# OMAISTEN JA LÄHEISTEN ASIALLA







# Omaishoitajalle

**Omaishoitajat pitävät huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka sairaudesta, vammaisuudesta tai muusta erityisestä hoivan tarpeesta johtuen ei selviydy arjestaan omatoimisesti. Myös omaishoitajat tarvitsevat tukea arkeen. Hyvinkään Omaishoitajat ry ja Riihimäen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry ovat omaishoitajien omat yhdistykset.**

## OHJAUSTA JA NEUVONTAA

Omaishoitotilanteissa tarvitaan monenlaista tietoa ja erilaisia palveluita. Jokainen omaishoitotilanne on erilainen ja tuen tarve vaihtelee paljon. Meillä on kokemusta erilaisista elämäntilanteista ja osaamme tukea ja neuvoa myös sinua. Ota rohkeasti yhteyttä, me autamme.

## TOIMINTAA

Järjestämme omaishoitajille ja -hoidettaville paljon erilaista toimintaa: ryhmiä, retkiä ja tapaamisia sekä paikan päällä että verkossa. Piristävän tekemisen lisäksi toiminnastamme saa arvokasta vertaistukea. Miltä kuulostaisivat esimerkiksi virtaa vertaisuudesta, äijäryhmä tai kuntosalivuoro? Tutustu myös OmaisOiva-toimintaan!

## OLENKO OMAISHOITAJA?

Oman tilanteen arvioiminen ei aina ole helppoa. Omaishoitajuuden tunnistaminen on joskus vaikeaa myös ammattilaisille. Tee testi, joka auttaa tunnistamaan tilanteen tai tule juttusillemme.

**KOTOKARTANOSÄÄTIÖ**
Hyvää ikääntymistä
Tule mukaan senioritoimintaan!

**SERAFIINAKOTI**
Hoivakoti tarjoaa inhimillistä hoivaa suurella sydämelle Tervakoskella

KOTOKARTANOSÄÄTIÖ
Hyvää ikääntymistä

Tule mukaan monipuoliseen avoimeen senioritoimintaan!

www.kotokartanosaatio.fi

RIIHIMÄEN SEURAKUNTA

DIAKONIATYÖ OMAISHOITAJIEN PARISSA:

diakonissa Heini Syrjä
050 323 7963 / heini.syrja@evl.fi



# Tule mukaan toimintaan

### YHDESSÄ ENEMMÄN

Parhaat ratkaisut tilanteeseen kuin tilanteeseen löytyvät yhteistyössä eri alojen osaajien kesken. Jaamme yhdistysten ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa muun muassa tietoa, tiloja ja materiaaleja. Meidät voi pyytää kertomaan omaishoidosta terveydenhuollon ammattilaisten tilaisuuksiin ja omaishoitotilanteessa olevan voi mielellään ohjata luoksemme hyötymään tarjonnastamme.

### VAPAAEHTOISEKSI

Vapaaehtoiset muodostavat tärkeän voimavaran yhdistyksemme toiminnassa. Kauttamme pääset toimimaan merkityksellisten asioiden parissa. Vapaaehtoistoiminnassamme saat hyvän mielen toisten auttamisesta ja arvokasta tekemistä sekä uusia ihmissuhteita. Tarjoamme vapaaehtoisillemme koulutusta, tukea, ohjausta ja virkistystä monissa muodoissa.

### LIITY JÄSENEKSI

Jäseneksi voit liittyä yhdistysten ja liiton sivuilla tai soittamalla meille.

Jäsenmaksu on 30 € / vuosi (jäsenmaksu tarkastetaan vuosittain).



**KATSO VIDEOMME**


## Monipuoliset palvelut kotiin!

**Meiltä esimerkiksi**

- Omaishoitajien sijaistaminen
- Palvelusetelituottaja
- Kotihoito ja kotisairaanhoito

Alina
Kotona paras

**Alina / Elämä HelpoX Oy**
**Riihimäki ja Hyvinkää | 044 755 6350**
**satu.mustajoki@alinahoivatiimi.fi**




**www.alinahoivatiimi.fi**




**Hyvinkään Omaishoitajat ry**

toimisto@hyvinkaanomaishoitajat.fi
hyvinkaanomaishoitajat.fi

**Riihimäen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry**

toimisto.riihimaenomaishoitajat@gmail.com
riihimaenomaishoitajat.fi

**facebook.com/ HyvinkaanOmaishoitajatRy**

**facebook.com/ Riihimaenseudun OmaishoitajatjaLaheiset**

**instagram.com/omaisoivat_hyrisee**

**OmaisOiva**

**Omaistoiminnan ohjaaja Päivi Koppelmäki**
paivi@hyvinkaanomaishoitajat.fi
Puh. 044 238 6453

**Omaistoiminnan vastaava Minna Heikkilä**
minna@hyvinkaanomaishoitajat.fi
Puh. 040 588 2320

**Omaishoitajaliitto**

**omaishoitajat.fi**





Kotona on hyvä olla, kun arki toimii.

Laadukasta ja luotettavaa hoitoa, hoivaa ja arjen avustamista sekä ateria-, siivous- ja kauppapalveluita kotiin ikääntyville, perheille ja vammaispalveluiden asiakkaille Mehiläinen Kotipalveluilta. Tarjoamme myös omaishoidon sijaishoidon ammattitaidolla.

**Lue lisää mehilainen.fi/kotipalvelut**

MEHILÄINEN
Kotipalvelut

JS SUOMI · Concept: JS Media Tools A/S · 22426 · www.jssuomi.fi