

# Ovet-valmennuksesta®

## Tietoa ja tukea elämäntilanteeseen, jossa läheisen avuntarve on lisääntynyt

Ovet-valmennus® tarjoaa monipuolisia eväitä elämäntilanteen tueksi, jossa perheeseen tai lähipiiriin on tullut sairautta ja lisääntyntä avun tarvetta. Ovet-valmennuksessa® saa runsaasti tietoa erilaisista tukimuodoista ja palveluista sekä pääsee keskustelemaan toisten samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. Tavoitteena on myös löytää uusia voimavaroja, jotka tukevat omaa jaksamista.

Valmennukseen ovat tervetulleita kaikki omaisestaan tai läheisestään huolehtivat riippumatta diagnoosista tai siitä, onko tehnyt kunnan kanssa omaishoitotosopimusta. Mukaan voi tulla myös ennaltaehkäisevässä mielessä hakemaan tietoa! Valmennus on maksuton.



## Ovet-valmennus® Mäntsälässä Keväällä 2022

### Mäntsälän seurakuntakeskuksen tilat

*(kahvio ja alasali/seurakuntasali, Os. Urheilutie 1, 04600 Mäntsälä)*

- Ke 13.4. klo 12-15
- Ke 20.4. klo 12-15
- Ke 27.4. klo 12-15
- Ke 4.5. klo 12-15

**HUOM.** Omaishoidettaville läheisille järjestetään valmennusryhmätapaamisten ajaksi mahdollisuus ryhmämuotoiseen toimintaan Keusoten omaishoidon sijaisavun lähihoitajan toimesta viereisessä tilassa.

**Ilmoittautumiset, erityisruokavaliotoiveet sekä hoidettavan läheisen osallistumiseen liittyvät tiedot toivotaan torstaihin 7.4. mennessä:**

**heidi.puumalainen@omaisoiva.net, p. 050 3066 812**

*(Ryhmiiin mahtuu mukaan rajallinen määrä osallistujia ilmoittautumisjärjestyksessä)*