

# Onnin uutiset



Salon  
omaishoitajat ry



# Salon omaishoitajat ry:n yhteystiedot

## Hallitus

|                  |               |                                |
|------------------|---------------|--------------------------------|
| Mira Aaltonen    | 0500 806 685  | mira.aaltonen@smail.fi         |
| Liisa Hammarberg | 045 7874 2950 | lhammarberg3@gmail.com         |
| Riitta Valtamo   | 040 827 0484  | riitta.valtamo@gmail.com       |
| Seija Hyvärinen  | 044 031 5957  | seija-hyvarinen@hotmail.com    |
| Pirjo Virtanen   | 050 354 5392  | pirjo.virtanen47@gmail.com     |
| Risto Lehti      | 0500 533 098  | risto.lehti@salo.salonseutu.fi |
| Sirpa Tikkala    | 040 517 0849  | tikkalasirpa@gmail.com         |
| Leena Kanerva    | 050 520 1958  | leena@kanerva.fi               |
| Taina Koski      | 0440 151 163  | tainahkoski@gmail.com          |
| Pirkko Turunen   | 040 589 8208  | pirkko.turunen@hotmail.com     |
| Mari Karonen     |               | marik2@hotmail.com             |

## Työntekijät

|                  |              |                                        |
|------------------|--------------|----------------------------------------|
| Mari Ilvonen     | 044 734 8116 | mari.ilvonen@salonomaishoitajat.fi     |
| Milka Leppiniemi | 044 734 8115 | milka.leppiniemi@salonomaishoitajat.fi |

info@salonomaishoitajat.fi

www.salonomaishoitajat.fi

www.facebook.com/Salonomaishoitajatry

## Onnin Uutiset 4/2021 sisältö

|                                  |    |                                    |    |
|----------------------------------|----|------------------------------------|----|
| Omaishoitajaviikko .....         | 3  | EtäOiva .....                      | 14 |
| Vertaistukea.....                | 4  | Jalat kuntoon!.....                | 16 |
| Omaishoitajaviikon               |    | Naisten hemmottelupäivä .....      | 18 |
| teematilaisuus .....             | 7  | Erityislapsiperheet.....           | 19 |
| Voimavarat käyttöön! .....       | 8  | Erityisperheiden joululaulut ..... | 21 |
| Voimavarat käyttöön -ryhmä ..... | 10 | Jäsenille .....                    | 22 |
| Apua .....                       | 11 | Joulujuhla .....                   | 23 |
| Oiva-kahvilat.....               | 12 | Liity jäseneksi .....              | 24 |

# OMAISHOITAJIEN VIIKKO

21.11. - 28.11.2021

## OMAISHOITAJIEN KIRKKOPYHÄ

SUNNUNTAINA 21.11. KLO 13-15 PERTTELIN SRK TALOLLA

ILMOITTAUDU MILKALLE 15.11. MENNESSÄ

## OMAISHOITOVIIKON KAKKUKAHVIT

MAANANTAINA OIVAKAHVILASSA KLO 10-14

## OMAISHOITAJANA TÄNÄÄN JA HUOMENNA

TIISTAINA TEEMATILAISUUS VPK:N TALOLLA KLO 13-15

ASiantuntijoina

PSYKOTERAPEUTTI ELISA LEHTONEN JA

OMAISENA EDELLEEN RY TUIJA KOTIRANTA

## NAISTEN HEMMOTTELUPÄIVÄ

TORSTAINA OMAISHOITOKESKUKSELLA KLO 14-18

Lisätietoa OmaisOiva työntekijöiltä

Milka 044 7348 115 tai Mari 044 7348 116

# Vertaistukea

**OmaisOiva**

**ryhmä**

*Vertaisryhmät ovat avoimia kohtaamispaikkoja kaikille, jotka huolehtivat läheisestään ja haluavat vaihtaa ajatuksia samassa tilanteessa olevien kanssa. Ryhmiä ohjaavat koulutetut vertaisohjaajat.*

## Omaishoitajien keskusteluryhmät

**SALO, Omaishoitokeskus, Torikatu 12**

Torstait 4.11. ja 2.12. klo 14 – 15:30.

Ryhmänohjaaja Leena Lastunen

**HALIKKO, Srk-talon alakerta, Vaskiontie 31 (käynti sisäpihalta)**

Tiistait 9.11. ja 7.12. klo 13 – 14:30.

Ryhmänohjaaja Merja Lähdemäa

**PERNIÖ, Srk-talon takkahuone, Lupajantie 9**

Torstait 21.10. ja 18.11. (mukana diakoni Anne Kössi) klo 13 – 14:30

Ryhmänohjaaja Päivi Laine

**PERTTELI, Srk-talon viraston kokoushuone, Mikolantie 5**

Torstai 18.11. klo 13-14:30.

Ryhmänohjaaja diakoni Sari Rämö

**KUUSJOKI, Seurakuntatalo, Ylikulmantie 236**

Maanantaina 22.11. klo 13 – 14:30 (mukana Monika Nurmi, Avustajakeskus)

Ryhmänohjaaja Katariina Tuovinen

**Ryhmiin voit osallistua vaikket olisi yhdistyksen jäsen  
etkä saisi omaishoidon tukea!**

# Vertaistukea

## Miesomaishoitajien keskusteluryhmä

**Salo, Omaishoitokeskus, Torikatu 12**

Vertaistuellinen ryhmä miehille, jotka huolehtivat läheisestään.

Tiistai 19.10 ja 23.11. klo 17:30 – 19.

Ryhmään voit osallistua myös etäyhteydellä.

Ryhmänohjaaja Sami Letti.

## Miesomaishoitajien kotitalouskerho

**Paunalan srk-talo, Sillanpääntkatu 5**

Kotitalouskerhossa valmistetaan hyvässä seurassa ja ammattilaisen ohjauksessa helppoja ja maukkaita arkiruokia.

Keskiviikko 3.11. klo 17 – 19.

Ilm. kerhoa edeltävänä maanantaina

Taina Koskelle puh. 044 774 5263.

Kerhon ajaksi puolisoille omaa ohjelmaa, ilmoita puolison mukaantulosta Tainalle.



## Katse huomiseen -ryhmä

**Omaishoitokeskus, Torikatu 12**

Katse huomiseen -ryhmä Sinulle, jonka läheinen on siirtynyt kodin ulkopuoliseen hoivaan.

Torstai 11.11. klo 10 – 11:30

Ryhmänohjaajana Raija Granlund

**Vertaisryhmät aloittavat toimintansa jälleen helmikuussa 2022!**

# Vertaistukea

## Leskenlehdet

### Omaishoitokeskus, Torikatu 12

Leskien vertaisryhmä, joka tarjoaa tukea, kokemusten vaihtoa ja arkipäivän selviytymiskeinoja.

Tiistait 9.11.(mukana diakoni Maija-Liisa Ristola-Niskala) ja

14.12.(mukana Liisa Salmenperä) klo 16:30 – 18

Lisätietoja diakoni Kaija Virtanen 044 774 5364 tai

OmaisOiva työntekijä Milka Leppiniemi 044 7348 115.

### Leskenlehdet -ryhmä tarvitsee uusia vertaisohjaajia!

Tammikuussa 2022 alkaa vertaisohjaajakoulutus, lähde rohkeasti mukaan.

Lisätietoja työntekijöiltä, p.044 7348 115, 044 7348 116.

## Kuntosalit Salohallilla

Omaishoitajien maksuton kuntosali yhdistyksen jäsenille keskiviikkoisin klo 11:30 – 12:30, paikalla vertaisohjaaja.  
**Syyskausi 1.9.-15.12.**

Sunnuntain omatoiminen kuntosali klo 15-16 kaikille työikäisille  
10 €/kausi, jäsenille ilmainen.  
**Syyskausi 5.9.-19.12.** (ei vko 42)



Tunnista  
tilanteesi



Löydä apu ja  
palvelut

Valtakunnallisen Omaishoitajaviikon teematilaisuus:  
**Omaishoitajana tänään ja huomenna**

**Ti 23.11. klo 12.30 – 15**

Salon Vpk:n talolla, Asemakatu 3

Kahvitarjoilu klo 12.30 -13

**Ohjelma:**

- Kaupungin vanhuspalveluiden terveiset  
Salla Lindegren, vanhuspalveluiden johtaja
- Hyvä mieli auttaa jaksamaan!  
Psykoterapeutti Elisa Lehtonen
- Omaishoitaja muutosten äärellä  
Tuija Kotiranta, Omaisena edelleen ry

**Tilaisuus on kaikille avoin.  
Olet lämpimästi tervetullut!**



Omaisena  
edelleen ry

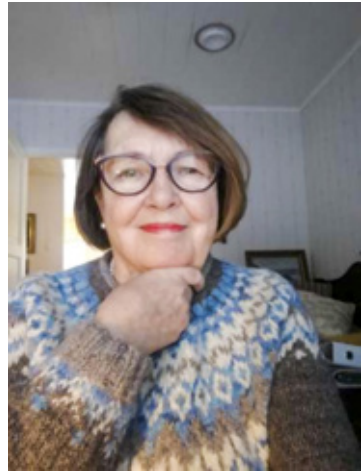


Salon  
omaishoitajat ry



## Voimavarat käyttöön!

Yhteistyökumppanimme monen vuoden ajalta on **psykoterapeutti Elisa Lehtonen**, joka on ollut omaishoitajien apuna ja tukena niin omaishoitajien erilaisissa ryhmissä kuin asiantuntijana OvetValmennuksessa. Kysyimme Elisalta muutamia vinkkejä omaishoitajille ajankohtaiseen mielen hyvinvointiin.



Olemme eläneet poikkeuksellista ajanjaksoa jo pidemmän aikaa ja huoli toisesta ihmisestä on voinut aiheuttaa sen, että omaishoitaja on entistä enemmän joutunut rajaamaan omia menojaan ja kontaktejaan. ”Omainen, joka huolehtii läheisestään, joutuu usein luopumaan oman elämänsä rutiineista ja mielihyvän lähteistä ja asettamaan omat tarpeet odottamaan jonnekin tuntemattomaan tulevaisuuteen. Siitä huolimatta, että hän kokee hoitamisen tärkeänä ja läheisen rakkaana.” Elisa kertoo

Korona-aika on supistanut mahdollisuuksia omaishoitajan omiin henkireikiin entisestään. Mielen hyvinvoinnin kannalta monenlaiset ihmissuhteet ja vuorovaikutus ovat elintärkeitä ja tuovat energiaa ja uusia ajatuksia.

Elisa jatkaa ”Jos läheisen hoito on hyvin yksinäistä ja sitovaa, omat tunteet ja ajatukset alkavat helposti kiertää samaa rataa ja negatiivisuus valtaa mielen. Tärkeintä olisi saada pieniä taukoja ja elähdyttäviä hetkiä toisten kanssa tai jolloin voi ladata omia akkujaan, vaihtaa kokemuksia ja tunteita. Pitkän tauon jälkeen voi olla pelottavaa taas tulla esiin kuplastaan, jossa on ollut turvallista ja tuttua, mutta pienikin ”ulostulo” voi olla ratkaisevan piristävää.”



## ***”Elä tässä ja nyt”***

Kysyimme Elisalta, mitä asioita voimme tehdä mielen hyvinvoinnin lisäämiseksi omassa arjessamme ja yhdeksi tärkeäksi taidoksi Elisa kokee taidon elää hetkessä, tässä ja nyt. Etteivät ajatukset koko ajan liikkuisi menneessä tai tulevassa. Hetkessä elämisen taito opettaisi löytämään omaishoitajan perusarjesta ne asiat, jotka lisäävät hiukankin mielihyvää. Toinen tärkeä taito on opetella kuuntelemaan tunteitaan ja mitä ne meille viestittävät.

” Esimerkiksi jos koko ajan tuntee tyytymättömyyttä, olisi tärkeä miettiä mistä kaikesta se nousee ja yrittää tehdä sitten muutoksia myönteisempää suuntaan, realiteetit tuntien. Auttavaa on myös miettiä, mikä konkreettinen tekeminen itselle olisi voimaannuttavaa ja miten ja kenen avulla se voisi onnistua!” Elisa jatkaa.

## **Milloin sitten on hyvä lähteä hakemaan apua?**

Elisa vastaa näin: ”Ainakin silloin, jos arjesta ei saa kiinni ja välttämättömät rutiinit läheisen hoidossa tuntuvat ahdistavilta ja läheinen raskaalta ja vaativalta. Ja jos ei oikein koe innostusta mihinkään ja mielellään vaan jäisi sinne kotiin, vaikka olisi tilaisuus lähteäkin. Ja tietenkin silloin on hyvä pohtia, mistä saa apua, jos kaikki omat toiminnot, työt ja harrastukset jäävät taka-alalle.”

Aloitamme uuden suljetun ryhmän ***Voimavarat käyttöön*** alkuvuodesta 2022 ja ryhmänohjaajana toimii Elisa. Uudesta ryhmästä hyötyy jokainen omaistaan hoitava tai muuten läheisestään huolta pitävä, jotka kokevat tärkeänä saada jakaa ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan vertaisten kanssa.

”Läheisen sairaus tai ikääntyminen tuovat mukanaan monenlaisia vaikutuksia perheille, roolit muuttuvat ja saattavat olla todella kuormittavia muille perheenjäsenille. Kitkaa saattaa tulla myös siitä kuka hoitaa ja kuinka paljon hoitaa. Kaikesta tällaisesta ryhmässä voidaan puhua. Omia kuormittavia ajatuksia ja tunteita on hyvä oppia tunnistamaan ja näin vaikuttaa omaan jaksamiseensa!” Elisa vinkkaa.

# VOIMAVARAT KÄYTTÖÖN

-Omaishoitaja oman itsen äärellä

Pidätkö huolta läheisestäsi?  
Onko Sinulla voimavaroja itsestä  
huolehtimiseen?  
Kaipaako vertaistuellista  
keskustelua?

**VOIMAVARAT  
KÄYTTÖÖN** -ryhmä on  
Sinulle, joka huolehdit  
läheisestäsi ja kaipaat  
tukea itsellesi!

Ryhmä kokoontuu 8 kertaa  
Omaishoitokeskuksella,  
Torikatu 12  
joka toinen maanantai  
14.2. -23.5.2022 klo 17-19.  
Ryhmää ohjaa psykoterapeutti  
Elisa Lehtonen.

Ilmoittaudu mukaan 31.1.2022  
mennessä Marille p.044 7348 116

SALON OMAISHOITAJAT RY



# Apua

**OmaisOiva**

**OivaHetki**

**Apua puhelimitse tai tavattaessa.**

*OmaisOiva työntekijöiltä saat henkilökohtaista ohjausta, neuvontaa ja tukea.*

*Mistä ja miten haen omaishoidon tukea?*

*Mistä saan apua kotiin?*

*Mitä palveluja on saatavilla omaishoitotilanteessa?*

*Voisinko lähteä kuntoutukseen?*

*Haluaisin hetken omaa aikaa, miten saisin sen järjestymään?*

**Etsitään yhdessä vastaukset!**

**Ota rohkeasti yhteyttä OmaisOiva -työntekijöihin:**

**Milka p. 044 7348 115**

**Mari p. 044 7348 116**

---

Tarvitsetko satunnaisesti saattajaa lääkäriin, kauppareissulle tms? Tai vakituista henkilöä esim. säännölliseen ulkoiluun tai vapaa-ajan toimintaan?

**Avustajakeskus välittää  
vapaaehtoisia 7 €:n  
kertakorvauksella.**

**Kysy lisää:**

**Avustajien välitys  
ma – to klo 9 – 12  
p. 02 251 8549**



**AVUSTAJAKESKUS**  
[www.avustajakeskus.fi](http://www.avustajakeskus.fi)

# Kahvin kanssa tai ilman

**OmaisOiva**  
kahvila

*Tervetuloa kahville keskustelemaan omaishoitoon liittyvistä asioista ja saamaan ohjausta tilanteeseesi.*

## Oiva-kahvila maanantaisin klo 10-14

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

Matalan kynnyksen kahvilaan voit tulla yksin tai yhdessä läheisesi kanssa juttelemaan ja tapaamaan toisia.

Tarvittaessa työntekijät auttavat ja ohjaavat sinua omaishoitoasioissa.

### Syksyn 2021 teemalliset kahvilat:

**1.11. klo 10 – 12** esittelyssä liukuestekengät ja lämpöpohjalliset, Lasse Saloniemi, Bonuskalossit

**22.11.** Valtakunnallinen omaishoitajien viikko, täytekakkukahvit

**13.12. klo 10 – 12** Lauluryhmä Visertäjät laulaa ja laulattaa joululauluja, tarjolla torttukahvit

**Oiva-kahvila joulutauolla 20.12. -3.1.2022!**

---

## Oiva-kahvila Somerolla

Someron toimistohotelli, Heikintie 5.

Avoin kahvila kaikille omaishoitoasioista kiinnostuneille.

**Syksyn kokoontumiset: 10.11. ja 15.12. klo 13-15**

**Kevätkausi alkaa 12.1.2022**

Seuraa paikallista ilmoittelua.

## Kahvin kanssa tai ilman

# Käsityökahvila

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

Käsityökahvilaan voit ottaa oman käsityön/askareen mukaasi tai tulla vain juomaan kupin kuumaa hyvässä seurassa.



## Syksyn kokoontumiset:

**13.10. ja 17.11.**

**klo 17 – 19**

## Kevätkausi alkaa 19.1.2022

## Torstain toivot

Kuusjoen koulu, Ylikulmantie 317

Torstain toivot -keskusteluryhmä on kaikille ikäihmisille avoin kohtaamispaikka Kuusjoella.

Ryhmä kokoontuu joka toinen torstai (parilliset viikot)  
klo 9:15-10:45 Kuusjoen ala-asteen musiikinluokassa.

**Torstain toivot joulutauolla**  
**23.12. – 6.1.2022**



# EtäOiva – oivallista toimintaa etänä

## Omaishoitajaliiton järjestämät webinaarit syksyllä 2021

- Omaishoidon tabut – saako tästä edes puhua?

**Torstaina 11.11. klo 17 – 18, Omaishoitokeskus**

Mitä ovat omaishoidon puhumattomat tabut? Mitä läheisestään huolehtiva ei saisi ääneen sanoa? Mistä aiheista omaishoidossa vaietaan? Miten vaikeista asioista voi puhua? Miten hiljaisuus rikotaan?

Ilmoittaudu mukaan 8.11. mennessä p. 044 7348 116.

- Kuinka lakia luetaan -webinaari

**Keskiviikkona 10.11.2021 klo 12.30–15.00, Omaishoitokeskus**

Koulutusiltapäivän ohjelma:

- Klo 12.30 Tilaisuuden avaus,  
Järjestöpäällikkö Merja Purhonen, Omaishoitajaliitto
- Klo 12.45 Palvelua vai omaishoitoa, pitääkö valita?  
Lakimies Mika Välimaa, Kynnys ry
- Klo 13.30 Kahvitauko
- Klo 13.45 Kuinka hyödyntää sosiaaliasiamiehen ja vammaisasiamiehen palveluja?  
Vammaisasiamies Sirkku Kiviniitty ja  
Sosiaali- ja potilasasiamies Eva Peltola, Espoon kaupunki
- Klo 14.30 Asiakasmaksut (7/2021) ja omaishoito,  
Projektipäällikkö Matti Mäkelä, Omaishoitajaliitto

Ilmoittaudu mukaan 8.11. mennessä p. 044 7348 116.

## Miesomaishoitajien keskusteluryhmä

Miesomaishoitajien ryhmään pääset mukaan keskustelemaan myös kotoa. Tämä onnistuu lähettämällä sähköpostiosoite ryhmän vetäjälle: [sami.letti@gmail.com](mailto:sami.letti@gmail.com).

Sami lähettää osallistumislinkin sähköpostiin aina ennen ryhmän kokoontumista.

---

## Tablet tietokone lainattavissa omaishoitajille!

Oletko harkinnut tablet -tietokoneen hankintaa? Omaishoitokeskukselta voit hakea lainaksi laitteen koekäyttöön. Saat opastuksen laitteen käyttöön ja huolehdimme, että siitä löytyy tarvittavat ohjelmat ja toiminnot. Ole rohkeasti yhteydessä!

Lisätietoja työntekijöiltä:

Milka 044 7348 115

Mari 044 7348 116

---

## DIGI-Pysäkki

Salon SYTY:n (Helsingintie 6) yhteydessä toimiva digineuvontapalvelu, josta saa neuvontaa puhelimen, tietokoneen ja tabletin käytössä.

Neuvonta on kaikille avointa ja maksutonta.

**Digi-neuvontaa saa MA-PE kello 9 – 15, p. 044 781 1475**

Neuvonta toimii pääsääntöisesti ajanvarauksella. Voit myös poiketa päivän aikana SYTYyn, mutta silloin digineuvoja saattaa olla varattuna.



## Jalat kuntoon!

Olen Mari Lunden, 36-vuotta. Perheeseeni kuuluu mies, 4-vuotias tyttö ja koira. Koulutukseltani olen lähihoitaja ja työni ohella kouluttauduin jalkahoitajaksi ja kesällä 2021 aloitin oman toiminimen. Teen tällä hetkellä jalkahoitoja sivutyönä ja työskentelen vain asiakkaiden kotona.



Palveluun kuuluu perusjalkahoito, kylvytys, känsien, syylien poisto, kynsien ohentaminen, sisään kasvavien kynsien hoito sekä kynsien leikkuu, kovettumien poisto, hieronta ja rasvaus sekä tarvittaessa teen asiakkaalle ortooseja. Annan asiakkaille kotihoito-ohjeet.

Kun jalat voivat hyvin, on ihmisen mielikin parempi. Jos jalat ovat huonossa kunnossa esim. kantapäissä on halkeamia tai känsiä, voivat jalat olla niin kivuliaat, ettei liikkumisesta tule enää mitään.

On ensisijaisen tärkeää huolehtia, että jalat ovat puhtaat ja kuivat, myös varpaiden välit. Kosteaan ihoon tulee helpommin hiertymiä ja rakkoja kuin kuivaan ihoon.

Rasvaus päivittäin, paksuilla voiteilla. Näin estetään kovettumien syntyminen. Kynnet on hyvä olla lyhyet ja leikattu suoraan. Jos pyöristää reunat, kasvaa riski, että kynnet kasvavat sisäänpäin.

Sukkien valinta: ota käyttöön mieluummin synteettisesti valmistettuja sukkia tai villaisia, puuvilla sitoo kosteutta. Oikeilla kenkä valinnoilla estetään asentovirheiden ja hiertymien syntymistä. Kengät eivät saa puristaa eikä olla myöskään liian pienet tai isot.

Jalkahoitajan puoleen kannattaa kääntyä, jos ei itse pysty enää huolehtimaan jaloista. Esimerkiksi jos ei itse kykene leikkaamaan kynsiä tai kynnet on paksuuntuneet, ei kotona tavallisilla leikkureilla pysty leikkaamaan. Kuivat, halkeilevat jalat, känsät, syylät tai kovettumat jaloissa, ovat syitä kääntyä jalkahoitajan puoleen. Myös silloin, jos tahtoo saada itselle pientä hemmottelua.

Minut tavoittaa parhaiten numerosta 044 2837450.

Olen tekemässä  
kevyitä  
jalkahoitoja Naisten  
Hemmottelupäivässä  
Omaishoitokeskuksella  
torstaina 25.11.





Omaishoitajien viikon

# NAISTEN HEMMOTTELU PÄIVÄ

Omaishoitokeskuksella torstaina  
25.11. klo 14-18

HEMMOTTELUA PÄÄSTÄ  
VARPAISIIN SEKÄ HERKULLISIA  
HETKIÄ

Lisätietoa työntekijöiltä  
044 7348 115/044 7348 116

# ERITYISLAPSIPERHEET

## Iltakahvila erityisperheille

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

OmaisOiva

kahvila

Avoin vertaiskahvila vanhemmille, joilla erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori. Vapaamuotoista keskustelua, tarjolla iltapalaa. Kahvilaan voit tulla klo 16:30 lähtien. Ilmoittaudu mukaan viimeistään sunnuntai-iltana ja kerro ruoka-allergiat. Ilmoita myös lastesi mukaantulo ja allergiat, p. 044 7348 115 (tekstari)

### Syksyn 2021 kahvilat:

- ma 15.11. klo 16.30 – 19

---

## Vertaisryhmä äideille Somerolla

Jussin Baari, Joensuuntie 5

### Syksyn tapaamiset:

- to 4.11. klo 17-19
- to 9.12. klo 17-19



Lisätietoja Teija Paakki p 050 3200 705

---

## Tukiryhmä huoltajille, joiden lapsella nepsy -oireita

Uusi ammatillisesti ohjattu ryhmä, jossa saat vertaistukea ja konkreettisia keinoja arjen avuksi. Ryhmä on tarkoitettu alle 13-vuotiaiden lasten huoltajille. Ohjaajana nepsy-valmentaja Niina Merivirta.

Kokoontumiset Omaishoitokeskuksella **10.11., 8.12. ja 12.1. klo 18-19.30**



Löydä apu ja  
palvelut



### Teemailta

## Neuropsykiatriset (nepsy) haasteet perheessä

Ti 2.11. klo 18 – 20

Kaupungintalo, valtuustosali Tammi

Illan aiheina:

- **Nepsy oirekuvista ja niiden huomioimisesta arjen toimintaympäristöissä**

Tuula Saarimäki, neuropsykologian  
erikoispsykologi/työnohjaaja, PsL

- **Yhteiskunnan tukitoimet nepsy- lapsille ja nuorille**  
Virpi Hurula, vt sosiaalityöntekijä, Tyks

Asiantuntijat vastaavat kysymyksiin.

Kahvitarjoilu

Illan järjestävät yhteistyössä  
Salon Vammaispalvelut/Omaishoito ja  
Salon omaishoitajat ry





SALON OMAISHOITAJAT RY  
JÄRJESTÄÄ

# ERITYIS- PERHEIDEN JOULULAULUT

...ja Joulupuuro  
Lapsille joulupussit!

**LAUANTAINA 4.12. KLO 14-16**  
**PERTTELIN SRK TALOLLA**

Mukana pappi Suvi Laaksonen ja kanttori Kirsi  
Laakkonen

Ilmoittaudu Milkalle 29.12 mennessä  
044 7348 115 (txt)

# Salon omaishoitajat ry:n jäsenille

## Hyvä Jäsenemme!

Kutsumme sinut pikkujoulupuurolle sekä vaikuttamaan yhteisiin asioihin yhdistyksen sääntömääräiseen syyskokoukseen kahvila Kultaiseen Tuoksuun

**tiistaina 16.11.2021 klo 17-19**

Ilmoittaudu mukaan 9.11. mennessä p. 044 7348 116.

---

## Lähde elokuviin!!

Omaishoitajien oma näytös elokuvateatteri Lumossa perjantaina **12.11. klo 13.**

### Liput:

Jäsen ja hoidettava ilmaiseksi, muut 5€.

Ilmoittaudu Milkalle **10.11.** mennessä nro 044 7348 115.





# Omaishoitajien joulujuhla

LEHMIRANNAN LOMAKESKUKSESSA

**SUNNUNTAINA 19.12.KLO 12-15**

TERVETULOA OMAISHOITAJIEN JA  
HOIDETTAVIEN YHTEISEEN JOULUJUHLAAN!

*Ohjelmassa jouluruokailu, arvontaa, jouluista ohjelmaa ja mukavaa  
yhdessäoloa*

*Jouluaterian hinta*

*jäsen ja omaishoidettava/omaishoitoperhe 10€/hlö,  
muu läheinen 20€/hlö*

---

*Sitovat ilmoittautumiset ja ruoka-allergiat 28.11. mennessä*

*Marille p.044 7348 116*



## Omaishoitajien voimalaulut

Omaishoitajien voimalaulujen toivekonsertit kuullaan kahdessa eri radiokonsertissa:

18.11. klo 18-21 Järviradio ja nettiradiossa: [livetaajuus.fi](https://www.livetaajuus.fi)

22.11. klo 18-20 Radio Pooki ja nettiradiossa: [livetaajuus.fi](https://www.livetaajuus.fi)

### Liity jäseneksi, saat:

- Paikallisen Onnin uutiset 4 x vuodessa
- Valtakunnallisen Lähellä -lehden 4 x vuodessa
- Lomaoppaan vuosittain
- Lakineuvontaa ennakkotapauksissa
- Yhteistyökumppanien edut (<https://omaishoitajat.fi/>)

Jäsenmaksu 25 €/vuosi



NIMI \_\_\_\_\_

OSOITE \_\_\_\_\_

SÄHKÖPOSTI \_\_\_\_\_

Anna tiedot yhdistyksen työntekijöille tai osoitteeseen:

Salon omaishoitajat ry, Torikatu 12, 24100 Salo. Myös puhelimitse tai tekstarina: 044 734 8115 tai sähköpostilla: [info@salonomaishoitajat.fi](mailto:info@salonomaishoitajat.fi)

**Seuraava Onnin uutiset ilmestyy tammikuussa**

