



3/2024

ONNIN UUTISET

TÄSSÄ ONNISSA

Toiminnot uudistuvat
OivaKahvilat

Kesäjuhla Leirirannassa

Hyvinvointipäivä naisille

Saunailta miehille

Erityisnuorten illat

Erityislasten vanhempien Teams

Luontoretket kaupungissa

OmaisOiva

Salon omaishoitajat ry:n yhteystiedot

Hallitus

Mira Aaltonen	0500 806 685	mira.aaltonen@smail.fi
Riitta Valtamo	040 827 0484	riitta.valtamo@gmail.com
Pirjo Virtanen	050 354 5392	pirjo.virtanen47@gmail.com
Risto Lehti	0500 533 098	risto.lehti@salon.salonseutu.fi
Sirpa Tikkala	040 517 0849	tikkalasirpa@gmail.com
Taina Koski	0440 151 163	tainahkoski@gmail.com
Mari Karonen		marik2@hotmail.com
Eero Jokelainen	045 77319052	eerojokelainen09@gmail.com
Sanna Koskinen	040 579 1846	sanna.koskinen79@gmail.com
Anna Laine	040 707 5607	laine.anna@hotmail.com
Anu Järvinen	044 366 0003	anu.tuomisalo@gmail.com

Työntekijät

Milka Leppiniemi	044 734 8115	milka.leppiniemi@salonomaishoitajat.fi
Anniina Wehman	044 734 8116	anniina.wehman@salonomaishoitajat.fi

info@salonomaishoitajat.fi

www.salonomaishoitajat.fi

www.facebook.com/Salonomaishoitajatry

Instagram: omaisoiva_salo

Onnin Uutiset 3/2024 sisältö

Syksyllä 2024 olemme mukana3	Erityislapsiperheet.....17
Tärkeää!4	Somerolla tapahtuu.....20
Vertaistukea.....8	Syksyn luontokävelyt
Naisten hyvinvointi-iltapäivä10	kaupungissa22
Miesten saunailta11	Kuntosalit ja kesäjuhla.....23
Kalenteri12	Liity jäseneksi24
Oiva-kahvilat.....14	

*Syksyllä 2024
olemme mukana:*

1.8. klo 16-20 Järjestötori/Salon
tori

29.8. klo 17.30-20 Taiteiden
yä/Omaishoitokeskus

2.9. klo 9.30-16 Järjestöareena/
Turun messukeskus

4.9. klo 10-15 Seniorimessut/Salon
tori

23.9. klo 9-15
Järjestömessut/Salon sairaala



Tärkeää!

Elämme muutoksien aikaa ja se näkyy myös meidän toiminnassamme. Suomen hallituksen suunnittelemien säästötoimien myötä myös järjestöjen saamat avustukset vähenevät reilulla summalla. Seuraavan kolmen vuoden aikana vähennys STEA:n jakamissa järjestöavustuksissa on peräti 130 miljoonaa euroa. Olemme yhdistyksessä kuunnelleet tarkalla korvalla minkälaisia uudistuksia ja muutoksia edellytetään, jotta yhdistyksen arvokas toiminta edelleen jatkuisi. STEA järjesti keväällä tiedotustilaisuuksia ja selkeä viesti oli yhdistykselle mietittäväksi. *Kuka tarvitsee meitä eniten? Kuka on naapurissa?* Toiminta tulee kohdentaa tarkasti kohderyhmään, joka meidän tapauksessamme on omaishoitotilanteessa oleva sopimusomaishoitaja tai sopimukseton omaishoitaja. Lisäksi päällekkäistä työtä muiden toimijoiden kanssa ei tule tehdä. STEA:n maksamalla järjestöavustuksella ei myöskään pidä tehdä yhteiskunnan lakisääteisiä toimintoja.

Ennakoimme tulevaa jo vuoden 2023 lopulla ja tarkensimme omassa STEA:n avustushakemuksessamme kohderyhmäksemme omaishoitotilanteessa olevan sekä heidät, joiden omaishoitotilanne on hiljattain päättynyt (alle 3 vuotta). Linjauksen tarkoitus on pyrkiä varmistamaan, että omaishoitaja alueellamme edelleen saa riittävän tuen ja resurssin yhdistykseltä silloin, kun hän sitä eniten tarvitsee.

STEA ohjeisti jatkossa tekemään hyvän hakemuksen ja osoittamaan toiminnan tuloksellisuutta hakemukseen nähden. Toiminta on siis tuloksellista, kun se tavoittaa kohderyhmän ja tarjoaa ajantasaisen tuen kohderyhmälle.

Vaikka toiminnan keskiössä onkin omaishoitotilanteessa oleva henkilö, järjestämme edelleen avointa toimintaa kaikille omaishoidosta kiinnostuneille tai joita omaishoitotilanne on jollain lailla kosketanut. Esimerkiksi OivaKahvilat ovat edelleen myös entisten omaishoitajien kokoontumispaikka. Yhdistyksen jäsenille suunnattu toiminta jatkuu edelleen Salon omaishoitajat ry:n jäseniksi liittyneille.

Tärkeää!

Toiminnan kohdistamisen ja tuloksellisuuden saavuttamiseksi syksyn suurin muutos tulee olemaan ryhmätoiminnan muutos. OivaRyhmiä suosio on hiljalleen vähentynyt ja niiden vertaistuellinen merkitys on pienentynyt. Sitoutuminen säännöllisesti kokoontuvaan ryhmään ei tunnu olevan nykypäivän omaishoitajille sopiva toimintamuoto. OivaKahvilat, matalan kynnyksen kohtaamispaikat, sen sijaan on kasvattanut suosiotaan.

Syksystä 2024 alkaen vakituksista Oivaryhmiä jatkavat Miesomaishoitajien vertaisryhmä, Leskenlehdet, Katse huomiseen, Someron Äidit, Someron vertaisryhmä omaishoitajille sekä Salon vertaisryhmä omaishoitajille. Muut vertaisryhmät sekä Eilan muistitreenit loppuvat kevääseen 2024. Leskenlehdet muuntautuu ryhmäksi, josta vertaistukea voi hakea myös muut läheistään surevat kuin lesket. Löydät jatkossa ryhmän Onnista nimellä Suru on rakkautta.

Jatkossa vertaisryhmät kokoontuvat 3 kertaa kokoontuvina määräaikaisten ryhmienä ja ne toteutuvat eri paikkakunnilla siten, että joka kevät ja syksy määräaikaisten ryhmä järjestetään kahdella eri paikkakunnalla. Syksyllä 2024 ryhmät kokoontuvat Perniössä ja Muurlassa sekä keuhällä 2025 Perttelissä ja Kiskossa. Ryhmäkertojen aiheet keskittyvät omaishoitajan itsensä hyvinvointiin ja jaksamiseen.

Kun kaikki 3 ryhmäkertaa on pidetty, järjestetään kyseiselle paikkakunnalle matalan kynnyksen, kaikille avoin OivaKahvila. OivaKahvilassa eri tilanteissa olevat ihmiset voivat jakaa kokemuksiaan ja keskustella kahvikupin äärellä. Ryhmiin ovat tervetulleita kaikki omaishoitotilanteissa olevat. Toivomme näiden määräaikaisten ryhmien myötä ihmisten uskaltautuvan paremmin mukaan ja että tavoittaisimme toimintaamme uusia omaishoitajia. Säännöllisempää ja pitkäkestoisempaa vertaistukea kaipaavat omaishoitajat voivat osallistua Salon keskustassa omaishoitokeskuksella kokoontuvaan ryhmään.

Tärkeää!

Salon omaishoitajat ry rahoitus

Yhdistyksemme rahoitus tulee tänä päivänä monesta eri lähteestä ja olemme kiitollisia siitä, että omaishoitajien tukeminen koetaan merkitykselliseksi monen eri tahon toimesta.

Seuraavassa kerromme mistä rahoituksemme koostuu ja miten sen käytämme.

STEA eli Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus, toimii Sosiaali -ja terveysministeriön alaisena. Suurin osa rahoituksestamme tulee STEA:lta. OmaisOiva eli Omaishoitajaliiton koordinoima toiminta, joka kattaa OivaKahvilat, OivaRyhvät, Oivahetket, OivaKioskit sekä OvetValmennuksen tuotetaan STEA:n rahoituksella. Työntekijöiden palkat sekä asiakaskulut mahdollistuvat tällä rahoituksella. Rahoituksen kohderyhmänä on omaishoitotilanteessa oleva sopimukseton tai sopimuksellinen työikäinen tai eläkeikäinen omaishoitaja. STEA:n rahoittamaa toimintaa ei voida käyttää esimerkiksi hoidon tarpeessa olevan henkilön auttamisesta aiheutuviin kuluihin. OmaisOiva toiminta on avointa kaikille omaishoitotilanteessa oleville, osallistuminen ei edellytä yhdistyksen jäsenyyttä.

Muut avustukset: Erityislapsiperheille järjestetään omaa toimintaa, jonka rahoitus tulee esimerkiksi Ragnar Ekberg-säätiöltä, Salon Lions Clubilta, RC Reach Salo:lta, SSO:n kannustajat ohjelmasta tai Juha Punta säätiöltä. Erityislapsiperheiden monesti kiireiset ja kuormittavat tilanteet johtavat usein siihen, ettei ole aikaa osallistua esimerkiksi vertaisryhmään, mutta voimme mahdollistaa koko perheelle vertaistukea ja virkistystä järjestämällä heille suunnatun oman tapahtuman.

Salon kaupunki on tukenut yhdistyksen toimintaa hyvinvoinnin avustuksella tänä vuonna. Avustus kohdistetaan kaikille kohderyhmillemme.

Tärkeää!

Yhdistyksellä on omaa rahoitusta ja sitä voidaan käyttää yhdistyksen jäsenien hyväksi. Yhdistyksen jäsenenä voi olla, vaikka ei olisi omaishoitotilanteessa tai omaishoitotilanne on jo päättynyt, mutta haluaa kannattaa yhdistyksen toimintaa ja näin ollen pääsee hyödyntämään jäsenedut, esimerkiksi maksuttoman kuntosalin. Yhdistys saa rahaa muun muassa varainhankinnasta, jäsenmaksuista ja erilaisista lahjoituksista. Yhdistyksen jäsenmaksusta (25€) puolet tulee paikallisyhdistykselle, puolet Omaishoitoliitolle. Kannatusjäsenmaksu tulee kokonaisuudessaan paikallisyhdistykselle. Yhdistys on lisäksi saanut kaksi testamenttia, joista toinen on suunnattu iäkkäiden puoliso-omaishoitajien jaksamisen tukemiseen. Tänä vuonna yhdistys on saanut myös lahjoituksen, jossa hautajaiskukkien sijasta toivottiin kukkarahan lahjoitusta yhdistyksen tilille ja sitä kautta asiakkaidemme hyväksi.

Lisäksi pyrimme tekemään mahdollisimman laajaa ja tehokasta yhteistyötä eri toimijoiden kanssa, jolloin voimme järjestää isompia tapahtumia ja toimia, kun kohderyhmämme on yhteinen.

Meille yhdistyksenä rahoituksen ja kaiken toiminnan kulmakivi on mahdollisimman avoin keskustelu kaikkien toiminnassa mukana olevien kesken. Salon omaishoitajat ry ei ole vain sen työntekijät ja hallitus, vaan yhdistys on kaikkien jäseniensä summa.

Jos haluat kysyä lisää uudistuksista tai jokin asia niissä huolettaa sinua, voit aina olla yhteydessä työntekijöihin

Milka 044 734 8115 tai
Anniina 044 734 8116

Vertaistukea

OmaisOiva

ryhmä

Omaishoitajien vertaisryhmät ovat avoimia kohtaamispaikkoja kaikille omaishoitotilanteessa oleville tai heille, joiden omaishoitotilanne on hiljattain päättynyt. Ryhmiä ohjaavat koulutetut vertaisohjaajat.

Vertaisryhmä omaishoitajille,

Omaishoitokeskus, Torikatu 12, SALO

TIISTAINA 17.9., 15.10. ja 19.11. klo 14-15:30

Ryhmänohjaajana Eero Jokelainen

Miesomaishoitajien vertaisryhmä,

Omaishoitokeskus, Torikatu 12, SALO

Vertaistuellinen ryhmä miehille, jotka huolehtivat läheisestään.

TIISTAINA 17.9., 22.10. ja 26.11. klo 18-19:30

Ryhmänohjaaja Sami Letti.

Katse huomiseen vertaisryhmä,

Omaishoitokeskus, Torikatu 12, SALO

Sinulle, jonka läheinen on siirtymässä tai on jo siirtynyt kodin ulkopuoliseen hoivaan.

TORSTAINA 26.9., 31.10. ja 28.11. klo 10-11:30

Ryhmänohjaaja Raija Granlund

Suru on rakkautta, Omaishoitokeskus, Torikatu 12, SALO

Ryhmä läheisensä menettäneelle henkilölle, jonka elämässä suru on vielä päivittäin läsnä. Vertaistuellista keskustelua ja käytännön ohjausta sitä tarvitsevalle. Ryhmässä kunnioitetaan toisen menetystä ja keskustellaan vetäjien johdolla. Osalla kerroista mukana diakoni.

Osallistuessasi ryhmään ensimmäisen kerran, ole yhteydessä OmaisOiva työntekijä Milkaan puh 044 748 115.

TIISTAINA 10.9., 8.10., 12.11. ja 10.12. klo 16:30–18

Ryhmänohjaajina Ulla Kakko-Paajanen ja Eero Jokelainen.

Vertaistukea

*Syksyllä käynnistämme uudet omaishoitotilanteessa oleville suunnatut määräaikaisten vertaisryhmät. Ryhmät kokoontuvat kolme kertaa ja neljännellä kerralla kokoontuu OivaKahvila. Uudet ryhmät toteutetaan maaseudun taajamissa kiertäen alueen eri taajamat läpi. Syksyn 2024 ryhmät ovat **Muurlassa ja Perniössä**. Kevään 2025 ryhmät **Perttelissä ja Kiskossa**. Ryhmäkertojen aiheina ovat omaishoitajan hyvinvointiin ja jaksamiseen liittyvät teemat kuten lepo, ravitseminen, liikunta, mielen hyvinvointi ja voimavarat.*

Hyvinvointia etsimässä – vertaisryhmä omaishoitajille, Muurla

Muurlan opisto, Muurlantie 365, Tuparakennus

TORSTAINA 3.10., 10.10. ja 24.10. klo 12–14.

Ilmoittautumiset 23.9 mennessä 044 7348 115 / 044 7348 116

Matalan kynnyksen OivaKahvila 31.10. klo 12–14.

Avoin kohtaamispaikka kaikille omaishoidosta kiinnostuneille ja omaishoidettaville.

Hyvinvointia etsimässä – vertaisryhmä omaishoitajille Perniö

Kahvila Papu, Salontie 7

TORSTAINA 7.11., 14.11. ja 21.11. klo 10–12.

Ilmoittautumiset 29.10 mennessä 044 7348 115 / 044 7348 116

Matalan kynnyksen OivaKahvila 28.11. klo 10–12

Avoin kohtaamispaikka kaikille omaishoidosta kiinnostuneille ja omaishoidettaville.



NAISTEN HYVINVOINTI-ILTAPÄIVÄ

Rantapirtillä
24.8. klo 12-15

- Grillailua ja muuta hyvää syötävää
- Saunomista ja uimista
- Luontoteemaista rentoutusta (Milka)
- Pihajooga aloittelijoille (Makkia)
- Luonnonkosmetiikkaa hemmottelunaamiot
(Luontaishoitola Metsän taika)

Ilmoittautumiset 20.8. mennessä:
Milka 044 734 8115 tai Anniina 044 734 8116
Osoite: Lehmirannantie 118, Kotalato





MIESTEN SAUNAILTA

LEHMIRANNAN RANTAPIRTILLÄ
LEHMIRANNANTIE 118, KOTALATO

LAUANTAINA 24.8. KLO 16-19

OHJELMASSA

- **PAHAT MAHAT IMPROVISAATIORYHMÄN ESITYS**
- **SAUNOMISTA JA UIMISTA**
- **GRILLAILUA**

**ILMOITTAUDU MUKAAN 22.8. MENNESSÄ
TYÖNTEKIJÖILLE:**

MILKA 044 7348 115 / ANNIINA 044 7348 116



Kalenteri

Elokuu

- 1.8. klo 16–20 Järjestötori
- 5.8. klo 10–12 Oivakahvila Vuohensaari
- 6.8. klo 17 Erityislapsiperheiden Itse Ilkimys 4 elokuva
- 14.8. klo 10–12 Oivakahvila Veturitalli, kahvit ja näyttely
- 19.8. klo 9:30–11 Luontokävely kaupungissa
- 22.8. klo 10–12 Torstain toivot
- 24.8. klo 12–15 Naisten hyvinvointi-iltapäivä Rantapirtillä
- 24.8. klo 16–19 Miesten saunailta Rantapirtillä
- 26.8. klo 12–15 Yhdistyksen kesäjuhla Leirirannassa
- 28.8. klo 13–14:30 Vertaisryhmä omaishoitajille Somero
- 29.8. klo 17:30–20 Taiteiden Yä Omaishoitokeskuksella

Syyskuu

- 2.9. klo 17–18 Kuntosali
- 4.9. klo 10–15 Seniorimessut torilla
- 5.9. klo 10–12 Torstain toivot
- 5.9. klo 11–12 Kuntosali
- 6.9. klo 10–12 Aamupalakahvila
- 9.9. klo 10–12 Oivakahvila
- 9.9. klo 17–18 Kuntosali
- 10.9. klo 9:30–11 Luontokävely kaupungissa
- 10.9. klo 16:30–18 Suru on rakkautta
- 11.9. klo 10–12 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajalle Somero 1
- 11.9. klo 13–14:30 Oivakahvila Somero
- 12.9. klo 11–12 Kuntosali
- 12.9. klo 17–19 Someron äidit
- 13.9. klo 17–18:30 Erityislapsiperheiden hohtokeilaus
- 16.9. klo 10–12 Oivakahvila
- 16.9. klo 17–18 Kuntosali
- 17.9. klo 14–15:30 Vertaisryhmä Salo
- 17.9. klo 17:30–19 Erityislasten vanhempien Teams iltakahvit
- 17.9. klo 18–19:30 Miesomaishoitajien vertaisryhmä
- 18.9. klo 10–12 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajalle Somero 2
- 18.9. klo 17–18:30 Kässäkahvila
- 19.9. klo 10–12 Torstain toivot
- 19.9. klo 11–12 Kuntosali
- 19.9. klo 17–18:30 Erityinen nuorten ilta
- 23.9. klo 9–15 Järjestömessut Salon sairaalassa
- 23.9. klo 10–12 Oivakahvila, vieraana Pia Saarinen Suomen sairaalatukku
- 23.9. klo 17–18 Kuntosali

Kalenteri

- 25.9. klo 10-12 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajalle Somero 3
- 25.9. klo 13–14:30 Vertaisryhmä Somero
- 26.9. klo 10–11:30 Katse huomiseen vertaisryhmä
- 26.9. klo 11-12 Kuntosali
- 30.9. klo 10-12 Oivakahvila
- 30.9. klo 17-18 Kuntosali

Lokakuu

- 2.10. klo 13-14:30 Oivakahvila Somero
- 3.10. klo 10–12 Torstain toivot
- 3.10. klo 11–12 Kuntosali
- 3.10. klo 12–14 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajalle Muurla 1
- 4.10. klo 10–12 Aamupalakahvila
- 7.10. klo 10–12 Oivakahvila
- 7.10. klo 17–18 Kuntosali
- 8.10. klo 9:30–11 Luontokävely kaupungissa
- 8.10. klo 16:30–18 Suru on rakkautta
- 8.10. klo 17:30–19 Erityislasten vanhempien Teams iltakahvit
- 9.10. klo 10–12 Ovet valmennus Somero
- 10.10. klo 11–12 Kuntosali
- 10.10. klo 12–14 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajalle Muurla 2
- 10.10. klo 17–19 Someron äidit
- 14.10. klo 10–12 Oivakahvila
- 14.10. klo 17–18 Kuntosali
- 15.10. klo 14-15:30 Vertaisryhmä Salo
- 17.10. klo 10–12 Torstain toivot
- 17.10. klo 11–12 Kuntosali
- 21.10. klo 10–12 Oivakahvila
- 21.10. klo 17–18 Kuntosali
- 22.10. klo 18–19:30 Miesomaishoitajien vertaisryhmä
- 23.10. klo 17–18:30 Kässäkahvila
- 24.10. klo 11–12 Kuntosali
- 24.10. klo 12–14 Hyvinvointia etsimässä -vertaisryhmä omaishoitajille Muurla 3
- 24.10. klo 17–18:30 Erityinen nuorten ilta
- 28.10. klo 10–12 Oivakahvila, vieraana Anna-Leena Salonoja
- 28.10. klo 17–18 Kuntosali
- 30.10. klo 13–14:30 Vertaisryhmä Somero
- 31.10. klo 10–11:30 Katse huomiseen vertaisryhmä
- 31.10. klo 10–12 Torstain toivot
- 31.10. klo 11–12 Kuntosali
- 31.10. klo 12–14 OivaKahvila Muurla/Muurlan opisto

Kahvin kanssa tai ilman

OmaisOiva
kahvila

kahvila

Tervetuloa kahville keskustelemaan omaishoitoon liittyvistä asioista ja kuuntelemaan asiantuntijavierailijoita

Oiva-kahvila maanantaisin klo 10–12

Omaishoitokeskus, Torikatu 12

Kahvila on kaikille omaishoidosta kiinnostuneille avoin matalan kynnyksen kohtaamispaikka.

Kahvilat käynnistyvät syksyllä omaishoitokeskuksella 9.9

HUOM!! 14.10 ei OivaKahvilaa, syyslomaviikko

Syksyn 2024 teemalliset kahvilat:

- **23.9. klo 10–12** vieraana Pia Saarinen Suomen sairaalatukusta kertomassa hoitotarvikkeista ja pienapuvälineistä. Voit myös ostaa tarvikkeita.
- **28.10 klo 10-12** vieraana ikääntyneiden palveluohjauksesta Anna-Leena Salonoja



Aamupalakahvila kuu-
kauden ensimmäisenä
perjantaina klo 10–12

Syksyn 2024 aamupalakahvilat:

6.9.

4.10.

1.11

Kahvin kanssa tai ilman

Oivakahvilat jalkautuvat kaupungin kohteisiin

Syyskauden aluksi jalkaudutaan OivaKahviloiden kera tutustumaan paikallisiin kohteisiin.

Maanantai 5.8. klo 10-12 Vuohensaaren kahvila

Keskiviikko 14.8. Veturitalli: kahvit klo 10-11, tämän jälkeen tutustuminen näyttelyyn Eevi Rutanen, Kodinhengetär.

Ennakkoilmoittautumiset kahviloihin edeltävän viikon perjantaihin mennessä Anniinalle 044 734 8116



Käsityökahvila, Omaishoitokeskus, Torikatu 12

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

Syksyn 2024 Kässäkahvilat
Keskiviikkoisin: 18.9., 23.10. ja
20.11. klo 17-18:30



Kahvin kanssa tai ilman

Torstain toivot, Kuusjoen koulu, Ylikulmantie 317

Torstain toivot -keskusteluryhmä on kaikille ikäihmisille avoin kohtaamispaikka Kuusjoella. Ryhmä kokoontuu joka toinen torstai (parilliset viikot) klo 10–12 Kuusjoen ala-asteen musiikinluokassa keskustelemaan yhdessä sovitun teeman äärelle. Ryhmän jälkeen on mahdollisuus ruokailla koululla (ruokalippuja voi ostaa Kuusjoen kirjastosta).

Toivot kokoontuvat syksyllä alkaen to 22.8. klo 10–12

HUOM! Syyslomaviikolla to 17.10. Toivot kokoontuvat Kuusjoen srk-talolla.

Lisätietoja Milkalta 044 7348 115

Tervetuloa klo 17:30-20!



TO 29.8.2024
SALO, FINLAND

**Omaishoitokeskuksella,
Torikatu 12**

Tänä vuonna ilahdutetaan ystävää!

Tule tekemään korttitervehdys ystävälle, jota haluat muistaa.
Ota mukaan osoite, postitamme puolestasi korttisi.

Tarjolla tietysti myös kaffetta ja pullaa :-)

ERITYISET NUORTENILLAT Syksy 2024

TO 19.9 klo 17-18:30

Kesäkuulumiset ja tutustuminen

TO 24.10 klo 17-18:30

Toivemusiikki

TO 21.11 klo 17-18:30

Nuorten valitsema ohjelma

TO 12.12 klo 17-18:30

Pikkujoulut

Ilmoittautumiset Anniinalle



Syksyllä uudistamme nuorten iltojen toimintatapoja, jotta kaikki nuoret saisivat onnistuneen kokemuksen ja ryhmänvetäjien työ olisi myös järjestelmällisempää. Jos nuori on estynyt tulemaan nuorten iltaan, tulisi poissaolo ilmoittaa Anniinalle mahdollisimman ajoissa. Moni nuorista ei kykene keskittymään toimintaan ennen kuin tiedetään ovatko kaikki osallistujat paikalla. Paikalle saavutaan ajoissa. Aika on lyhyt ja kerroilla on erilaista toimintaa, joista osa vie enemmän aikaa, jolloin myöhässä aloittaminen ei ole mahdollista. Kun ilmoitat nuoren mukaan nuorten iltoihin, sitoudutte noudattamaan näitä sääntöjä. Tehdään yhdessä onnistuneet illat ja jatketaan nuorten iltojen toiseen syyskauteen.

ERITYISLAPSIPERHEET

Erityislapsiperheiden

HOHTOkeilaus

perjantaina **13.9 klo 17–18**

Rata 57,

Salorankatu 5–7, Salo.

Aikuisille kahvit, lapsille limpparit.

Jädet kaikille.

Ilmoittautumiset 9.9 mennessä Anniinalle



Lomalta paluu -elokuva:

Itse Ilkimys 4

6.8 klo 17 Bio-salo

Ilmoittautumiset 5.8 mennessä

Anniinalle

Erityislapsiperheet ovat Anniinan vastuualueena. Yhteystiedot:

Puh. 044-734-8116, CD-erityislapsiperheet@salonmieslehti.fi

Erityislasten äitien vertaisryhmä

Jussin Baari, Joensuuentie 33

Syksy 2024

- Torstai 12.9. klo 17–19
- Torstai 10.10. klo 17–19
- Torstai 14.11. klo 17–19
- Torstai 19.12. klo 17–19 Ryhmän ”jouluruokailu” (Anniina mukana)



Lisätietoja Anu Järvinen p. 044 366 0003 tai
Anniina 044 734 8116

Teams iltakahvit erityislapsiperheiden vanhemmille starttaa syksyllä 2024

Ryhmä kokoontuu verkossa syksyn aikana 4 kertaa. Jokaiselle kerralle ei ole pakko osallistua. Ryhmän toiveiden mukaisesti voidaan valita kerroille aiheet etukäteen tai keskustella kullakin kerralla ryhmäläisten toiveiden mukaisista aiheista. Mukaan voit ilmoittautua Anniinalle 044 734 8116. Liitä mukaan sähköpostiosoite Teams-linkkiä varten.

Syksy 2024

Tiistai 17.9. klo 17:30–19

Tiistai 8.10. klo 17:30–19

Tiistai 12.11. klo 17:30–19

Tiistai 10.12. klo 17:30–19

Omais- Oiva

Somerolla
syksyllä 2024



Erityislasten äitien ryhmä:

to 12.9. klo 17-19

to 10.10. klo 17-19

to 14.11. klo 17-19

Jussin Baari,

Joensuuntie 33, Somero

OivaRyhmä SRK- talolla,

Härkäläntie 1, Somero:

ke 28.8. klo 13-14:30

ke 25.9. klo 13-14:30

ke 30.10. klo 13-14:30

Vertaistukiryhmä

omaishoitotilanteessa oleville



OivaKahvilat SRK-talolla:

ke 11.9. klo 13-14:30

ke 2.10. klo 13-14:30

ke 6.11. klo 13-14:30

Matalan kynnyksen

kohtauspaikka kaikille

omaisestaan huolta

kantaville ja hoidettaville

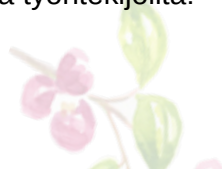


Lisätietoa toiminnoista OmaisOiva työntekijöiltä:

Milka 044 7348 115

Anniina 044 7348 116

www.salonomaishoitajat.fi





OmaisOiva

Omaishoitaja - kurssi

ke 11.9. klo 10-12

ke 18.9. klo 10-12

ke 25.9. klo 10-12

Omaishoitajien kurssi antaa tukea ja tietoa omaishoitajan oman jaksamisen tueksi.

Aiheita ovat mm. ravitsemus, liikunta, mielen hyvinvointi, muutokset arjessa ja yhteiskunnan tuki/palvelut.

Opastamme myös miten haet kuntoutukseen ja omaishoitajan lomille.



Paikka: SRK-talo,
Härkäläntie 1, Somero

Lisätietoa ja ilmoittautumiset kurssille **4.9.** mennessä
Milkalle numeroon 044 7348115

Kurssi on maksuton



Syksyn Luontokävelyt

kaupungissa

Lähtö Omaishoitokeskukselta klo 9:30. Kävelyn
kesto noin 1,5h.

Tiistaina 20.8. suunnataan Pahkavuoreen ja
liikuntapuistoon

Tiistaina 10.9. kohteena Salon torin puisto ja
jokiranta

Tiistaina 15.10. Lukkarinmäki

Mukaan hyvät jalkineet, kävelysauvat myös ja
kaikki aistit auki luonnolle 🍁

Lisätietoja Milkalta 044 7348 115

Salon omaishoitajat ry:n jäsenille

Kuntosalit, [vuorot ajalla 2.9.24- 1.5.25](#)

Maanantaisin klo 17–18 (omatoiminen) ja torstaisin
klo 11–12 (paikalla ohjaaja) kuntosalivuorot
Ylhäistentie 2, (ent. AMK).



To 19.9. ja 7.11. kuntosalivuoroilla mukana fysioterapeutti Roosa Mikkola ohjaamassa ja opastamassa laitteiden käytössä.
Joulutauko viikot 52 ja 1

OMAISHOITAJIEN JA HOIDETTAVIEN

Kesäjuhla

MUURLAN LEIRIRANNASSA, VÄHÄRYTKÖNTIE 14

MAANANTAINA 26.8.
KLO 12-15

OHJELMASSA

- FYSIOTERAPEUTTI ROOSA MIKKOLA PITÄÄ TOIMINNALLISEN HETKEN.
- LUONTOAIHEINEN VISA PALKINTOINEEN
- ULKOILUA, SAUNOMISTA JA HYVIÄ HERKKUJA

Juhlaan ilmoittautuminen työntekijöille 23.8. mennessä
Milka 044 7348 115
Anniina 044 7348 116





**Salon
omaishoitajat ry**

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 _____

PUHELINNUMERO _____

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

Seuraava Onnin uutiset ilmestyy lokakuussa 2024