



Omaishoidon verkoston tiedote

Suomen omaishoidon verkoston kolmas tiedote 2023. 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 asiaa ja verkostotiedotteet.

Verkoston toiminta

Webinaari: Omaishoitajan tukena – työkaluja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen

10.5. klo 9.00--11.30. Miten ammattilainen voi ottaa mielen hyvinvoinnin puheeksi ja tukea omaishoitajan voimavaroja? Kuinka auttaa käsittelemään luopumiseen liittyviä tunteita?

Maksuttoman webinaarin järjestävät yhteistyössä Suomen omaishoidon verkosto ja Kuinka jaksat omaishoitaja -hanke. Lisää tietoa [tapahtuman sivuilta](#) ja ilmoittautuminen [linkin kautta 8.5. mennessä](#)

Verkoston yhteyshenkilöiden tapaaminen

Verkoston yhteyshenkilöt tapaavat 30.5. iltapäivällä Helsingissä Cafe Violassa. Tapaamisen jälkeen on mahdollisuus käydä kävelyllä Kaisaniemen kasvistieteellisessä puutarhassa. Yhteyshenkilöille lähetetään lisää tietoa sähköpostitse.

Verkoston jäsenjärjestöt tukevat läheisiä

Poimintoja verkoston järjestöjen tapahtumista omaisille:

Hyvinvointipäivät omaishoitajille Suomen Punaisen Ristin omaishoitajien hyvinvointipäivät 23.-24.5.2023 Naantalissa kylpylässä ja 5.-6.6.2023 Keski-Suomessa. Lisää tietoa päivitetään [Suomen Punaisen Ristin sivuille](#).

Läheisneuvola - Liikehäiriösairauksien liiton läheisten verkkotapaamiset keväällä 2023. Läheisneuvola-tilaisuudet verkossa järjestetään joka kuukauden ensimmäinen torstai klo 16-17 Teams- sovelluksella. Jokaisessa tilaisuudessa on lyhyt alustus aiheeseen, keskustelua ja yhteinen hyvinvointihetki. Lue lisää [Liikehäiriösairauksien liiton sivuilta](#)

Omaishoitajana muutostilanteissa -tunteita, kohtaamisia ja omaisyhteistyötä Jyväskylässä 25.4. Mietityttääkö lyhytaikaishoito? Onko läheisesi siirtynyt kodin ulkopuoliseen hoivaan? Miten vahvistaa omaa hyvinvointia muutostilanteissa? Omaishoitajille, omaisille ja muille aiheesta

kiinnostuneille teematilaisuus Jyväskylän kaupunginkirjastossa. Lisätietoa [Omaisena edelleen järjestön sivuilta](#).

Neuroliiton verkkotapaaminen vanhemman roolissa oleville läheisille 26.4. klo 18–19.

Verkkotapaaminen on sinulle, joka olet MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastavan vanhempi, isä tai äiti. Lapsesi voi olla alaikäinen tai aikuinen, iällä ei ole merkitystä. Tapaamisessa sinulla on mahdollisuus keskustella mielen päällä olevista asioista toisten vanhemman roolissa olevien läheisten kanssa. Keskustelussa on mukana järjestösuunnittelija Sari Raitakari. Lisätietoa ja ilmoittautuminen [lomakkeen kautta](#).

Aivovammaliiton Jaksu vierellä -luento läheisille 26.4.klo 18-19. Hyvinvointivalmentaja Piia Korisevan hersyvän hauska luento käy ilon kautta läpi asioita Piian omaan kokemukseen ja koulutukseen pohjautuen aivoinfarktin jälkeen. Lisätietoa ja ilmoittautuminen. Lisätietoa ja ilmoittautuminen [Aivovammaliiton sivuilta](#).

Aivoliiton tapahtumia läheisille. Perheiden voimavarakurssi 16.6. Tampere ja 26.6. Turku. Kurssi on suunnattu lapsiperheille, joissa vanhempi on sairastanut aivoverenkiertohäiriön. Lisäksi AVH läheisten verkkoiltoja on kerran kuussa ja AVH-tietoiltoja, joissa on eri teemoja myös läheisiä koskien. Lue lisää [Aivoliiton sivuilta](#)

Mielen tukena yleisöluento - Päätteet ja mieli - miten tukea omaista? Varsinais-Suomen FinFamin luento järjestetään 25.4. klo 18.00-19.30 Turun pääkirjaston Studio-salissa ja sitä voi seurata myös Facebook-live tapahtumana. Aiheena kaksoisdiagnoosin hoito ja miten omaiset huomioidaan. Luennoitsijana Markku Partanen, ylilääkäri, A-klinikka Oy:n avohoitopalveluista. Ei ennakoilmoittautumista. [Tapahtuma Facebookissa](#).

Erityistä tukea tarvitsevan ikääntyminen – kahvihetki läheisille 4.5. Illan aiheena erityistä tukea tarvitsevan henkilön ikääntyminen. Miten omaa läheistään voi tukea ylläpitämään toimintakykyään ja työssäjaksamistaan. Millaista hyötyä digilaitteista ja sovelluksista voi olla ikääntyvän arjessa? Osallistuminen Joensuussa tai etänä. Lisätietoa [Kehitysvammaisten Palvelusäätiön sivuilta](#).



Omaishoitajaliiton Voimaa kulttuurista kuukausi huhtikuussa

Huhtikuussa Omaishoitajaliitto kannustaa kaikkia omaishoitajia kokeilemaan, millaista hyvinvointia kulttuuri voi tuoda elämään. Saat vinkkejä, miten kulttuuria voi kuluttaa kotona. Rohkaisemme myös lähtemään kotoa taiteen pariin – joko kokemaan tai luomaan itse. Jaamme muiden omaishoitajien

kertomuksia ja kokemuksia. Omaishoitajaliiton Facebook-sivulle on luotu oma Hyvinvoinnin teemakuukauden -tapahtumasivusto. Lue lisää [Omaishoitajaliiton sivuilta](#).

18.4. klo 14-15 Voimaa arkeen kirjoittamalla. Webinaarissa tutustutaan siihen, mitä voimauttava kirjoittaminen tuo elämään ja miksi sitä kannattaa harrastaa. Saat vinkkejä ja neuvoja sekä inspiraatiota omaan kirjoittamiseesi. Voimauttava kirjoittaminen on vain sinua itseäsi varten, eikä sinun tarvitse osata mitään erityistä. [Lue lisää ja ilmoittaudu webinaariin](#)

Luovuuspakka omaishoitajille. Kortit tarjoavat ideoita arjen luoviin ja toiminnallisiin hetkiin aikuisista läheisistään huolehtiville omaishoitajille ja perheenjäsenille. Ekspressiivisen taideilmaisun ohjaaja Taina Semin tekemää luovuuspakkaa voi käyttää kuka tahansa ja minkä ikäisenä vaan yksin tai ryhmässä. Luovuuden harjoittaminen liittyy vahvasti ihmisen hyvinvointiin. Luovuuspakka sisältää 50 ideakorttia ja kaksi ohjekorttia. Luovuusharjoitukset on jaoteltu eri teemojen mukaan. Kortit löytyvät ilmaiseksi ladattavana PDF-tiedostona tai pakan voi tilata fyysisenä. Pakkaa voi tilata sivulta www.omaishoitajat.fi > [Materiaalit ja myyntituotteet](#)



Tapahtumia ammattilaisille

Ideointipaja työikäisten läheishoivaajien tavoittamiseksi

24.4. klo 10–12, verkossa. Omaishoitajaliiton Rahkeet riittämään hankkeen työntekijöiden kanssa keskustellaan missä mennään työikäisten läheishoivaajien tukemisessa ja ideoitaan yhdessä, miten heitä voisi tavoittaa paremmin. Tilaisuus on tarkoitettu kaikille omaishoitoyhdistyksen toimijoille ja muillekin, joita työikäisten hoiva-asiat kiinnostavat. [Tästä mukaan tapaamiseen](#)

Työikäiset omaishoitajat -teemakoulutus

29.5. klo. 10-12., verkossa. Omaishoitajaliiton Rahkeet riittämään -hanke järjestää ilmaisen koulutuksen etäomaishoidosta ja omaishoitajan työttömyysturvasta. Lisäksi tsekataan mitä lisäarvoa uusi vammaispalvelulaki tuo työikäiselle omaishoitajalle. Tilaisuus on tarkoitettu kaikille, joita työikäisten hoiva-asiat kiinnostavat. [Ilmoittaudu mukaan.](#) [Koulutukseen pääset tästä.](#)

DigiAgeTalk2023

DigiAgeTalkissa käydään yhteistä keskustelua digitalisaatioon ja teknologiaan liittyen, katse erityisesti ikääntyneiden tarpeissa ja kokemuksissa. DigiAgeTalk pidetään keskiviikkona 7.6.2023 kello 9.30--14.30, Paavo-sali ja Lämpiö, Musiikkitalo, Helsinki.

Ohjelma ja aikataulu päivittyvät kevään mittaan. Tilaisuus on maksuton osallistujille, ja osallistuminen on mahdollista myös etänä. Lisää tietoa [Valli ry sivuilta](#).

Uutisia omaishoidosta Euroopassa

[Eurocarersin uutiskirjeessä](#) kerrotaan uusimmista EU:n linjauksista, tutkimuksista ja koulutusmahdollisuuksista.

Yhteispohjoismainen foorumi perustettiin ajamaan omaishoitajien oikeuksia. Norjan, Ruotsin, Suomen ja Tanskan omaishoitajaliittojen edustajat perustivat yhteispohjoismaisen Carers Forum – omaishoitajafoorumin 17.3. Oslossa. Foorumin tavoitteena on edistää alan yhteispohjoismaista tutkimusta ja oikeudenmukaisten ratkaisujen kehittämistä läheisten ja omaishoitajien näkökulmasta. Foorumi toimii yhteistyössä eurooppalaisten omaishoito-organisaatioiden muodostaman Eurocarers-verkoston kanssa. Lue lisää [Omaishoitajaliiton uutisesta](#).

Suomen omaishoidon verkosto on omaishoidon kehittämistä 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 listalta, laita sähköpostia pilvi.nummelin(a)omaishoitajat.fi