



[Lue tiedote verkkosivuillemme.](#)



## Hyvä omaishoitajien parissa toimiva!

[Omaishoitotiedote 4/2022](#)

23.11.2022



### Lähellä-lehti 4/2022 on ilmestynyt

Tutustu ja vinkkaa myös kollegoillesi.

Lehden teemoina ovat Ikääntymisen haasteet & Omaishoito ja parisuhde

[Lue Lähellä -lehti 4/2022](#)

### Omaishoito ei sytytä työmarkkinaneuvotteluissa

Ansiotyön ja omaishoidon yhteensovittaminen ei ole edennyt työmarkkinaneuvotteluissa.

Omaishoitajaliitto selvitti keskeisten työmarkkinajärjestöjen asenteita ansiotyön ja omaishoidon yhteensovittamisesta. Lokakuussa tehtyyn kyselyyn vastasi 41 työntekijäjärjestöä ja 15 työnantajajärjestöä.

[Lue lisää tiedotteesta.](#)

---

## Tutustu Tunne voimavarasi -vertaisryhmämalliin

Tunne voimavarasi -hankkeessa kehitetystä vertaisryhmämallista on nyt julkaistu sähköinen ohjaajan opas. Vertaisryhmämalli on tarkoitettu ikääntyvien omaishoitajanaisten tukemiseen.



Sen keskiössä on omaishoitajan omien tarpeiden ja tunteiden tunnistaminen, tunnesäätely, rajojen asettaminen sekä voimavarat.

Ryhmämallia voi hyödyntää joko sellaisenaan, soveltaen eri kohderyhmille tai poimimalla yksittäisiä teemoja ja harjoituksia osaksi muuta toimintaa.

[Tutustu ohjaajan oppaaseen](#)

**30.11. klo 13–16 järjestetään verkkokoulutus, josta saa valmiudet Tunne voimavarasi -ryhmän toteuttamiseen.**

[Lue lisää koulutuksesta ja ilmoittaudu mukaan](#)

---

## Avuksi työikäisten omaishoitajien kohtaamisiin

Omaishoidon toimijoiden toiveesta olemme painattaneet käyntikortteja. Korteissa on nettilinkki ja QR -koodi [Työ ja omaishoito -nettisivuille](#).



Sivustolta löytyy kokemustarinoita, tietopankki, sekä vinkkejä ansiotyön tai työttömyyden ja omaishoidon yhteensovittamisesta.

**Kortteja voi tilata 30.11.2022 mennessä**

veloituksetta [matti.makela@omaishoitajat.fi](mailto:matti.makela@omaishoitajat.fi).

Tilaukseen mukaan nimi ja postitusosoite.

## Omaishoidon neuvonta laajentunut ilta-aikaan ja omaishoitajille auennut uusi vertaischat!

### Omaishoidon neuvonta

**ma-to klo 10–14**  
**puh. 020 7806 599**

Kysymyksiin vastaavat  
Omaishoitajaliiton työntekijät.

Puhelun hinta on lankaverkosta 8,35 snt/puhelu + 8,83 snt/min  
ja matkapuhelinverkosta 8,35 snt/puhelu + 22,32 snt/min.



### Kysy omaishoidosta -chat

**ma-to klo 9–12**  
**[www.omaishoitajat.fi](http://www.omaishoitajat.fi)**

Chatissa vastaavat Omaishoitajaliiton  
ja sen jäsenyhdistysten työntekijät.



**Omaishoitajaliitto**

**#omaishoitoyhteisö**

Neuvontaa ja ohjausta on saanut syyskuusta alkaen myös ilta-aikaan kerran kuukaudessa.

Chatissa omaishoitoon liittyviin kysymyksiin vastaa liiton työntekijä.

Lisäksi syyskuussa avattiin samanaikaisesti omaishoitajille vertaischat, jossa

läheistään hoitavat pääsevät keskustelemaan ja vaihtamaan kuulumisia sekä kokemuksia keskenään. Paikalla on myös liiton työntekijä.

Omaishoidon vertaischat aukeaa kerran kuukaudessa liiton [Neuvonta ja ohjaus -sivulle](#) tulevasta linkistä. Kysy omaishoidosta -chattiin pääsee tuttuun tapaan liiton verkkosivujen oikeassa alakulmassa olevasta chat-ikkunasta. Molemmat chatit ovat auki samanaikaisesti klo 15–18.

Seuraava ilta- ja vertaischat on 7.12.

---

## Omaishoitajien haasteet hyvinvointialueilla

Millaisia haasteita uudet hyvinvointialueet tuovat ikääntyneille ja erityisesti ikääntyneiden omaishoitoperheille? Parantuvatko ikääntyneiden palvelut, kun järjestäjänä on hyvinvointialue eikä kunta? Onko palveluiden laadussa ja määrässä suunta ylös- vai alaspäin?



[Lue lakimies Yrjö Mattilan artikkeli uusimmasta Lähellä-lehdestä.](#)

---

## Blogi: "Nyt on minun vuoroni auttaa"

Ilman vapaaehtoisia ja vertaistukijoita ei olisi olemassa omaishoitoyhteisöä, muistuttaa Omaishoitajaliiton toiminnanjohtaja **Sari Tervonen** blogissaan.

Yleensä halu auttaa lähtee siitä, että on itse ollut ensin autettavana.

Syy siihen, miksi joku puolestaan ei ole vapaaehtoistoiminnassa voi olla yksinkertaisesti se, että häntä ei ole koskaan pyydetty mukaan, arvioi Tervonen.



[Lue "Oodi omaishoitajayhdistysten vapaaehtoisille" tästä.](#)

*Kuva: Tapani Romppainen*

---

## Hyvinvointiwebinaari: Kenen elämää elän?

**Torstaina 8.12. klo 17–18 verkossa**

Silloin kun huolehtii läheisestään, jää itsestä ja omista tarpeista huolehtiminen helposti taka-alalle. Webinaarissa pohditaan, miksi ja milloin olisi hyvä kysyä itseltään: ”Kenen elämää elän?”

Aiheesta on puhumassa psykologi ja omaishoitajana toiminut **Pirkko Lahti**.

Vinkkaa webinaarista omaishoitajille ja osallistu myös itse!

[Lisätietoa ja ilmoittautuminen](#)

---

## Omaishoitajien hyvinvointiwebinaarit

Webinaarit ovat kaikille läheisestään huolehtiville tarkoitettuja verkkotilaisuuksia hyvinvointiin liittyvistä teemoista. [Lisätietoa ja ilmoittautuminen](#).

Vinkkaa webinaareista omaishoitajille ja osallistu myös itse!

---

**Katso lisää muista tilaisuuksista [tapahtumakalenterista](#)**

---

## Vinkkaa tiedotteesta työkaverillesi

Vinkkaa Omaishoitotiedotteesta työkaverillesi. Niin hänkin pysyy ajan tasalla omaishoitoasioista. Maksuttoman omaishoitotiedotteen voi tilata ja perua osoitteessa [Tilaa omaishoitotiedote](#).



Neljä kertaa vuodessa ilmestyvässä tiedotteessa on aina linkki uusimpaan Lähellä-lehteen.

---

## Pysy ajan tasalla, seuraa Omaishoitajaliiton viestintää

Omaishoidon ajankohtaiset asiat ja omaishoitajien tarinat löytyvät Omaishoitajaliiton verkkosivuilta ja sosiaalisen median kanavista. Omaishoitoaiheisia päivityksiä löydät aihetunnisteilla #omaishoito, #OmaishoitoKoskettaaJokaista ja #Omaishoitoyhteisö



Ystävällisin terveisin

Omaishoitajaliitto ry

Hämeentie 105 A 18, 00550 Helsinki

[www.omaishoitajat.fi](http://www.omaishoitajat.fi)

## Omaishoitajaliiton kanssa omaishoitajien tukena



[Siirry lukemaan kaikki Omaishoitotiedotteet tästä](#)

2022 Omaishoitajaliitto ry

Saat tämän tiedotteen, koska olet Omaishoitotiedotteen postituslistalla. Tiedotteen tilaaminen ja peruminen onnistuvat osoitteessa <https://omaishoitajat.fi/omaishoitotiedote/>

Tietosuojaseloste <https://omaishoitajat.fi/rekisteriselosteet/>

Osoitelähde: Organisaationne nettisivut, sähköpostitse tehdyt tilaukset ja Omaishoitajaliiton tilaisuuksista tehdyt tilaukset.

This email was sent to [ismo.laukkarinen@omaishoitajat.fi](mailto:ismo.laukkarinen@omaishoitajat.fi)

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Omaishoitajaliitto ry · Hämeentie 105 A 18 · Helsinki 00550 · Finland