

KESKI-UUDENMAAN OMAISHOITAJAT JA LÄHEISET RY



JÄSENTIEDOTE 2/18

TULEVIA TAPAHTUMIA

Merkittävä muistiin!

- + Rusutjärven koulutus- ja virkistyspäivä 26.5.
- + Syksyllä perinteinen hemmottelupäiviä Keudassa



Rusutjärven koulutus- ja virkistyspäivä lauantaina 26.5.

Olemme taas kerran saaneet Ragnar Ekbergin säätiöltä avustuksen omaishoitajien virkistys- ja koulutustoimintaan. Sen turvin järjestämme mm. 26.5. toteutettavan koulutus- ja virkistyspäivän monelle jo tutuksi tulleessa paikassa Tuusulan seurakunnan leirikeskuksessa Rusutjärvellä Tuusulassa.

Tilaisuus on tarkoitettu sekä omaishoitajille että heidän hoidettavilleen.

- Ohjelma alkaa klo 10** kahvilla ja croisantilla. ja jatkuu välittömästi
- Koulutusosuuksella, jonka aiheena parisuhdeasiat.** Luennoitsijana on **Kaisa Humaljoki** pari- ja perhepsykoterapeutti. Parisuhdekeskus Katajasta.
- Lounas klo 13** – Tarjolla broileria yrttikastikkeella, marjakeitto
- Virkistysosuuksessa** mm. Seppo Lammi, joka laulattaa meitä.

Osallistumismaksu (omavastuuosuus) á 5 euroa, joka maksetaan yhdistyksen tilille FI81 5092 0920 1477 07.

Ilmoittautuminen 18.5. mennessä Kirsti Pihlajaniemelle puh. 050 5317919
kirsti.pihlajaniemi@hotmail.fi

Leirikeskuksen osoita Hämeentie 44 (Tuusula)

Syksyllä Keudaan hemmoteltavaksi

Keuda (Tuusula) tarjoaa monipuolisia kauneudenhoitopalveluita oppilastöinä. Tarjolla on mm. kasvo-, jalka-, käsi-, vartalohoidot, ripsien ja kulmien värjäykset ym. Mikä lopullinen valikko samoin kuin tapahtuman ajankohta on vielä auki ja koulun ratkaistavissa. Hemmottelupalveluita on tarjolla 20 omaishoitajalle (kahdessa 10 hengen ryhmässä). Mukana oleville hoidettaville omaa toimintaa.

YHTEYSTIETOJA

Puheenjohtaja	Seppo Tilander	0400 455082	seppo.tilander@kotikone.fi
1..varapj.	Anu Lönnqvist	050 3397191	anu.lonnqvist@gmail.com
2.varapj.	Hanni Koljonen	040 7068059	hakoljon@kolumbus.fi
sihteeri	Kirsti Pihlajaniemi	050 5317919	kirsti.pihlajaniemi@hotmail.fi
<u>Muut jäsenet</u>	Pertti Kaartoaho		pera39@luukku.com
	Hannu Pesari	040 5277123	hannu.pesari@suomi24.fi
	Sari Putkonen	010 3875802	sari.putkonen@kotoranta.fi

Hyvää loppukevättä ja kesää !



Kevätaurinkoinen tervehdys Keski-Uudenmaan OmaisOivasta!

Yhdistyksen OmaisOiva-toiminnassa kevät on sujunut vauhdikkaissa merkeissä – olemme kokeilleet muun muassa uusia etsivän työn muotoja, esimerkiksi viikon mittaisia infopisteitä sekä kirjastoauton kyytiin hyppäämistä, jolloin tietoa on voitu viedä myös kuntien reuna-alueille ja kyliin saakka.

Lisäksi polkaisimme käyntiin viimeisenkin ydintoimintamuodoistamme; Ovet-valmennukset®, jota pilotoimme keväällä Keravalla. 16 tunnin Ovet-valmennus® paketti tarjoaa monipuolisia eväitä omaishoitajuuteen, tukee omaishoitajan vahvuuksia ja auttaa uusien voimavarojen löytämisessä yhdessä toisten omaistaan hoitavien kanssa. Ensi vuonna Ovet-valmennukset® käynnistyvät tarvelähtöisesti kaikissa muissakin toiminta-alueemme kunnissa. Kevään 2019 Ovet-valmennus® paikkakunnat ja ajankohdat varmistuvat syksyn aikana, mutta alustavan ilmoittautumisen voi tehdä jo nyt!

Syksyn 2018 pilottina luvassa myös MuistiOvet

Vielä ennen ensi vuoden Ovet-valmennuksia® luvassa on kuitenkin toinenkin pilotti: MuistiOvet-valmennus, joka on erityisesti muistisairaiden omaisille suunnattu Ovet-valmennuksen® sovellus. MuistiOvet järjestetään yhteistyössä Uudenmaan Muistiluotsin kanssa Järvenpäässä, mutta mukaan voi ilmoittautua yli kuntarajojen! Valmennus ajoittuu syksyille 2018 loka - marraskuuhun. Mukaan valmennukseen mahtuu 12 ensimmäiseksi ilmoittautunutta, joten jos kiinnostuit, alustava ilmoittautuminen kannattaa tehdä jo nyt OmaisOivan työntekijöille!

Alkukesän OivaPicnicit = kesäiset termarikaffet raittiissa ulkoilmassa & hyvässä seurassa!

Milloin viimeksi olet juonut termarikahvit kesäisessä ulkosäässä? Nyt siihen on oiva mahdollisuus, sillä vielä ennen kesätaukoa järjestämme OivaPicnicit kaikille läheistään hoitaville ja omaishoidon asioista kiinnostuneille. Kaikille avoimissa ja maksuttomissa kesäkohtaamisissa on luvassa mukavaa yhdessäoloa kesäisten ulkoaktiiviteettien merkeissä – maistuvia termarikaffeita unohtamatta!

Kurkkaa tästä Sinua lähimpänä oleva picnic ja tule mukaan, yksin tai kaverin kanssa!

Järvenpää to 24.5. klo 13-15

Järvenpään rantapuisto, Senioripuisto

Tuusula ti 29.5. klo 13-15

Koskensilta, tavataan Kirkkotie 2-4 kohdalla pienen parkkipaikan edustalla

Mäntsälä to 31.5. klo 13-15

Senioripuisto, os. Kaakkumäentie 2

Pornainen to 7.6. klo 13-15

Hietasen uimaranta (Vähä-Laukkoskentieltä käänös Kalkinkujalle)

Kerava ti 12.6. klo 13-15

Aurinkomäen puistoalue keskustassa

Nurmijärvi to 14.6. klo 13-15

Myllykoski, tavataan aluksi Kylmänojantien hiekkaparkilla

Seuraavissa, alkusyksyn OmaisOivan terveisissämme lähetämme syyskauden toimintakalenterimme sekä kerromme tarkemmin muun muassa siitä, kuinka vapaaehtoistoiminta on käynnistynyt OmaisOivassa sekä sen mahdollisuuksista niin vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille, kuin omaistaan hoitavillekin. Voit käydä kurkkaamassa tietoa tästä & monista muistakin aiheista myös nettisivuiltamme: www.keskiuudenmaanomaishoitajat.fi



Aurinkoista kevään aikaa & lämpöistä kesää toivotellen,

OmaisOivalaiset

Laura

puh. 050 320 3962

Heidi

puh. 050 306 6812