

Onnin Uutiset



Salon
omaishoitajat ry



Puheenjohtajan tervehdys

Ihana valoisuus on koittanut lumentulon myötä. Talven ulkoilumahdollisuudet houkuttelevat erityisesti lapsiperheitä hiihtämään, laskemaan mäkeä ja luistelemaan. Kyllä meikäläinenkin nauttii ulkoilusta enemmän nyt kuin hämärään aikaan. Ulos lähtiessä kannattaa kuitenkin valita jalkineet huolellisesti liukkauden varalle.

Viikon vaihteessa minulla oli mahdollisuus käydä katsomassa nuorison sählypelejä, jossa pelaajat yrittivät parastaan ja vanhemmat tietenkin kannustivat heitä. Satu in istumaan vierasjoukkueen penkille henkilön viereen, joka tosissaan kannusti ja ohjeisti kovaäänisesti joukkueensa pelaajia. Seuraavalla kerralla varustaudun korvatulpilla.

Yhdistyksemme 23. vuosi tarjoaa omaishoitajille ja ikäihmisille monipuolista toimintaa ja virkistystä tänäkin vuonna: mm. hyvinvointipäiviä, retkiä ja teatteria. Uutena toimintana alkaa helmikuussa kahvilatoiminta maanantaisin, josta kerrotaan enemmän jäljempänä. Tervetuloa mukaan toimintaan, joka on tarkoitettu Teille.

Hyvää alkanutta vuotta 2017 Tommy Tabermannin sanoin:

*"Kaikkea saa tehdä
kaikkea pitää tehdä
kaikkia ovia täytyy tempoa,
kaikkia kuita kurkotella.
On vain yksi ehto,
elinehto:
Värisevää sielua
ei saa tallata."*

*Terveisin
Puheenjohtaja Seija Hyvärinen*



Tulevia tapahtumia

Lisätietoa tapahtumista seuraavilla sivuilla

6.2. klo 10-14 alkaen Oiva-kahvila Omaishoitokeskuksessa

14.2. Oiva- infot eri puolilla Saloa

9.3. klo 13-15:30 Hyvinvointipäivä ikäihmisille Perniössä

13.3. klo 17 Yhdistyksen kevätkokous OH-keskuksella

15.3. -5.4. klo 13-16:30 Ovet-valmennus Perniössä

16.3. klo 13:30-16 Hyvinvointipäivä ikäihmisille Kiskossa

20.3. klo 19 Toc Toc- komedia neurooseista, Logomo –
teatteri, Turku

23.3. klo 13-15:30 Hyvinvointipäivä ikäihmisille Kuusjoella

30.3. klo 13-15:30 Hyvinvointipäivä ikäihmisille Halikossa

1.4. Retki Puutarhamessuille Turkuun

26.4. klo 12.30 Opastettu tutustumiskäynti Kunnonkotiin

Tulossa myös (lisätietoa seuraavassa Onnissa)

20.5. Pop-up ravintolapäivä

12.6. Kesäjuhla Muurlan Leirirannassa

29.6. Kahvinryystämisen SM-kilpailut Salon torilla

12.7. Teatteri "Tukkijoella" Matildan kesäteatterissa



Hallitus esittäytyy



Hallituksen jäsenet ylhäältä vas. Risto Lehti, Katariina Tuovinen, Sirpa Tikkala, Kari Ihalainen, Riitta Valtamo. Alhaalta vas. Airi Nikkanen, Seija Hyvärinen, Pirjo Virtanen

Sirpa Tikkala

"Hei, olen Sirpa Tikkala, miksi olen mukana johtuu siitä, että olen omaishoitaja 23-vuotiaalle pojalleni Tonille, joka on vaikeasti cp liikuntavammainen. Nyt hän asuu Turussa omassa asunnossa, jossa hän saa avun ympäri vuorokauden. Salon omaishoitajat ry:ssä toimin rahastonhoitajana."

Seija Hyvärinen

"Omaishoitajuus on minulle tärkeä asia monestakin syystä. Sen eteen haluan tehdä vapaaehtoistyötä. Lähes 40 vuoden työskentely hallinnollisissa tehtävissä Salon terveyskeskuksessa on mahdollistanut monipuolisen verkoston syntymisen kunnan toimijoiden ja muiden omaishoitotyötä lähellä olevien yhdistysten kanssa. Yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa saamme enemmän aikaa kuin yksin puurtamalla. Yhdistyksen puheenjohtajuuden lisäksi olen omaishoitajaliiton hallituksen jäsen ja mukana muutamassa kehittämissyöryhmässä."

Pirjo Virtanen

"Olen työskennellyt työurani 40 vuotta Salon kaupungin kotihoidossa. Työkuvani sisälsi asiakkaat vauvasta vaariin. Työhöni kuuluivat myös omaishoitajat ja heidän asiansa. Eläkkeelle jäädessäni liityin Salon Omaishoitajiin ja tulin heti valituksi hallitukseen. Autan mielelläni Teitä omaishoitajia omaishoitoon liittyvissä asioissa. Ottakaa rohkeasti yhteyttä."

Riitta Valtamo

"Olen Riitta Valtamo ja olen toiminut aikoinani vanhempieni etäomaishoitajana heidän loppuvuosinaan. Lisäksi kohtasin työssäni terveyskeskussairaalassa monia omaishoitajia ja heidän hoidettaviaan ja heidän arkensa tuli minulle hyvin tutuksi. Näiden kokemusteni pohjalta omaishoito on lähellä sydäntäni ja olen ollut yhdistyksemme toiminnassa mukana jo vuosia."

Katariina Tuovinen

"Olen Katariina Tuovinen, Kuusjoen alueen lähettiläs ja pyrin auttamaan omaishoitajia heidän arjessaan samalla kuulostellen missä vielä tarvittaisiin apua hoitotilanteisiin. Sisareni kanssa vuorotellen hoidimme dementoitunutta äitiämme vielä joitakin vuosia sitten."

Airi Nikkanen

"Jouduin mukaan mentyäni vertaistukiryhmän saadakseni tietoa ja henkistä tukea vuona - 98. Hoidin äitiäni kymmenen vuotta. Yhdistyksessä olen toiminut jokapaikanhöylänä, tosin nykyään jo rajoittuneemmin."

Risto Lehti

"Heippa, olen paljasjalkainen salolainen ja toimin vaimoni omaishoitajana seitsemättä vuotta. Omalta kohdaltani toivon voivani antaa miespuolisen näkemyksen tässä asiassa."

Kari Ihalainen

"Olen Kari Ihalainen, MS-tautia sairastavan vaimoni omaishoitaja. Olen mukana (osittain) siksi, että jatkuvasti muuttuvassa yhteiskunnassa saan tarvitsemaani tietoa ja apua yhdistyksemme kautta. Olen mukana myös siksi, koska "kaveria ei jätetä", vaikka tiedän polttavani kynttilääni molemmista päistä. Lisäksi tekemäni "arvokas työ tuottaa" yhteiseen kassaamme, joten "olen mukana myös siksi."

Vertaistukiryhmät

Ryhmät ovat avoimia kohtaamispaikkoja kaikille, jotka huolehtivat läheisestään ja haluavat vaihtaa ajatuksia samassa tilanteessa olevien kanssa.

SALO: Omaishoitokeskus, Torikatu 12 klo 15-16.30
to 9.2. Omaishoitajien kansalaisraati, Tarja Agiander
to 9.3. Mukana kotihoidon fysioterapeutti Sanna Kåla
to 6.4. Vinkkejä voimaantumiseen, mukana Helena Ahonen
Ryhmänohjaajat: Airi Maaheimo ja
Leena Lastunen 040 767 2648

PERNIÖ: Ikäkeskus Reimari, Heikkiläntie 10 klo 13-15
to 16.2. Omaishoitajien kansalaisraati, Tarja Agiander
to 16.3. Muistiasiaa (varmistuu myöhemmin)
to 6.4. Yhteistä keskustelua
Ryhmänohjaaja: Mervi Aho 040 577 3602

KUUSJOKI: Seurakuntatalo, Ylikulmantie 235 klo 13-14.30
ma 27.3. Mukana kotihoidon fysioterapeutti Anni Mattila
ma 15.5. Yhteistä keskustelua
Ryhmänohjaaja: Pirjo Harstinen 050 3811 717

HALIKKO: Halikon kanttorila, Hornintie 9 klo 13-14.30
to 9.2. Muistiasiaa, mukana muistiohjaaja
to 9.3. Mukana kotihoidon fysioterapeutti Sanna Kåla
to 13.4. Omaishoitajien kansalaisraati, Tarja Agiander
Ryhmänohjaaja: Kaija Ruponen 040 8268 150



Sinulle, jonka puoliso/elämänkumppani on kuollut ja kamppaillet selviytyäksesi surusta. Lähde mukaan leskien vertaistukiryhmään, jonka tavoitteena on tarjota tukea, kokemusten vaihtoa ja arkipäivän selviytymiskeinoja.

Kevään kokoontumiset omaishoitokeskuksella klo 16.30-18

ti 14.2. mukana Liisa Salmenperä

ti 14.3.

ti 11.4. mukana Kaija Virtanen

ti 9.5.

Ryhmänohjaajina: Leena Lastunen, Lea Ruohonen,
Ulla Sandell ja Airi Nikkanen 0400 639 754

LEIJONAEMOT

Vertaistukea erityislasten vanhemmille.

Torstait 16.2., 16.3., 5.4. ja 11.5.2017

Klo 18-20

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

Ryhmänohjaaja:

Satu Kuru 040 588 5490



Oiva-kahvila joka maanantai omaishoitokeskuksessa klo 10-14

Kahvila on avoin kohtaamispaikka kaikille omaishoitoasioista kiinnostuneille. Tule yksin tai yhdessä läheisesi kanssa.

Kahvila avoinna maanantaisin 6.2. – 29.5.2017

(ei 17.4. ja 1.5.).

Tervetuloa keskustelemaan tai saamaan ohjausta omaishoitotilanteessasi.

Kahvilan teemalliset päivät keväällä 2017:

- 6.2.** Muistiohjaaja Sari Nyrhinen paikalla klo 10-12 keskustelemassa muistiin liittyvistä asioista sekä teettämässä erilaisia muistitehtäviä.
- 6.3.** Esittelyssä pienapuvälineet, tule tutustumaan ja kokeilemaan
- 3.4.** Terveysmittauksia ja hyvinvointipisteitä
- 8.5.** Suomi 100-v., muistellaan menneitä ja lauletaan vanhoja koululauluja



Hyvinvointipäivät ikäihmisille

9.3. klo 13 – 15:30 Perniön Reimari

16.3. klo 13:30 – 16 Toijan Helena, Kisko

23.3. klo 13 – 15:30 Kuusjoen srk-talo

30.3. klo 13 – 15:30 Halikon Majakka

Päivien ohjelmassa mm.

- Ajankohtaista yhteiskunnan palveluissa,
Palveluohjaaja Anne Vainio
- Pieniä tekoja sydämen hyväksi, Ulla Sagulin-Lehtinen
(Perniö, Kisko ja Kuusjoki)
- Vapaudu tavarataakasta,
Ammattijärjestäjä Jenni Kukkolan vinkit (Halikko)
- Hyvinvointipisteitä lähihoitajaopiskelijoiden johdolla
- Kahvitarjoilu ja arvonta

Tervetuloa mukaan, tuo ystäväsiikin!

Yhteistyössä: Salon kaupunki, Salon seurakunta, SSKKY
Salon omaishoitajat ry

OmaisOiva

Ovet-valmennus



**Salossa yli 10 000 henkilöä auttaa läheistään.
Oletko Sinä yksi heistä?**

Ovet-valmennuksessa saat tietoa, taitoja ja vertaistukea kun läheisesi avun tarve on lisääntynyt.

**Kevään 2017 valmennus
Perniön kunnantalolla,
Lupajantie 1**

- ❖ ke 15.3. klo 13 – 16.30
- ❖ ke 22.3. klo 13 – 16.30
- ❖ ke 29.3. klo 13 – 15.30
- ❖ ke 5.4. klo 13 – 15.30

Valmennus on maksuton.

**Valmennuksen ohjaajina toimivat
Tarja Agiander ja Mari Ilvonen**

Ilmoittautumiset 7.3. mennessä:
Mari Ilvonen 044 7348 116
mari.ilvonen@hotmail.fi

OVET - valmennuksen sisältö:

Ovet omaishoitajuuteen

Avataan ovi valmennukseen
Omaishoito osana elämää

Ovet palveluihin ja avustamiseen

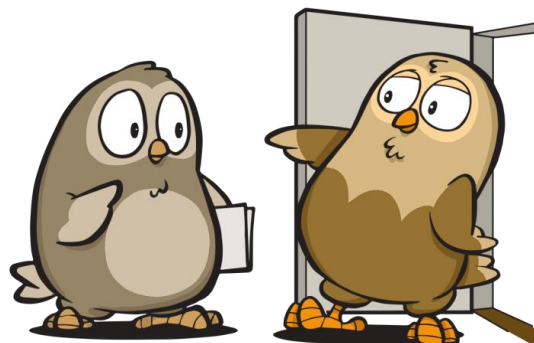
Yhteiskunnan palvelut
Avustamisen perusteita

Omat oveni

Muutos osana elämää
Hoivatyön perusteita

Ovet huomiseen

Huomista kohti
Voimaa vertaistuesta, iloa
osallistumisesta



Ovet-valmennusta verkossa

Ovet-valmennukseen voi osallistua myös verkossa:

3.4. – 3.5. valmennus kaikille läheistään auttaville

11.9. – 9.10. valmennus erityislasta tai –nuorta hoitavalle

Valmennukseen osallistumista varten tarvitaan tietokone, internet-yhteys ja selain sekä sähköpostiosoite. Valmennus toteutetaan OPTIMA- verkkotoiminta-ympäristössä. Valmennus on maksuton.



Ilmoittautuminen huhtikuun kurssille 20.3.2017 mennessä sekä tiedustelut
Kaisa Parviainen [kaisa.parviainen\(at\)omaishoitajat.fi](mailto:kaisa.parviainen(at)omaishoitajat.fi) puh 020 7806 512

*Ajat muuttuvat,
mutta rakkaus
kestää*



Etsimme omaishoitopariskuntia mukaan
valokuvausprojektiin.

Kuvaamme teistä uuden hääkuvan haluamallanne tavalla.
Saatte kuvat itsellenne omaan käyttöönne maksutta.

Järjestämme kuvista näyttelyn kuluvan vuoden aikana.
Näyttelyyn tarvitsemme myös vanhan vihkikuvanne.

Ota yhteyttä Tarjaan 044 7348 115
helmikuun loppuun mennessä.

Otamme projektiin mukaan 6 pariskuntaa.



Eloisaa arkea -projektin toimet keväällä 2017

Kuusjoki: Torstain toivot keskusteluryhmä Kuusjoen ala-asteella 12.1.-18.5 klo 9:30-11:00. Ryhmän jälkeen mahdollisuus ruokailla koulussa. Tasapaino- ja aivojumpparyhmä keskiviikkoisin 25.1., 1.3., 29.3., 26.4., 31.5. klo 10-11:30 Kurkelan vanhalla koululla. Ukko-kerho kerran kuukaudessa, seuraava kokoontuminen 20.2. klo 14, Saarelantie 130, Raatala. Lisätietoja Hannulta 050 461 7159



Kiikala: Tasapainopiiri ja aivojumppaa parillisten viikkojen maanantaina 9.1.-29.5. klo 10-11:30 seurakuntatalolla. Tiistain turinat keskusteluryhmä 10.1., 7.2., 7.3., 4.4. ja 2.5. klo 13-14:30. Ryhmä kokoontuu OP:n kerhohuoneella.

Suomusjärvi: Tasapainopiiri ja aivojumppaa parittomien viikkojen perjantaina 20.1.-26.5. klo 10-11:30 Kitulan seurakuntakeskuksella.

Kiikala-Suomusjärvi: Senioritanssi Komisuon koululla parillisten viikkojen perjantaina 13.1.-19.5. klo 14-15.30.

Kisko: Toiminnalliset maanantai-iltapäivät Kiskolassa parittomilla viikoilla 16.1.-22.5. klo 13-14:30. Senioritanssi Toijan Helenassa parillisten viikkojen torstaina 12.1.-19.5. klo 14-15.30.

Pertteli: Muistiyhdistyksen kanssa yhteistyössä Keskiviikon kohinat -ryhmä. Ryhmä kokoontuu Inkereen nuorisotilalla 25.1., 22.2., 22.3., 19.4. ja 24.5. klo 13-14:30.

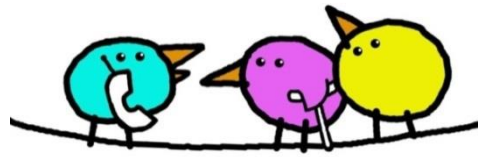
Tervetuloa mukaan kevään ryhmiin kaikki uudet ja vanhat ryhmäläiset!



Lisätietoja Heimo Heikkonen 044 7270 771
Hannu Virtanen 050 4617 159

Lähettiläsnumerot

Paikallista tukea lähelläsi



Salon:	Marjaana Eskola	044 7448 410
Kiikala:	Aune Linnakoski	044 7448 404
Suomusjärvi:	Seija Määttänen	044 7448 408
	Anu Jakala	
Kuusjoki:	Katariina Tuovinen	044 7448 406
Kisko:	Taina Koski	044 7448 412
Perniö:	Mervi Aho	044 7448 407
	Tuula Lindholm	044 7448 400
Muurla:		044 7448 403
Halikko:	Arja Helin	044 7448 405
Pertteli:	Arja Saarelma	044 7448 401
Särkisalo:	Irja Westberg	044 7448 409
Lapsiperhe:	Taina Koski	044 7448 412

Ystävänäpäivänä 14.2. voi tavata

Lähettiläitämme

Kiikalan seurakuntatalolla,

Kuusjoen apteekissa,

Halikon Prismassa ja

Salon K-citymarketissa

Yhdistyksen kevätkokous

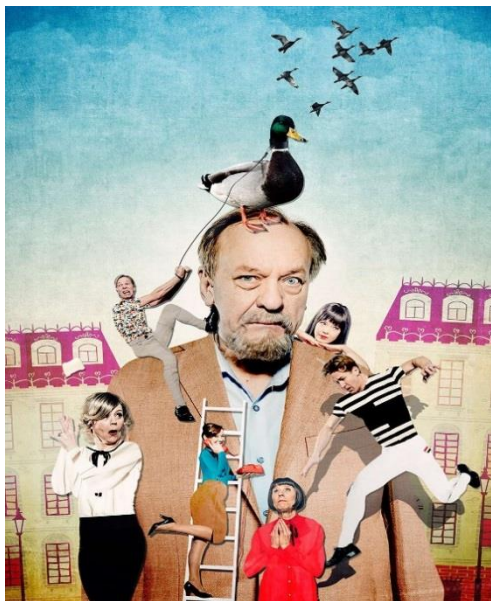
aika: 13.3. klo 17.00
paikka: Omaishoitokeskus
Torikatu 12

Kasvien keväthuollosta tulee kertomaan
puutarhuri Tanja Turunen,
Puutarhapalvelu Vihreä Pihapiiri



TOC TOC – komedia neurooseista

**Teatteri-ilta omaishoitajille ja heidän
hoidettavilleen Turussa 20.3.**



Kun maineikkaan lääkärin (Esko Roine) lento myöhästyy, alkaa odotushuoneessa potilaiden kesken terapia-istunto. Sanansäilä kipinöi ja pelinappulat lentelevät, kun potilaat yrittävät auttaa toisiaan ja itseään parantumaan pakkomielteistään.

aika: 20.3. klo 19
paikka: Teatteri Logomo Turku
lähtö: torilta klo 17.45
hintaa: 35 € sis. matkan ja lipun

Sitovat ilmoittautumiset 19.2. mennessä
Airille 0400 639754

Puutarhamessut Turussa 1.4.



Lisätietoa retken aikataulusta ja hinnasta saat
Airilta 0400 639 754.

Teemme retken yhdessä Perttelin Marttojen kanssa.

Suunnitteilla myös retki Presidentin linnaan Helsinkiin
myöhemmin keväällä.

Retki Kunnonkotiin Turkuun 26.4.

Lähde tutustumaan esteettömän asumisen ratkaisuihin
sekä apuvälineisiin.

Lähtö: klo 12.30 torilta

Paluu: n. klo 16.30

Ohjelma: Ohjattu tutustuminen Kunnonkotiin sekä
sämpyläkahvit Turun ammattikorkeakoulussa.

Hinta: 10 €

Ilmoittautumiset 12.4. mennessä Marille 044 7348 116

Retkelle mahtuu 20 osallistujaa.

Päivätoimintaa omaishoitokeskuksessa, kysy
hoitomahdollisuutta läheisellesi retken ajaksi
Hannulta 050 4617 159.

Ajankohtaisia asioita

Muutoksia kaupungin vammaispalveluissa



Vuoden alusta kaupungin vammaispalveluissa on tapahtunut henkilömuutoksia. Omaishoidon tuesta alle 65- vuotiaiden osalta vastaa koko Salon alueella Päivi Lehtola (kuvassa).

Päivin tavoitat:

puh. 02-778 3110 , ma-pe klo 11-12.

Vammaispalvelulain mukaiset palvelut jaetaan edelleen 110-tien mukaisesti niin, että pohjoisesta puolesta vastaa Pirkko Kähkönen (02-778 3390) ja eteläisestä Tuulikki Tocklin (02-778 3112), puhelinaika ma-pe klo 11-12.

Omaishoitaja: tarkista vuoden 2017 verokorttisi tiedot



Verohallinto tiedottaa, että pienessä osassa kuluvaan vuoden verokortteja on virhe. Osalla asiakkaita, muun muassa joillakin omaishoitajien verokortin käyttäjillä, tulotiedot ovat jääneet ottamatta mukaan laskentaan ja tästä seurauksena on väärä veroprosentti.

Verohallinto pyytää perhe- tai omaishoitajan palkkiota saavia tarkistamaan verokorttinsa ja ennakoverojensa laskentaperusteet huolellisesti. Jos huomaat tiedoissa puutteita, hae muutosverokortti ja toimita se maksajalle.

Verokorttiin ja ennakoveroihin on kätevintä tehdä muutokset Verokortti verkossa -palvelussa. Muutos onnistuu myös puhelimitse numerossa 029 497 000. Palvelunumero on alkuvuodesta kuitenkin ruuhkainen. Muutosverokortin saa myös verotoimistosta.

Verohallinto pahoittelee asiasta aiheutuvaa vaivaa.

Omaishoidontuelle tarvitset erillisen verokortin

Jos saat omaishoidon tukea, tarvitset sitä varten erillisen verokortin. Verokorttia varten tarvitaan tieto siitä, mistä alkaen omaishoidon tukea aletaan maksaa ja paljonko tuki on kuukaudessa. Toimita verokortti tuen maksajalle.

Omaishoitajien kuntoutuskurssit uudistuvat 2017

Omaishoitajien kuntoutuskurssien rakenteeseen ja kohderyhmiin on tullut vuoden 2017 alusta.

Omaishoitajien yksilökurssit ovat pituudeltaan 5+5 vuorokautta ja ne järjestetään 6-8 kk:n aikana.

Omaishoitajien ja hoidettavien parikurssit kestävät yhteensä 15 vuorokautta ja ne järjestetään kolmessa jaksossa 10 kk:n aikana.

Yksilö- ja parikurssien ohjelma määräytyy osallistujien tarpeiden ja tavoitteiden mukaan. Kuntoutujille, ja parikursseilla myös hoidettaville, laaditaan kirjallinen kurssiohjelma. Suurin osa toiminnasta on ryhmämuotoista.



Vuoden 2017 kuntoutuspaikat ovat:

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

KOY Laitilan Terveyskoti

Kuntoutuskoti DiaVire

Kuntoutuskeskus Ruissalo

Kuntoutuskeskus Petrea



Jos haluat lisätietoa kuntoutuskursseista ja niille hakeutumisesta, voit tulla Oiva-kahvilaan maanantaisin keskustelemaan työntekijöiden kanssa.



VR on ottanut käyttöön 1.1.2017 alkaen maksuttoman palvelunumeron vammaisasiakkaille.

Numerosta saa hoidettua kaikki matkaan liittyvät palvelut, junalipun ostamisesta asemien avustamispalvelun tilaamiseen.

Uusi palvelunumero on 08001-6888 ja palvelu on avoinna päivittäin klo 7-22.

Kansalaisraaditoiminta alkoi Kuusjoelta

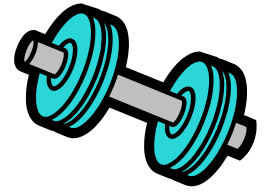
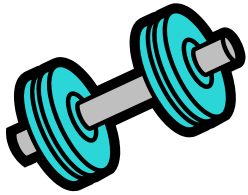
Kuusjokelaiset aloittivat pilottina asukkaiden vaikuttamistoiminnan, nimeltään kansalaisareena. Löysimme kymmenen hengen innokkaan ryhmän miettimään oman asuinyhteisönsä kehittämistä ja omien mielipiteidensä jakamista yhdessä muiden osallistujien kesken.

Raadille annettiin joka kerta mietittäväksi jokin esimerkkitapaus elävästä elämästä. Aiheita olivat yksinäisyys, vähävaraisuus, leskeksi jääminen ja mahdollisen uuden rakkauden löytäminen, mutta myös omaishoitajuus ja mielenterveys. Keskustelua alustavat kuvitteelliset tarinat olivat kuitenkin sellaisia, jotka oikeasti voisivat tapahtua kenelle tahansa meistä. Jokaisen tilanteen ja tapauksen kohdalla huomasimme erään tärkeän asian: meillä kanssaeläjillä, naapureilla, ystävillä ja tuttavilla on aina mahdollisuus vaikuttaa ja olla tukena elämän eri haasteissa. Meistä löytyy todella valtavasti voimavaroja, tietoja ja taitoja kohdata ja olla tukena toiselle ihmiselle, tavallisessa arjessa. Lisäksi opimme mistä voisimme lähteä hakemaan lisätietoa ja -tukea, ja miten toimia aktiivisena osana yhteisöä.

Yhteenvetona tapaamisista saimme joukon terveisiä kunnanpäättäjille, seurakunnalle ja eri järjestöille. Kunnalta toivottiin mm. selkokielistä esitettä kaupungin palveluista sekä kiertävää sosiaalihoitajaa, jolla olisi säännöllinen tapaamisaika sitä tarvitseville. Järjestöille myös lähetettiin terveisiä, että päällekkäisiä tapahtumia tulisi karsia sekä vielä toivottiin paikallisia kursseja mm. tietokoneen ja älypuhelimien käytöstä sekä kursseja kodin siivouksesta, ruuanlaitosta yms. yksinäisille miehille.

Kansalaisraadın toimintaa laajennetaan erityisesti omaishoitajille tarkoitettuna foorumina. Tulevista raadeista ja niiden tuloksista tulemme kertomaan tämän vuoden Onnin uutisissa.





**Maksuton
kuntosalivuoro
OMAISHOITAJILLE
Salohallilla
keskiviikkoisin klo 11-12**

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

**Omaishoitokeskuksen päivätoiminta on auki
keskiviikkoisin klo 8-16.**

Hoitopäivän hinta itsemaksaville on 30€

(sis. aamupalan, lounaan ja iltapäiväkahvit).

Yksittäinen tuntihinta 6€ ja erikseen ostettu lounas 4€.

**Yhdistyksen jäsenenä saat yhden tutustumispäivän
ilmaiseksi!**

Tervetuloa tutustumaan Omaishoitokeskukseen!

Lisätietoja Hannu Virtanen 050 461 7159

Salon omaishoitajat ry:n yhteystiedot

Hallitus:

Seija Hyvärinen	044 031 5957	seija-hyvarinen@hotmail.com
Pirjo Virtanen	050 354 5392	pirjoa.virtanen@salo.fi
Riitta Valtamo	040 827 0484	riitta.valtamo@gmail.com
Risto Lehti	0500 533 098	risto.lehti@salo.salonseutu.fi
Airi Nikkanen	0400 639 754	airi.nikkanen@gmail.com
Sirpa Tikkala	040 517 0849	tikkalasirpa@gmail.com
Katariina Tuovinen	050 566 4284	katariina490@gmail.com
Kari Ihalainen	044 012 1400	kari.ihalainen48@gmail.com

Omaishoitokeskus 050 339 4254

Työntekijät:

Tarja Agiander	044 734 8115	tarja.agiander@hotmail.fi
Mari Ilvonen	044 734 8116	mari.ilvonen@hotmail.fi
Heimo Heikkonen	044 727 0771	heikkonenheimo@gmail.com
Hannu Virtanen	050 339 4254	hannu.virtanen59@gmail.com

info@salonomaishoitajat.fi

www.salonomaishoitajat.fi

www.facebook.com/Salonomaishoitajatry

Seuraava Onnin uutiset ilmestyy viikolla 17