-20.00
ke	06.04.2016	klo 18.00-20.00
ke	04.05.2016	klo 18.00-20.00