



Omaishoidon verkoston tiedote

Suomen omaishoidon verkoston seitsemäs tiedote 2022. Verkoston jäsenjärjestöt ja alueelliset verkostot voivat lähettää ajankohtaisia asioita ja valtakunnallisia avoimia tapahtumia osoitteeseen pilvi.nummelin@omaishoitajat.fi. Myös verkoston Facebook-sivuilla ja [verkkosivuilla](#) löytyy ajankohtaista päivitystä ja verkostotiedotteet.

Verkoston toiminta

Uudistuneet verkkosivut

Omaishoitajaliiton uudet verkkosivut julkaistiin tiistaina 15.11. ja samalla uudistuivat Suomen omaishoidon verkoston sivut. Uudistuksen tavoitteena oli luoda ulkoasultaan selkeät sivut, joilta käyttäjät löytävät tarvitsemansa tiedon mahdollisimman helposti. Omaishoitajaliiton sivuilla tuodaan myös entistä paremmin näkyviin [erilaisia omaishoitotilanteita](#). Sivut löytyvät osoitteesta omaishoidonverkosto.fi ja omaishoitajat.fi. Verkoston sivuille täydennetään tietoa loppuvuoden aikana.

Ensi vuoden toiminta

Verkoston vuosikokouksessa vahvistettiin verkoston ensi vuoden teemat: omaishoitajien kohtaaminen ja omaishoito ja ikääntyminen. Jonna Skand jatkaa puheenjohtajana. Vaikuttamistyöhön liittyen kannattaa varata kalenterista jo iltapäivä 16.2., jolloin pidetään etäkoulutusta omaishoitajien vapaista sekä vaikuttamistyöstä eduskuntavaaleissa ja hyvinvointialuilla.

Verkoston järjestöjen tukea omaisille

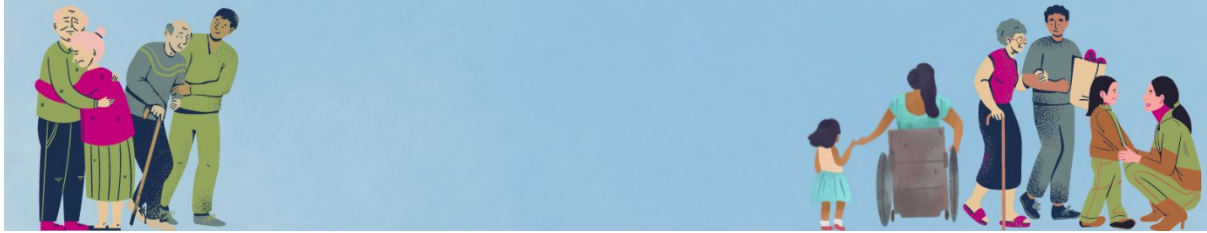
Hyvää omaishoitajien viikkoa!

Valtakunnallisella omaishoitajien viikolla (20.–27.11.) omaishoito näkyy verkoston viestinnässä, [Facebook postauksissa](#) ja Verkosto jakaa myös Pähkinänsärkijät-verkoston kokoamia [toimenpidesuosituksia erityislapsiperheiden vanhempien tukemiseksi](#).

Lisätietoa Omaishoitajaliiton yhdistyksen tapahtumista [Omaishoitajaliiton nettisivuilta](#). Omaishoitajaliiton pääjuhla järjestetään Turussa 24.11. klo 13–16 [Livestriimiä pääsee seuraamaan tästä linkistä](#).

HYVÄÄ VALTAKUNNALLISTA OMAISHOITAJIEN VIIKKOA!

Tiesitkö, että noin **350 000**
henkilöä on pääasiallisessa vastuussa
läheisensä huolenpidosta.



Tunne voimavarasi -vertaisryhmämalli julkaistu

Tunne voimavarasi -hankkeessa kehitetystä vertaisryhmämallista on nyt julkaistu sähköinen ohjaajan opas. Vertaisryhmämalli on tarkoitettu ikääntyville omaishoitajaisille. Sen keskiössä on 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.

30.11. klo 13–16 järjestetään verkkokoulutus, josta saa valmiudet Tunne voimavarasi -ryhmän toteuttamiseen. [Tutustu ohjaajan oppaaseen ja ilmoittaudu koulutukseen hankkeen verkkosivuilla](#)

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. [Lisätietoa ja ilmoittautuminen](#)

Vertaistukichat erityislusten vanhemmille

Erityislapsen vanhemman elämä voi olla yhtä tunteiden vuoristorataa. Tule tuulettamaan tunteitasi ja ajatuksiasi muiden erityislusten vanhempien kanssa Leijonaemojen vertaischatiin 5.12. klo 20-20.30. Ryhmään mahtuu kerralla 20 keskustelijaa. Lisätietoa [Leijonaemojen vertaischatista](#).

Taitoa tulevaan – verkkovalmennus

Verkkovalmennus erityislapsen vanhemmille nuorten itsenäistymiseen. Valmennus kestää kuusi viikkoa 30.1.-12.3. Mukaan mahtuu kymmenen osallistujaa, jotka valitaan hakijoiden joukosta. Valmennuksen teemat ovat: itsenäistyminen nuoren kehitystehtävänä, muuttuva vanhemmuus ja

irtipäästäminen, haastavat tilanteet arjessa, vahvistavat ihmissuhteet, omat voimavarat ja oma aika. Lisätietoa [Kehitysvammaisten Palvelusäätiön valmennuksesta](#).

Verkkoluento: Erityislapsen kuolema ja perheen suru

Leijonaemojen Tassutorstain 1.12. klo 17-18 verkkoluennolla keskustellaan erityislapsen kuolemasta ja kuoleman mahdollisuudesta, sekä siitä koituvasta surusta. Keskustelua luotsaamassa Tampereen yliopiston TtT, dosentti ja yliopistonlehtori Anna Liisa Aho.

Osallistuminen on maksutonta eikä vaadi ennakkoilmoittautumista. Luento tallennetaan ja on katsovissa kahden viikon ajan Leijonaemojen verkkosivuilla. Lisätietoa ja linkki luentoon [Leijonaemojen sivuilla](#).

Vertaisoppimisen päivä: Monikulttuuristen perheiden kanssa työskentely

Kehitysvammaisten Palvelusäätiön Elämänmuutos-toiminta järjestää vertaisoppimisen päivän, jossa on teemana on monikulttuuristen perheiden kohtaaminen ja heidän kanssaan työskentely. Vertaisoppimisen päivän tarkoituksena on jakaa jokaisen omaa kokemusta, saada vinkkejä omaan työhön sekä verkostoitua. Voit osallistua liveinä Tulppaanitalolla Tampereella tai etänä teamsin kautta. Lisätiedot ja ilmoittautuminen [tapahtuman sivuilla](#).

Avuksi työikäisten omaishoitajien kohtaamisiin

Omaishoitajaliitto on painattanut työhön ja omaishoittoon liittyen 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. mennessä veloitusetta matti.makela@omaishoitajat.fi. Tilaukseen mukaan nimi ja postitusosoite.



Muu ajankohtainen

Omaishoitajien haasteet hyvinvointialueilla

Kun kunnilta hyvinvointialueille siirtyy vastuu omaishoidon sopimuksista, palkkioista ja palveluista sopimuksen tehneille omaishoitajille voi tulla muutoksia. Joillakin hyvinvointialueilla aiempia sopimuksia irtisanotaan ja uusitaan hyvinvointialueen päättämien linjausten mukaiseksi.

Lue lisää [Omaishoitajaliiton verkkosivuilta](#) ja myös lakimies Yrjö Mattilan artikkelissa [Lähellä-lehdestä](#) käsitellään millaisia haasteita uudet hyvinvointialueet voivat tuoda ikääntyneille ja erityisesti ikääntyneiden omaishoitoperheille.

Tutkimukseen kaivataan tarinoita COVID-19-ajasta

Helsingin yliopiston kyselytutkimuksen mainos omaishoitajille: Jos kuulut seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön ja olet omaishoitaja, kerro tarinasi pandemia-ajasta. Helsingin yliopiston kansainvälisessä tutkimuksessa tarinasi käsitellään luottamuksellisesti ja siten, ettei sen pohjalta voi tunnistaa sinua.

Voit kirjoittaa suomeksi, ruotsiksi tai englanniksi. Tarinoita analysoi vanhempi tutkija Jukka Lehtonen. Tutkimuksen avulla pyritään parantamaan omaishoitajien asemaa ja varautumaan paremmin pandemioihin. Lisätietoja tutkimuksesta [Helsingin yliopiston sivuilta](#). Kerro tarinasi 30.11.2022 mennessä: <https://elomake.helsinki.fi/lomakkeet/119746/lomake.html>

Vertaisryhmä työelämän ja läheishoivan yhteensovittamisen tueksi

Läheisenä työelämässä -hanke tarjoaa ammatillisesti ohjattuja vertaisryhmiä 40-65-vuotiaille työelämän ja läheishoivan yhteensovittamisen tueksi. Hankkeessa tarjotaan keinoja omien voimavarojen ja kuormitustekijöiden tunnistamiseen ja tuetaan työn ja hoivan yhdistämisessä. Seuraavat vertaisryhmät Valtakunnallinen verkkovertaisryhmä ma 7.11.-5.12. klo 17-19, Helsingin vertaisryhmä to 19.1.2023-16.2.2023 klo 17-19. Lisätietoja hankkeesta osoitteessa www.mariaakatemia.fi/laheisena.

Suomen omaishoidon verkosto on omaishoidon kehittämisestä kiinnostuneiden valtakunnallisten järjestöjen, säätiöiden ja tutkimuslaitosten avoin verkosto. Verkoston tavoitteena on omaishoitoperheiden aseman parantaminen, omaishoidon kehittäminen sekä verkoston jäsenten välisen yhteistyön parantaminen. Saat tämän uutiskirjeen, koska olet verkoston postituslistalla. Jos haluat poistua laita sähköpostia pilvi.nummelin(a)omaishoitajat.fi

