

# Ovet-valmennus®

## OVIA OMAISHOITAJAN ARKEEN

Tietoa, taitoja ja vertaistukea sairastuneiden ja vammautuneiden omaisille.

Noin miljoona suomalaista auttaa säännöllisesti läheistään. Suomessa arvioidaan olevan noin 350 000 omaishoitotilannetta, joista 60 000 on sitovia ja vaativia. Vain pieni osa kaikista omaishoitotilanteista on lakisääteisen omaishoidon tuen piirissä.

**Suuri osa omaisista auttaa läheistään huomaamatta, että he elävät omaishoitotilanteessa.** Huolenpitoa on voinut jatkua vuosikausia, kunnes omainen eräänä päivänä huomaa, että hänen arkensa on täytynyt toisen ihmisen tukemisesta ja auttamisesta.

Uupumisen estämiseksi on tärkeää, että omaishoitaja tunnistaa elävänsä omaishoitotilanteessa. Huomatessaan olevansa omaishoitaja hän voi pohtia voimavarojensa riittävyttä ja omaa tuen tarvettaan sekä hakea tarvitsemiaan palveluja.

### Ovet-valmennus® omaistaan hoitavien tueksi

**Jokilaaksojen omaishoitajat ja läheiset ry** järjestää omaishoitajille Ovet-valmennuksen Oulaisissa 22. - 23.10.19 ja 25.10.2019. Valmennuksessa käsitellään mm. omaishoitajuuden tunnusmerkkejä, yhteiskunnan palveluja, avustamisen ja hoivatyön perusteita, muutoksen kohtaamista, vertaistukea, osallistumista ja omaishoitajan hyvinvointia.

**Aika:** 22. - 23.10.19 ja 25.10.2019.

**Paikka:** Penttilän – talo os. Putilankatu 1 Oulainen

Ilmoittautumiset ja lisätiedot päivien pituudesta: Perjantai 11/10 2019 mennessä.

Valmennukseen voit ilmoittautua puhelimitse tai sähköpostilla. Ovet- valmennus on tarkoitettu niille, jotka kokevat olevansa omaishoitotilanteessa tai ovat olleet jo jonkin aikaa omaishoitajana ja tarvitsevat lisätietoa sekä ohjausta tehtävänsä.

Huomioithan että valmennukseen osallistuminen ei edellytä yhdistyksemme jäsenyyttä eikä kuntasi kanssa solmittua omaishoitosopimusta!

Valmennus on myös osallistujille maksuton. Tarjoamme valmennuksen aikana pientä suolapalaa ja kahvit / teetä.

*Ovet-valmennuksen yhteyshenkilöt*

Arja Taka-Eilola

puhelin: 044 – 98 68 159/ sähköposti : [arja.taka-eilola@kotinet.com](mailto:arja.taka-eilola@kotinet.com)

Teija Sorvoja

puhelin : 044 – 98 68 009 / sähköposti: [teija.sorvoja@gmail.com](mailto:teija.sorvoja@gmail.com)



Jokilaaksojen  
omaisoitajat ja läheiset ry

OmaisOiva

