



OMAISHOITAJAT JA LÄHEISET – LIITON PAIKALLISYHDISTYSTEN



TOIMINTAMUODOT 2008



OMAISHOITAJAT JA LÄHEISET – LIITON PAIKALLISYHDISTYSTEN TOIMINTAMUODOT 2008

Yhdistyksille loppuvuodesta 2007 lähetetyssä kyselyssä kartoitettiin eri toimintamuotoja teemoittain. Samalla kysyttiin yhdistysten toiminta-alueita ja yhteystietoja. Oheinen selvitys on tarkoitettu työvälineeksi sekä paikallisyhdistyksille, liiton työntekijöille että yhteistyötahoille.

Paikallisyhdistykset esitellään aluetoimistojen aluejaon mukaisessa järjestyksessä. Aluksi tiivistelmä eri paikallisyhdistysten toiminnan muodoista.

1. Vaikuttamistoiminta

Omaishoidon paikallisyhdistykset toteuttavat alueillaan monipuolista vaikuttamistoimintaa. Vaikuttamistoiminnalla yhdistykset pyrkivät edesauttamaan alueen omaishoidon myönteistä kehittymistä. Kentältä saatu palaute ja toisaalta yhdistysten mahdollisuudet (resurssit) reagoida asioiden ratkaisemiseksi ohjaavat vaikuttamistoiminnan suuntaa ja tapaa työskennellä. Omaishoidon tukemisen epäkohdat kohdistuvat keskeisesti palvelujärjestelmään ja niinpä yhdistystenkin vaikuttamistoiminta pääosin suuntautuu palveluiden tuottajiin, poliittisiin päättäjiin ja tukimuotojen kehittämiseen.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Edunvalvontaneuvottelut virkamiesten kanssa
- Aloitteiden tekeminen epäkohtien oikaisemiseksi; valtuustoaloitteet, kansalaisaloitteet, yhdistyksen kannanotot
- Yhteydet päätöksentekijöihin ja osallistuminen esim. vammais- ja vanhusneuvostoissa
- Julkisuuden hyödyntäminen; lehtijutut, yleisönosastokirjoittelu
- Verkostoituminen kuntien toimijoiden ja alueen muun järjestöväen, seurakuntien ja omaishoidossa mukana olevien tahojen kesken
- Tapahtumien järjestäminen; kiinnostuksen ja ymmärryksen lisääminen omaishoitoa kohtaan.
- Jäsenhankinta

2. Vertaistuki- ja ryhmätoiminta

Vertaistuki- ja ryhmätoiminnat ovat yhdistysten perustoimintaa. Omaishoidon paikallisyhdistykset ovat innostuneesti organisoineet tätä kokonaisuutta. Kaikissa omaishoidon paikallisyhdistyksissä toimii vertaisryhmiä. Vertaisryhmät kokoontuvat keskimäärin kerran kuussa yhdistyksen tai sen yhteistyökumppaneiden tiloissa ja yleensä aina ryhmällä on vetäjä. Ryhmän vetäjät ovat pääsääntöisesti yhdistyksen työntekijöitä tai aktiivijäseniä/ vertaisohjaajia.

Ryhmätoiminnat sisältävät erilaisia virkistys-, harrastus- tai kuntoutusmuotoja. Ryhmien tavoitteena on omaishoitajien/omaishoitoperheiden jaksamisen ja hyvinvoinnin tukeminen.

Yhdistykset pyrkivät järjestämään vertaistuki- ja ryhmätoimintoja tarpeen mukaan eri alueilla ja eri omaishoidon asiakasryhmille.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Vertaisryhmät omaishoidon eri asiakasryhmille: Muutos- ja siirtymätilanteissa olevat, mies- /naisomaishoitajat, muistihäiriöisten hoitajat, mielenterveyskuntoutujien hoitajat, vammaisten lasten perheiden ryhmät, puolisoaan hoitavat, vanhempansa hoitavat, leskeksi jääneiden ryhmät, sururyhmät
- Vesijumppa- ja kuntosaliryhmät
- Atk-ryhmät
- Omaishoitajien pysäkkikokoontumiset
- Harrastusryhmät
- Lystilauantait

3. Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta

Vapaaehtoistoiminta näyttäytyy yhdistyksissä eri tavoin. Pienemmissä yhdistyksissä suurin osa yhdistystyöstä pyörii vapaaehtoistyöllä. Palkkatyövoimaa käyttävissä yhdistyksissä vapaaehtoistyötä on pystytty enemmän kohdentamaan johonkin tiettyyn toimintamuotoon (esim. tilapäishoito) ja kouluttamaan vapaaehtoisia omaishoitoperheiden tueksi.

Tukihenkilötoiminta koetaan yhdistyksissä hieman vieraammaksi tai ainakaan varsinaiseksi toimintamuodoksi sitä ei ole kovin monessa yhdistyksessä lanseerattu. Harvemmassa yhdistyksessä on nimettyinä erityisiä tukihenkilöitä, mutta omaishoitoyhdistysten toiminnan luonteen mukaisesti eri yhteyksissä mm. ohjauksen, neuvonnan ja vertaiskokemisen tilanteissa kuitenkin tuetaan toisia. Osa yhdistysten asiakkaista voi kokea tällaisenkin toiminnan tukihenkilötoiminnaksi.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Vapaaehtoisten koulutus ja työnohjaus
- Vapaaehtoisten välitys halukkaille perheille
- Vapaaehtoisten toiminta ATK-tukena, ulkoiluttajina ja seurana
- Vapaaehtoisten järjestämä lyhytaikainen tilapäislomitusapu kotiin
- Paikkakunnan yhdistysten yhteistyönä hoivapäivätoiminta, jossa vapaaehtoiset ovat mukana päivätoiminnan järjestämisessä hoidettaville
- Vertaisohjaajat ryhmissä
- Ohjaus ja neuvonta vapaaehtoistyönä

4. Ohjaus, neuvonta

Kaikki omaishoidon paikallisyhdistykset antavat ohjausta ja neuvontaa. Yleensä palvelua kysyvät omaishoitotilanteessa olevat, mutta myös esim. omaishoitajaksi ryhtymistä pohtivat ja omaishoidon sidosryhmät. Ohjausta ja neuvontaa annetaan yleensä henkilökohtaisesti puhelimitse, netin välityksellä, kotikäynneillä ja tapaamisissa yhdistyksen toimitiloissa tai

jossain päivystyspisteessä. Kysymykset ovat välillä vaikeita ja vaativat erityisosaamista ja aikaa selvittää. Myös paikalliset palveluoppaat on koettu hyväksi ohjaus- ja tiedottamismuodoksi.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Asiakkailta on mahdollisuus saada ohjausta ja neuvontaa henkilökohtaisesti toimistolla, kohtaamispaikoissa tai palvelupisteissä sekä soittaa, viestiä sähköpostin välityksellä tai pyytää kotikäynnille
- Kotikäynnit: tilanteen kartoitus, suunnittelu ja tukikokonaisuuden toteutus yhteistyössä muiden palveluja tuottavien tahojen kanssa
- Ohjaus ja neuvonta vertaistukiryhmien kautta
- Palveluoppaat ja yhdistysten nettisivut
- Infotilaisuudet
- Palveluohjausprosessit

5. Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.

Yhdistykset järjestävät jäsenistölleen ja omaishoidosta kiinnostuneille tahoille koulutuksia, tietotapaamisia ja teematilaisuuksia. Yhdistykset ovat olleet aloitteellisia ja näyttävät saaneen alueen muita tahoja mukaan suunnittelemaan ja järjestämään tätä kokonaisuutta. Tämä luo pohjaa omaishoidon laaja-alaiselle kehittymiselle. Perinteisesti yhdistykset ovat tarjonneet tilaisuuksissa omaishoitoasiantuntemusta kaikille. Entistä enemmän yhdistyksillä on kuitenkin myös räätälöityjä ja kohdennettuja koulutuksellisia toimintamuotoja erilaisille omaishoidon kohderyhmille.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Teematilaisuudet/jäsenillat omaishoitajuuteen liittyvistä aiheista
- Virkistys- ja vertaistukitilaisuudet omaishoitajille
- Atk-koulutus
- Ensiapukoulutus
- Vertaisohjaajakoulutus
- Tietofoorumit, seminaarit
- Asiantuntijaluennot ja omat luennoinnit mm. sos. ja terveysalan oppilaitoksissa

6. Lomat, virkistystoiminta

Erilaiset retket ja kulttuuritilaisuudet ovat yhdistysten jäsenistön suosiossa ja yhdistykset järjestävät tällaista toimintaa aktiivisesti ympäri vuoden. Toinen merkittävä toimintamuoto on jäsenistölle suunnattu tuettu loma esim. kuntoutuskeskuksissa tai kylpylöissä. Lomia yhdistykset järjestävät usein yhteistyössä muiden alueen yhdistysten ja seurakuntien kanssa. Monissa yhdistyksissä opiskelijaryhmät järjestävät omaishoitajille myös hemmottelupäiviä.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Tuetut lomat
- Retket, tutustumiskäynnit ja osallistuminen kulttuuritilaisuuksiin
- Hemmottelupäivät
- Liikuntaryhmät
- Viikonloppulomat joko yksin tai hoidettavan kanssa.
- Harrastustoimintaan liittyvät toiminnot

7. Kuntoutus

Omaishoitoyhdistykset pystyvät jonkin verran tuottamaan kuntoutuspalveluita kuten ryhmäkuntoutusta. Osalla yhdistyksiä on meneillään projekteja, joissa on hyvinkin intensiivinen kuntoutuksen ote. Näissä projekteissa on ollut mahdollista kokeilla rakentaa erilaisia kuntoutuksen malleja. Kaikki yhdistykset tarjoavat asiakaskunnalle ohjausta hakeutumisessa kuntoutusmahdollisuuksien äärelle esim. kelan kuntoutukset.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Ohjaus ja neuvonta kuntoutukseen liittyvissä asioissa
- Projektitoiminnan kautta mahdollistuva kuntoutustoiminta esim. kuntoutuspäivät ja yhteistyössä palvelun tuottajien kanssa avo- /laitoskuntoutuskurssit
- Ryhmäkuntoutus esim. kuntosali- ja allasliikuntaryhmät
- Erilaiset ”kevyet ” kuntoutusmuodot kuten jalkahoito ja hieronta
- Kotikuntoutuksen ohjaus
- Omaishoitokeskuksen tarjoama kuntouttava päivähoido omaishoidettaville

8. Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.

Mahdollisuus saada sijaishoitaja on yhdistyksen jäsenistön toivelistan kärkipäässä. Nykyiset rahoituslinjaukset eivät kuitenkaan mahdollista yhdistyksiä ylläpitämään / kehittämään tätä toimintaa kysyntää vastaavasti. Osalla yhdistyksistä on projektien ja vapaaehtoistyöntekijöiden avulla mahdollisuus järjestää jonkin verran lyhytaikaista lomitushenkilöitä tai ns. parkkitoimintaa. Lomitustoiminnan järjestäminen on nyt ja jatkossa edelleen suuri haaste. Osa yhdistyksistä on onnistunut saamaan kuntien kanssa aikaan sopimuksen, mikä mahdollistaa lomituspalveluiden tuottamisen yhdistyksen toimintana.

Tyypillisimpiä toimintamuotoja

- Hoidettavan tilapäishoito ns. parkkitoiminta
- Kahvila-toimintaa hoidettaville
- Kerhot omaishoidettaville lapsille ja sisaruksille
- Oppilaitosyhteistyönä syntynyt malli vapaaehtoisten tilapäishoitajien välityksestä

- Tilapäishoito vertaistukiryhmien ja virkistystilaisuuksien ajaksi
- Räättälöity ohjaus ja neuvonta tilapäishoidon järjestämiseksi
- Yhdistyksen tarjoama päivähoido hoidettaville (vapaaehtoiset hoitavat tai kunta ostaa palvelut)
- Lomitusrenkaan toteuttaminen esim. työllistämistuella

9. Projektitoiminta

Paikallisyhdistyksissä oli helmikuussa 2008 meneillään 54 omaishoitoa tukevaa projektia (vuonna 2007, 63). Projektityhdistyksiä oli yhteensä 39. (kaikkiaan yhdistyksiä 66). Projekteilla haetaan vastinetta asiakkaiden tarpeisiin, joita nykyinen palvelu- ja tukijärjestelmämme ei pysty tyydyttämään. Projekteissa myös kehitetään uusia toimintamuotoja ja niiden avulla yhdistykset ovat voineet myös palkata henkilökuntaa ja profiloituakin selkeämmin omaishoidon toimijakentässä. Projektit ovat hyvä lisä yhdistyksen perustoimintaan, mutta ilman projektejakin yhdistys voi menestyksellisesti toimia. Viitteitä projektirahoituksen huipun ohittamisesta on jo olemassa ja jatkossa yhdistysten toiminta voi näyttäytyä eri tavoin kuin nyt.

Yhdistysten projektit sisältävät nykyisellään mm. seuraavia toimintamuotoja:

- Palveluohjauksen kehittäminen
- Voimavarojen ja elämän hallintaan liittyvien tukitoimien löytäminen
- Vertaistuen kehittäminen
- Kuntoutusmallien luominen
- Omaishoitokeskusten kehittäminen
- Muutos- ja siirtymävaiheissa tukeminen
- Kurssi- ja ryhmätoimintojen kehittäminen
- Omaishoidon materiaalin tuottaminen, esim. palveluoppaat
- Sijaishoidon järjestäminen
- Henkisen hyvinvoinnin tukeminen
- Verkostoituminen

10. Muu toimintamuoto

Toimintamuotojen yhteinen suunnittelu ja toteuttaminen muiden alueen toimijoiden kesken on koettu hyväksi. Vuosittain yhdistykset ovat mukana järjestämässä jo perinteeksi muodostuneita toimintoja kuten esim. omaishoidon kirkkopyhät. Yhdistyksen toimintoihin kuuluu myös varainhankintatyö ja etsivä omaishoitotyö. Osalla yhdistyksistä on ollut mahdollisuus kokeilla myös uutta toimintaa omaishoidettaville. Tällaisia toimintamuotoja ovat esim. hyvinvointihoidot, saattajakaveritoiminta vammaisille nuorille tai erityistä tukea tarvitseville nuorille suunnattu kerhotoiminta, vaikeavammaisten harrastuskurssit sekä kurssimuotoinen tasapainokoulu.



ALUETOIMINTA – ALUEELLISET VASTUUT 2008

66 yhdistystä tammikuussa 2008, joissa yhteensä 54 hanketta.
Yhdistyksistä 39 projektiyhdistystä ja 27 perusyhdistystä.

ETELÄ-SUOMI (Etelä- ja Varsinais-Suomi)

Aluetoimisto Salo, alueohjaaja Matti Mäkelä

19 projektia, 12 projektiyhdistystä, 6 perusyhdistystä

1. Espoon ja Kauniaisten Omaishoitajat ja Läheiset ry
2. Forssan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
3. Hiiden seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
4. Hämeenlinnan Seudun Omaishoitajat ja Läheiset
5. Itä-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry
6. Kaarinan Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
7. Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry
8. Kymenlaakson Omaishoitajat ja Läheiset ry
9. Loimaan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
10. Länsi-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry
11. Omaisena edelleen ry (valtakunnallinen, Hki)
12. Päijät-Hämeen Omaishoitajat ja Läheiset ry
13. Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
14. Riihimäen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
15. Salon seudun omaiset ja läheiset ry
16. Sysmän Omaishoitajat ja Läheiset ry
17. Turun Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
18. Uudenkaupungin Omaishoitajat ry

ITÄ-SUOMI (Itä- ja Keski-Suomi)

Aluetoimisto Outokumpu, alueohjaaja Eija Pennanen

10 projektia ja projektiyhdistystä, 5 perusyhdistystä

1. Etelä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry
2. Hankasalmen Omaishoitajat ja Läheiset ry
3. Joensuunseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
4. Jyvässeudun Omaishoitajat ry
5. Keski-Karjalan Omaishoitajat ry
6. Kuopion Seudun Omaishoitajat ry
7. Laukaan Omaishoitajat Samaria ry
8. Lieksan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
9. Mikkelin seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
10. Pieksämäen Seudun Omaishoitajat ry
11. Savonlinnan Seudun Omaishoitajat ry
12. Varkauden Seudun Omaishoitajat ry
13. Varpaisjärven ja lähikuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry
14. Ylä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry
15. Ääneseudun Omaishoitajat ry

LÄNSI-SUOMI

Aluetoimisto Pori, vastaava alueohjaaja Pia Järnstedt
7 projektia, 5 projektiyhdistystä, 9 perusyhdistystä

1. Isojoen Omaishoitajat ry
2. Jämsän Seudun Omaishoitajat ry
3. Järviseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
4. Kankaanpään seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
5. Kauhajoen Seudun Omaishoitajat ry
6. Kuusiokuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry
7. Lakeuden Omaishoitajat ry
8. Rauman Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
9. Ruoveden Omaishoitajat ja Läheiset ry
10. Saarijärven - Karstulan Seudun Omaishoitajat ry
11. Satakunnan Omaishoitajat ja Läheiset ry
12. Tampereen Seudun Omaishoitajat ry
13. Valkeakosken seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
14. Virtain Omaishoitajat ja Läheiset ry

KESKI- SEKÄ POHJOIS-POHJANMAA JA KAINUU

Aluetoimisto Oulu, alueohjaaja Taina Laakso
14 projektia, 8 projektiyhdistystä, 6 perusyhdistystä

1. Haapaveden Omaishoitajat ry
2. Kainuun Omaishoitajat ja Läheiset ry
3. Kokkolanseudun Omaishoitajat ja Läheiset
4. Nivala – Haapajarvi - Reisjärvi Omaishoitajat ja Läheiset ry
5. Oulun Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry
6. Perhonjokilaakson Omaishoitajat ja Läheiset ry
7. Pietarsaaren Omaishoitajat ja Läheiset ry
8. Puolangan Omaishoitajat ry
9. Pyhäjärven Omaishoitajat ja Läheiset ry
10. Raahen Seudun Omaishoitajat ja Läheiset
11. Rantsilan omaishoitajien yhdistys ry
12. Toholammin Omaishoitajat ja Läheiset ry
13. Ylikiimingin Omaishoitajat ry
14. Ylivieskan Seutukunnan Omaishoitajat ja Läheiset ry

LAPPI JA KOILLISMAA

Aluetoimisto Rovaniemi, alueohjaaja Sirkka Nissi – Onnela
4 projektia ja projektiyhdistystä, 1 perusyhdistys

1. Inarin Omaishoitajat ja Läheiset ry
2. Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry
3. Länsi-Pohjan Omaishoitajat ja Läheiset ry
4. Rovaniemen seudun Omaishoitajat ja Läheiset
5. Sodankylän Omaishoitajat ry

YHDISTYSTEN TOIMINTAMUODOT 2008



ALUEELLISET KOOSTEET

ETELÄ-SUOMI

Espoon ja Kauniaisten Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Marju Silander 050 409 2561

Sihteeri: Merja Korpisaari 050 321 5573,
merja.korpisaari@kolumbus.fi

Toimiston osoite ja puh.: Kauppamiehentie 6, 02100 ESPOO

Sihteeri 050 321 5573 ja projektivastaava 050 528 4224

eska.omaishoitajat@kolumbus.fi

www.elisanet.fi/eska.omaishoitajat

Yhteyshenkilö: Projektivastaava Sandra Gehring 050 528 4224

sandra.gehring@kolumbus.fi

Toiminta-alueen kunnat: Espoo ja Kauniainen

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: Järjestöjen yhteistyöverkoston kautta vaikutetaan kuntien päättäjiin.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: eri puolilla Espoota (5 kpl) toimivat vertaistukiryhmät, jotka toimivat pääasiassa päiväsaikaan. Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ja läheiset ry:n kanssa on yhteistyötä Lystilauantai- toiminnassa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: Apukädet-toiminta; lyhytaikaista, maksutonta ja tilapäistä lomituspua kotiin enintään 3h/kerta.
- Ohjaus, neuvonta puhelimitse ja sähköpostitse. Asiakkailta on myös mahdollisuus hakea ohjausta ja neuvontaa henkilökohtaisesti toimistoltamme tai pyytää kotikäynnille.
- Ohjaus ja neuvonta omaishoittoon liittyvissä asioissa: lomakkeiden (Kela, omaishoidontuki) täyttö yhdessä, lomille ja kuntoutukseen hakemisessa avustaminen/hakeminen.
- Tukihenkilönä omaishoidontukipalavereissa yhdessä kh:n kanssa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms: yhteistyössä kaupungin, seurakunnan, oppilaitosten ja eri yhdistysten kanssa.
- Lomat, virkistystoiminta: retkiä ja virkistyspäiviä järjestetään ympäri vuoden.
- Projektitoiminta: omaishoitajien tukemiseen palveluohjaajatoiminnan avulla (Reppu täynnä rakkautta 2005–2009).
- Palveluohjaus: puhelinneuvonta, muu ohjaus ja neuvonta (kotikäynnit ja toimistolla ohjaus), vertaistukiryhmät, virkistystoiminta ja apukädet - toiminta (tilapäinen lomitustoiminta).

Forssan Seudun Omaishoitajat ja Läheiset Ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Aira Tukio

Sihteeri: Anneli Heikkonen

Toimiston osoite ja puh.: Lindvallinkatu 2, 30100 FORSSA

(03) 433 4447, 050 918 9344

frs.omaishoitajat@surffi.net

Yhteyshenkilö: projektityöntekijä Tuula Forsblom 050 9189 344

Toiminta-alueen kunnat: Forssa, Jokioinen, Humppila, Tammela, Ypäjä, Urjala sekä Somero

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: vaikuttaminen ja edunvalvonta omaishoitoon liittyvissä asioissa seutukunnallisesti.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaistukiryhmät ns. ”porinaryhmät” kokoontuvat säännöllisesti kerran viikossa toimistolla. Seutukunnalliset (viidessä kunnassa) kokoontuvat kerran kuukaudessa sekä Somerolla toimii viikoittain liikuntaryhmä.
- Vapaaehtoistoiminta: vapaaehtoisia mukana toiminnassa jonkun verran. Tällä hetkellä kokeiluna seurakunnan, palvelukammarin sekä Forssan mielenterveysseuran kanssa hoivapäivätoiminta, jossa vapaaehtoiset ovat mukana päivätoiminnan järjestämisessä hoidettaville (ystävän kammarilla).
- Ohjaus, neuvonta: palveluohjausta sopimuksen mukaan sekä viikoittain toimistolla.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: erilaisia virkistys - ja vertaistukitilaisuuksia omaishoitajille yhteistyössä myös muiden paikallisten toimijoiden kanssa.
- Lomat, virkistystoiminta: omaishoitajaloma elokuussa 2008 Päiväkummussa.
- Kuntoutus: kuntoutuspäiviä omaishoitajille järjestetään seutukunnallisesti v. 2008 kolme. Mukana ovat myös Somero ja Urjala.
- Lomitus- ja parkkitoiminta: yhdistysten vapaaehtoisten toteuttama hoivapäivätoimintakokeilu palvelukammarilla kerran viikossa hoidettaville omaishoitajien lyhyiden asiointivapaiden toteuttamiseksi
- Projektitoiminta: Polku-projektin (2006-2008) tarkoituksena on omaishoitajien voimaannuttaminen ja elämänlaadun parantaminen kehittämällä vertaistukea, verkostoitumista sekä luomalla kuntoutusmalli omaishoitajien arjessa jaksamisen tueksi.

Hiiden seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Rautio Pirjo

Sihteeri: Mäkinen Pirjo

Toimiston osoite ja puh.: Voudinkuja 8 A 14, 08200 LOHJA

040 5800 442

marita.kuosmanen@pp1.inet.fi

yhteyshenkilö: Marita Kuosmanen

Toiminta-alueen kunnat: Karjalohja, Karkkila, Lohja, Nummi-Pusula, Sammatti ja Vihti

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteydenpitoa kuntiin jäsenten asioissa
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaisryhmätapaamiset n. kerran kuukaudessa jokaisessa kunnassa, vertaistukiryhmissä ja puhelimesta puheenjohtaja ja sihteeri
- Lomat, virkistystoiminta: yhdistys järjestää teatterimatkoja
- Ei kuntoutusta, lomitustoimintaa, projektia tai vapaaehtoistoimintaa

Hämeenlinnan Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: 2007 Airi Suuronen

Sihteeri: 2007 Seija Karhunsaaari

Toimiston osoite ja puh.: Hallituskatu 20, sisäpiha, 13100 HÄMEENLINNA (03) 656 5060

Projektit Oili Ryttilahti 040 727 7237

airi.suuronen@gmail.com

www.omaishoitajat.com/hameenlinna/

Yhteyshenkilö: Airi Suuronen, oma puh. 040 516 3227

Toiminta-alueen kunnat: Hattula, Hauho, Hämeenlinna, Janakkala, Kalvola, Lammi, Renko, Tuulos

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: lehtikirjoitukset, yleisönosastokirjoittelu, valtuustoaloitteet, kansalaisaloitteet, yhdistyksen kannanotot, edunvalvontaneuvottelut virkamiesten kanssa, yhteydet päätöksentekijöihin, jäsenyydet vammaisneuvostossa Hämeenlinna, Hattula, Lammi sekä seudullinen vammais-neuvottelukunta. Lisäksi kunnalliset luottamustoimet, kunnanvaltuusto, kunnanhallitus ja lautakunnat Lammi ja Hämeenlinna.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: eri-ikäisten ja eri sairausryhmien mukaan jaotellut ryhmät kerran kuukaudessa. Ryhmiä on useissa kunnissa: osaa vetää yhdistys, osassa vierailaan. Ei vielä vertaisvetäjiä.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vasta suunnitteilla
- Ohjaus, neuvonta omaishoitoon liittyvissä asioissa: palveluohjaus ja psykososiaalinen tuki
Päätehtävät: Hyvinvointikeskuksessa, kodeissa, puhelimesta, sähköpostilla sekä yhteistyössä kaupungin ja muiden järjestöjen kanssa vuoroin kaupungin palvelupisteessä. Laajennusta muihin pisteisiin suunnitellaan.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: kuuluvat asiaan, vertaisohjaajakoulutusta suunnitellaan ja etsitään halukkaita. Noin kerran kuukaudessa jäsenillat vaihtuvin teemoin
- Lomat, virkistystoiminta: retkiä ja kulttuuritilaisuuksia. Keväällä 2008 on nuorten omaishoitajien tuettu loma Päiväkummussa, oma ohjaaja. Loma järjestetään vuorovuosin nuorille ja ikääntyneille.
- Kuntoutus: ei varsinaista kuntoutustoimintaa, jalkahoitoja, päinhierontaa yms.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta: ei lomitusta. Parkkimahdollisuus Hyvinvointikeskuksessa ja Hippulakerho joka toinen lauantai omaishoidettaville lapsille sisaruksineen yhteistyössä kaupungin ja Kehitysvammaisten tuen kanssa.
- Projektitoiminta: omaishoidon hyvinvointikeskuksen kehittämishanke (HYKE 2008-2010) Ray:n kohdennetulla Ak1 –avustuksella.

Itä-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Ritva Kangas 050 559 3327

Sihteeri: Unto Neiglick 050 557 5662

Toimiston osoite ja puh.: 050 557 5662

www.omaishoitaja.fi

Yhteyshenkilö: Unto Neiglick

Toiminta-alueen kunnat: Askola, Lapinjärvi, Liljendal, Loviisa, Myrskylä, Pernaja, Porvoo, Ruotsinpyhtää ja Sipoo, joka jaettu Keski-Uudenmaan yhdistyksen kanssa.

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteistyöverkoston tilaisuuksiin osallistuminen, projektista tiedottaminen
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Myrskylässä vertaistukiryhmä kerran kuukaudessa
- Ohjaus, neuvonta: päivittäin vastataan esitettyihin kysymyksiin nettisivustolla
- Lomat, virkistystoiminta: virkistystoimintana mm. teatteriretkiä
- Projektitoiminta: Ovelat - projekti, omaishoitajien verkostoitumisprojekti, tietokoneiden hankinta- ja oppimisväylä, vertaistukikeskustelut netissä, keskusteluryhmä projektityöntekijöille ym.

Kaarinan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Sirpa Hyppönen

Sihteeri: Liisa Pihkanen

Toimiston osoite: Verkakatu 2 A 3 20660 LITTOINEN

sirpa.hypponen@kaarina.fi

Yhteyshenkilö: Sirpa Hyppönen p. 040 527 8037

Toiminta-alueen kunnat: Kaarina ja Piikkiö

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: tiiviit yhteydet kaupunkiin, kuukausittain yhteistyötapaamisia kaupungin omaishoidon yhteyshenkilön ja järjestöväen kesken, seurakunnan diakoniatyöntekijöiden sekä vanhus- ja vammaisneuvoston kanssa yhteispalavereja.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaisryhmätapaamiset n. kerran kuukaudessa jokaisessa kunnassa
- Ohjaus, neuvonta: vertaistukiryhmissä ja puhelimesta pj ja sihteeri. Palveluopas kaarinalaisille omaishoitajille, painos 600 kpl. Oppaat on jaettu ilmaiseksi Turun alueella yhteistyönä Turun yhdistyksen kanssa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Kaarinan sosiaalialan oppilaitos opettaa esim. apuvälineiden kuten pyörätuolin käyttöä. Koululla järjestetään visiitti ja srk-sali.
- Lomat, virkistystoiminta, lyhyt kuvaus: yhdessä seurakunnan kanssa kerran vuodessa viikonloppu joko yksin tai yhdessä hoidettavan kanssa.
- Yhdistysaktiivit ovat olleet erityisen aloitteellisia, kun kuntaan on perustettu omaishoidon tukikeskus Visiittiä.

Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

puheenjohtaja: Raija Rytönen 0500 878 176.

Toiminta-alueen kunnat: Järvenpää, Kerava, Tuusula, Nurmijärvi ja Sipoo, joka jaettu Itä-Uudenmaan yhdistyksen kanssa.

Kymenlaakson Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Alpo Mäkelä

Sihteeri: Sirpa Kristeri

Toimiston osoite, ja puh: Hallituskatu 7 B, 45100 Kouvola ja Karhunkatu 2, 48600 Karhula, puh. molemmissa: 040 – 7581 651

mirja.sysmalainen@omaishoitajat.inet.fi ja sirpa.kristeri@omaishoitajat.inet.fi

yhteyshenkilö: Mirja Sysmäläinen (tarvittaessa myös pj ja sihteerin yhteystiedot)

Toiminta-alueen kunnat: koko Kymenlaakso (Anjalankoski, Jaala, Iitti, Valkeala, Kouvola, Kuusankoski, Hamina, Kotka, Pyhtää, Miehikkälä, Virolahti, Elimäki)

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: Yleisötilaisuudet
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaisten ryhmät
- Vapaaehtoistoimintaa
- Ohjaus, neuvonta: toimistopäivystys, puhelinpäivystys, kohtaamispaikka, kotikäynnit
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Vuosikokouksen yhteydessä 2krt/v.
- Lomat, virkistystoiminta, lyhyt kuvaus: retket.
- Projektitoiminta: neuvonta- ja vapaaehtoistoimintaprojekti sekä omaishoitajien kotona tukeminen – projekti.

Loimaan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Antti Koivunen 0400 961 952

Sihteeri: Jaana Boström 040 577 1394

Toimiston osoite ja puh.: Vesikoskenkatu 13 A 17, 32200 LOIMAA

loimaan.elamanvoima@seutuposti.fi

Yhteyshenkilö: Ritu Loijas 040 419 8450

Toiminta-alueen kunnat: Loimaa, Oripää, Mellilä, Alastaro, Yläne, Aura, Pöytyä, Koski Tl, Marttila, Tarvasjoki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: tilaisuudet, lehtikirjoitukset, mainostaminen
- Vertaistuki- ja ryhmätoimintaa jokaisessa toiminta-alueen kunnassa. Pöytyällä ja Loimaalla pitkäaikaissairaiden lasten ja nuorten omaishoitajien ryhmä eli Elämää eteenpäin-ryhmä ja päihteiden käyttäjien omaishoitajien ryhmä. Ella-yhdistyksen ja seurakunnan kanssa kerhotoimintaa vammaisille nuorille.
- Vapaaehtoistoiminta: vertaisohjaajat ryhmissä, vapaaehtoistyöntekijät lyhyissä omaishoitajien sijaisuuksissa, Kaffetreffit-toiminta hoidettaville vapaaehtoisten vetämänä
- Ohjaus ja neuvonta: palveluohjausta toimistolla sekä kotikäynneillä. Asiakkaan tilanteen kartoitus, palveluiden suunnittelu, yhteistyö eri toimijoiden kanssa palveluiden järjestämisessä ja seuranta
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: kerran vuodessa kaksipäiväinen koulutustilaisuus omaishoitajille, ATK-koulutusta, vertaisryhmissä vierailijoita
- Lomat, virkistystoiminta: retket, teatterimatkat
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta: Kaffetreffit-toimintaa hoidettaville
- Projektitoiminta: Elämänvoima-projekti 2006 -2008: vertaisryhmien järjestäminen kuntiin, ohjaajien mentorointi ja koulutus, palveluohjaus, jaksamisen tukeminen.

Länsi-Uudenmaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirkko Erkkilä

Sihteeri: Marja-Leena Kuusi

Toimiston osoite ja puh.: Ankkuritie 6 G 67, 02320 ESPOO

maria_kuusi@hotmail.com

Yhteyshenkilö: Marja-Leena Kuusi 040 41777 60

Toiminta-alueen kunnat: Kirkkonummi, Siuntio, Inkoo, Karjaa, Pohja, Tammisaari sekä Hanko ympäristöineen

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: hyvät yhteydet kunnan omaishoidon viranomaisiin, sihteeri järjestöjen yhteistyöjohtoryhmässä, yhteistyöllä vaikutetaan kuntien päätöksiin. Yhteistyöjärjestössä on 3022 jäsentä, järjestöjä 19.
- Seurakunta järjestää toimintaa mm. kirkkopyhän ja lounaan
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yritetään järjestää virkistystoiminnan kautta. Seurakunnan vertaistukiryhmä toimii Kirkkonummella.
- Ohjaus, neuvonta: hallituksen jäsenet neuvovat heille soittavia jäseniä omaishoidon asioissa, ohjaavat eteenpäin
- Lomat, virkistystoiminta: kerran vuodessa perjantaista sunnuntaihin virkistysloma Kaisankodissa. 2008 odotetaan 30 osallistujaa, eräältä säätiöltä rahoitusta
- Muu toimintamuoto: kaksi kertaa vuodessa virkistystilaisuus, johon kunnan kanssa yhdessä valitaan osallistujat

Omaisena edelleen ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pertti Rajala, sihteeri: Merja Purhonen

Toimiston osoite ja puh.:

- Helsingin toimisto, Hämeentie 105 A 18, 00550 HELSINKI
- Porin toimisto, Antinkatu 15 C, 28100 PORI

tuija.kotiranta@omaisenaedelleen.fi ja kaisa.merio-mielonen@omaisenaedelleen.fi
www.omaisenaedelleen.fi

Yhteyshenkilö: Tuija Kotiranta 0207 411 140, Kaisa Meriö-Mielonen 0207 411 141

Valtakunnallinen neuvontapuhelin: Tukea ja neuvontaa omaishoidon muutostilanteissa 0207 411 141, ma ja pe klo 9 -11.

Yhdistyksen toiminta-alueen kunnat: valtakunnallinen

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: Omaisena Edelleen ry:n tavoitteena on tukea niitä omaisia ja läheisiä, joiden pitkäaikaissairas, iäkäs tai vammaisen läheinen on muuttanut tai siirtymässä kodin ulkopuoliseen hoivaan. Ry:n toiminnalla vaikutetaan hoitoon ja hoivaan liittyviin laatukysymyksiin ja asiakaslähtöisiin toimintatapoihin erilaisin koulutuksellisin ja tiedotuksellisin keinoin. Tavoitteena on siten tuoda esiin omaisten edelleen keskeistä asemaa ja roolia läheisen huolenpidon ja hoivan kokonaisuudessa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: kehitetään ja pilotoidaan yhdessä Versot-projektin kanssa muutos- ja siirtymävaiheessa oleville omaishoitajille ja omaishoitoperheille soveltuvaa vertaistuki- ja ryhmätoimintaa eri puolilla Suomea.
- Ohjaus, neuvonta: omaishoidon muutostilanteisiin liittyvä tuki ja neuvonta.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms. järjestetään Omaisena edelleen - aihekokonaisuutta tukevia tietotapaamisia eri puolilla Suomea. Toteutetaan paikkakuntaakohtaisia toimintaratkaisuja omaisten ja ammattihenkilöstön välisen vuorovaikutuksen edistämiseksi. Järjestetään teemaan liittyviä tietofoorumeita yhteistyössä eri järjestötoimijoiden kanssa.
- Projektitoiminta: omaisten tukiverkot VERSOT- projekti 2006 -2008: Tavoitteena 1) valmentaa omaisia ja läheisiä muutos- ja siirtymävaiheissa sekä tukea heitä tässä elämäntilanteessa 2) tukea ja ohjata ammattihenkilöstöä kohtaamaan muutos- ja siirtymävaihetta läpikäyviä omaisia, läheisiä ja hoidettavia ja sitä kautta edistää vuoropuhelua omaisten ja ammattihenkilöstön välillä. Tuotetaan ja pilotoidaan kurssi- ja ryhmätoimintaa muutostilanteissa oleville omaisille ja läheisille. Järjestetään tiedotustilaisuuksia eri puolilla Suomea yhteistyössä paikallisten järjestötoimijoiden kanssa. Työstetään ja pilotoidaan kohtaamiskoulutusmallia omaisten ja ammattihenkilöstön vuorovaikutuksen lisäämiseksi. Tuotetaan kirjallista materiaalia omaisille, läheisille kodin ulkopuoliseen hoitoon siirtymisen tueksi sekä ammattihenkilöstölle kohtaamisen käytännöistä.

Päijät-Hämeen Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirkko Aulén

Sihteeri: Pauliina Tuominen

Toimiston osoite ja puh.: Rautatienkatu 23 A 19, 15110 LAHTI

044 303 0350 tai 044 303 0552

tiina.saavalainen@phnet.fi

www.phomaishoitajat.com

Toiminta-alueen kunnat: Lahti, Nastola, Hollola, Iitti, Orimattila, Artjärvi, Pukkila, Kärkölä, Hämeenkoski, Asikkala, Heinola, Padasjoki ja Hartola

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: seurataan Päijät-Hämeen kuntien omaishoidon tapahtumia, järjestetään kuntien yhteistyötapaamisia sekä pyritään puuttumaan omaishoidon epäkohtiin. Autetaan omaishoitajia hakemaan niitä etuuksia, joita heille kuuluu sekä tekemään valituksia epäoikeudenmukaisiin päätöksiin.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: järjestetään vertaistukiryhmiä eri omaishoitotilanteissa oleville hoitajille. Ryhmiä myös käynnistetään tarpeen mukaan eri Päijät-Hämeen kuntiin.
- Ohjaus, neuvonta: ohjataan ja neuvotaan omaishoitoperheitä kaikissa omaishoitoon liittyvissä asioissa. Autetaan lomakkeiden täytössä ja toimitaan kuuntelijana sovittaessa joko yhdistyksen toimistolla tai kotikäynnillä.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: järjestetään omaishoitoon liittyviä ajankohtaisia tilaisuuksia, muun muassa kaksi kertaa vuodessa omaishoidon teemapäivä.
- Lomat, virkistystoiminta: järjestetään vuosittain useita retkiä ja virkistystoimintoja omaishoitoperheille.
- Projektitoiminta: OMPPU -projekti 2008-2010, jossa kehitetään/toteutetaan omaishoitajien ja hoidettavien kuntoutusjaksoja ja perhehoitomallia, vertaistukiryhmiä ja virkistystoimintoja omaishoitajille, palveluohjausta ja neuvontaa sekä materiaalia omaishoitajien jaksamisen tueksi.

Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry (POLLI)

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Yrjö Mattila

Sihteeri: Riitta Husso

Toimiston osoite ja puh.: Pasilan puistotie 8, 00240 HELSINKI

(09) 756 2690

etunimi.sukunimi@polli.fi

www.polli.fi

Yhteyshenkilö: Päivi Lappalainen

Toiminta-alueen kunnat: Helsinki ja Vantaa

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: tiedotetaan Helsingin sosiaalivirastolle omaishoidon tilanteesta kentältä tulevan palautteen perusteella. Tehdään yhteistyötä Helsingin ja Vantaan sosiaalitoimien kanssa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yhdistyksen ryhmät kokoontuvat omaishoitotilanteiden pohjalta siten, että puolisoaan hoitaville, vanhempiaan hoitaville, vammaista lasta- tai nuorta hoitaville, laitoshoitoon siirtyneiden omaisille, omaishoitajille, joiden hoitosuhde on päättynyt sekä miesomaishoitajille on omat ryhmänsä. Ryhmät koontuvat kerran kuukaudessa ja niiden kesto on kaksi tuntia. Lisäksi yhdistyksessä kokoontuu ryhmiä käsityön, kirjallisuuden ja kirjoittamisen, tarinateatterin ja ruoanlaiton merkeissä.
- Vapaaehtoistoiminta: vapaaehtoistoimintaa kehitetään järjestämällä koulutusta ja koordinoimalla halukkaat tukea tarvitseville perheille. Vapaaehtoistojen on ryhmäohjaajina, ATK-tukena, ulkoiluttajina ja seurana.
- Ohjaus, neuvonta: henkilökohtaista ohjausta ja neuvontaa keskusteluin, puhelimitse ja kotikäynneillä. Annetaan aikaa omaishoitajalle sekä ohjausta palveluiden piiriin, lomakkeiden täyttöön ym.
- Kohtauspaikkana POLLI:n toimisto.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat: luennointia sosiaali- ja terveydenhuoltoalan oppilaitoksissa.
- Eri aihepiireistä tietoisukupäiviä ja jäseniltoja, joissa ulkopuolisia luennoitsijoita.
- Luentoja ja infotilaisuuksia erilaisissa ryhmissä
- Retkiä, juhlia, yhteisiä tilaisuuksia esim. keittopäivät
- Kuntoutus: Oma Tuki-projektissa toteutetaan psykofyysisen fysioterapian menetelmillä omaishoitajien kotikuntoutuksen ohjausta ja voimavaralähtöistä jaksamisen tukemista. Fyysisen kunnon kohentamiseksi järjestetään kuntosali- ja allasliikuntaryhmiä.

- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: UMO- projektissa (2003-2008) järjestetään erilaisia parkkitoimintoja omaishoitajien jaksamisen tukemiseksi. Vakituksina toimintoina ovat Lauantaikerho ja Tauon Paikka iäkkäille omaishoidettaville ja Lystilauantai vammaisille lapsille ja nuorille. Lisäksi parkkeja järjestetään tarpeen mukaan vertaistukiryhmien ja virkistystilaisuuksien ajaksi.
- Projektitoiminta: Oma Tuki-projektissa (2006-1010) kehitetään omaishoitajien henkisen hyvinvoinnin tueksi palvelua, jossa terapeutteilla tukikeskusteluilla tuetaan omaishoitajien jaksamista vaikeissa elämän tilanteissa.
- Muu toimintamuoto: verkostotyö on POLLI:ssa merkittävä voimavara. Suomen Omaishoidon verkoston kanssa tehtävää yhteistyötä jatketaan ja tiivistetään mm. vapaaehtoistoimijoiden koulutuksessa ja työnohjauksessa. Käpyneet - verkostossa on mukana Käpylän alueen järjestöjä ja muita toimijoita. Yhteistyöllä kehitetään omaishoidon tukitoimia Käpylän alueella.
- Saattajakaveritoimintaa toteutetaan osana Umo-projektia. Toiminta on suunnattu yli 12 -vuotiaille vammaisille nuorille, joilla on omaishoitaja. Saattajakaveri on POLLI:n palkkaama koulutuksen tai kokemuksen omaava henkilö, joka lähtee nuoren kanssa kodin ulkopuolisiin menoihin kuten konsertteihin, nuorisotalolle, leffaan ym. tapahtumiin. Tarpeet ja toiveet katsotaan jokaisen nuoren kohdalla erikseen.

Riihimäen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kirsti Gåpå

Sihteeri: Urpo Kaivola

Toimiston osoite: Hämeenkatu 9-15, 11100 RIIHIMÄKI

019 -732 752 tai 050 - 463 1069

jt.viitanen@kolumbus.fi

www.omaishoitajat.com/riihimaki/

Yhdistyksen toimialueen kunnat: Janakkala, Hausjärvi, Hyvinkää, Loppi ja Riihimäki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: laaja-alaista, omaishoidon eri asiakasryhmät huomioivaa ja aktiivista vaikuttamistoimintaa koko yhdistyksen toimialueella.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: useita eri ryhmiä mm:
 - ⇒ Muistihäiriöisten omaishoitajien ryhmä yhdessä seurakunnan kanssa
 - ⇒ Mielenterveyskuntoutujien omaishoitajien ryhmä yhdessä seurakunnan kanssa
 - ⇒ Miesomaishoitajien ryhmä (vetää yhdistyksen sihteeri Urpo Kaivola, avustaa projektivastaava)
 - ⇒ Naisomaishoitajien ryhmä (vetää hallituksen jäsen Mari Leinonen, avustaa projektiavustaja Maarit Lahtinen).
 - ⇒ Keskiviikkoryhmä (vetää yhdistyksen pj Kirsti Gåpå)
 - ⇒ Janakkalan ryhmä (yhdessä Hämeenlinnan yhdistyksen kanssa)
 - ⇒ Vesijumppa- ja kuntosaliryhmät
 - ⇒ Satunnaisesti muutakin!
- Omaishoitajien Pysäkki kaikissa viidessä kunnassa. Kävijöitä pari tuhatta per vuosi, aukioloajat ja paikat vaihtelevat.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: koulutusta ja mentorointia tarjolla, vapaaehtoisia käytetty mm. Pysäkkien päivystäjinä.
- Ohjaus, neuvonta: useita ohjaus- ja neuvontatilanteita omaishoitoon liittyvissä asioissa henkilökohtaisesti, puhelimesta, sähköpostitse, kotikäynnin ja Pysäkkitoiminnassa. Täytetään lomakkeita, ohjataan palveluihin, pidetään infotilaisuuksia jne.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: paljon eri aikoina, eri paikoissa, erilaisille kohderyhmille ja kaikille
- Lomat, virkistystoiminta: retkiä ja virkistystoimintoja. Koulujen ja seurakuntien kanssa on erityisen aktiivisesti järjestetty monenmoista
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta: Aikuiskoulutuskeskuksen kanssa yhteistyötä toiminnan järjestämiseksi.
- Projektit: OPRI – projekti 2005-2009, jossa toiminnan keskeisenä tavoitteena on löytää ns. hiljaiset omaishoitajat, jotka ovat palvelujärjestelmän ulkopuolella ja saada näin heidät mukaan projektin toimintoihin omilla ehdoillaan.

Salon seudun omaiset ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Seija Hyvärinen, Sihteeri: Annikka Ruohomaa

Toimiston osoite ja puh.: Salon seudun omaishoitokeskus Asemakatu 2, 24100 SALO
(02) 731 9838

omaishoitajat.salonseutu@nic.fi

www.salonseutu.fi/omaishoito

Yhteyshenkilö: Sirpa Stenström 0500 563 167, Merja Sinisalo 050 3394254 ja 02 7319800
pj. Seija Hyvärinen 044 772 3652

Toiminta-alueen kunnat: Salo, Halikko, Perniö, Kisko, Muurla, Kiikala, Suomusjärvi, Perutteli, Kuusijoki. (Kemiö, Taalintehdas - Dragsfjärd käyttävät palveluitamme)

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: omaishoitaja-asiaa esitellään eri tapahtumissa Salon seudulla.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaistukiryhmät kokoontuvat Salossa ja seutukunnissa. Vertaistukiryhmät omaishoidontyötä tekeville omaishoitajille, vammaisten perheiden vanhemmille Salossa. Ryhmät kokoontuvat kerran kuukaudessa. Miesomaishoitajille oma ryhmä, joka on räätälöity ja sinne kutsutaan jäsenrekisterin mukaan. Leskenlehtiryhmä on puolisonsa menettäneiden vertaistukiryhmä kerran kuukaudessa. Räätälöitynä järjestetään myös sururyhmiä. (6 kertaa suljettu ryhmä kokoontuu viikon välein).
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vapaaehtoisten koulutusta järjestetään yhteistyössä Salo-Uskelan seurakunnan ja eri yhdistysten kanssa. Iloksi ihmisille - vapaaehtoistyönkoulutus. Vapaaehtoisia käy omaishoitokeskuksessa ja kotikäynneillä.
- Ohjaus, neuvonta: yhdistyksen toimistolla annetaan neuvontaa omaishoitajille ja myös hoidettaville. Toimisto on avoinna arkipäivisin 8.00 - 15.30. Vammaisten perheiden palveluohjaus: tarjotaan palveluohjausta vammaisten perheille riippumatta syystä tai vammaisen iästä. Palveluohjausta käytetään menetelmänä tukea perhettä tai vammaista selviytymään arjessa vammaisen tarpeiden aiheuttamista haasteista.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms. Koulutuksia eri aiheista järjestetään omaishoidon työtä tekeville ja asiasta kiinnostuneille. Jäsenilloissa järjestetään omaishoitajien toiveista tulleita esityksiä tai luentoja, tavataan toisia sekä yritetään löytää uusia omaishoitajia.
- Lomat, virkistystoiminta: yhdistyksellä on kerran vuodessa tuettu loma omaishoitajille ja hoidettaville. Muille lomille ohjataan ja neuvotaan sekä autetaan hakemusten tekemisissä.
- Järjestetään retkiä, tutustumiskäyntejä sekä virkistys- ja hemmottelupäiviä ja liikuntaryhmiä, joissa voi tutustua uusiin liikuntalajeihin.
- Kuntoutus: autamme omaishoitajia ja hoidettavia hakemaan Kelan järjestämään kuntoutukseen. Omaishoitokeskus tarjoaa virkistävää ja kuntouttavaa päivähoitoa kotona hoidettaville pitkäaikaissairaille, vanhuksille, vammaisille sekä myös yksin asuville ja yksinäisille.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: lomitussasioissa neuvomme omaishoitajia palveluiden piiriin. Päivähoitoa on tarjolla omaishoidettaville kello 8-16.00 arkisin.

- Projektitoiminta: vammaisten perheiden palveluohjaus-projekti (2006 - 2008).
Palveluohjaus on toimintatapa, jossa asiakkaalle räätälöidään tuki hyödyntäen laajasti hänen verkostoaan. Palveluohjaus perustuu asiakkaan /perheen todelliseen kohtaamiseen ja hänen /heidän mahdollisimman itsenäisen elämänsä tukemiseen. Hyvinvoinnin neliapila-projektissa (2007-2009) järjestetään tiedollisia ja elämyksellisiä tilaisuuksia, ryhmätapaamisia ja yksilöllistä toiminnallista ohjausta.
- Muu toimintamuoto: palveluneuvontaa omaishoitajille ja hoidettaville sekä kotikäyntejä omaishoitajaperheisiin. Erityistä tukea tarvitseville perustettu kerho, joka aloittaa helmikuussa -08. Kerho on tarkoitettu mm. lievästi kehitysvammaisille tai heikkolahjaisille nuorille aikuisille.

Sysmän Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Eino Ruponen

Sihteeri: Eino Ruponen

Toimiston osoite ja puh.: Tarhapolku 3 A 1, 19700 SYSMÄ
0440 510 354

Yhteyshenkilö: Eino Ruponen

Toiminta-alueen kunnat: Sysmä

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: kuntaan yhteydessä
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: kokoonnumme joka kuukauden toinen keskiviikko.
- Virkistystoiminta: osallistutaan seurakunnan ja kunnan järjestämiin retkiin.
- Ei projektia eikä kunta myönnä toimintatukea, mutta järjestää eri yhdistyksille em. toimintaa vuosittain.

Turun Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: 1.1.2008 Seija Paatero

Sihteeri: Minna Suikkanen

Toimiston osoite ja puh: Vanha Hämeentie 105, 20540 TURKU

(02) 2310 244

minnasuikkanen.omaishoitajat@pp.inet.fi

www.omaishoitajat.com/turku/

Yhteyshenkilö: Minna Suikkanen 040 515 8006

Toiminta-alueen kunnat: Turku ja Turun seutu (Masku, Lieto, Vahto, Paimio, Rusko, Lemu, Askainen ja Nousiainen).

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: aktiivinen tiedotus viikoittain Turun sanomissa, yhteistyö kunnan kanssa
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta:
 - ⇒ Erityislasten vanhempien vertaistukiryhmä (Villit vanhemmat) kerran kuukaudessa.
 - ⇒ Ikääntyvää omaistaan tai puolisoaan hoitavien tai hoitaneiden vertaistukiryhmä joka toinen viikko.
 - ⇒ Viikoittain miesomaishoitajien toiminnallinen ja keskusteleva vertaistukiryhmä.
 - ⇒ .Parkkir ryhmä (omaishoitajat ja hoidettavat) kokoontuu omaishoitokeskuksessa kerran kuukaudessa.
 - ⇒ Läheisensä menettäneiden tukiryhmä kokoontuu omaishoitokeskuksessa viisi kertaa.
 - ⇒ Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vapaaehtoiset työntekijät, työharjoittelijat, opiskelijat avustavat päivittäin Omaishoitokeskuksessa.
- Ohjaus, neuvonta: palveluohjaus ja neuvonta eri projektien työntekijöillä. Täytämme etuushakemuksia, ohjaamme tarvittavien palvelujen piiriin, autamme valitusten teossa.
- Tuotettu palveluopas turkulaisille omaishoitajille. ”Yhteisöjen ja yhdistysten tarjoamia palveluja omaishoitoperheille Turun alueella” -painos oli 5000 kpl ja ” Palveluopas kaarinalaisille omaishoitajille” -painos oli 600 kpl. Oppaat on jaettu ilmaiseksi Turun ja Kaarinan alueilla.

- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: vapaaehtoistoiminta vanhusten parissa ja koulutustilaisuudet yhdessä muiden kolmannen sektorin toimijoiden kanssa (6 iltaa). Turun alueen vapaaehtoisten yhteinen tapaaminen, pari kertaa vuodessa lakimiesillat ja lisäksi tiedotustilaisuuksia esim. kehitysvammalain ja vammaispalvelulain yhteen sovittamisesta. Lisäksi pari kertaa vuodessa järjestetään hygieniapassikoulutus ja ensiapukoulutusta vapaaehtoisille. Eri alojen asiantuntijaluentoja omaishoitotyötä helpottavista apuvälineistä, sairauksista ja niiden hoidosta sekä kuntoutuksesta. Opiskelijaryhmät järjestävät teemailtoja projektityönä.
- Noin kerran kuukaudessa jokin yhteinen tilaisuus omaishoitajille, kerholaisille ja henkilökunnalle.
- Lomat, virkistystoiminta: Lomakotien Liitto ry:n kanssa on perinteinen omaishoitajien lomaviikko Tammilehdossa heinäkuussa. Kesällä omaishoitoperheiden luontoretkipäiviä Ruissalon Metsärannassa, sekä syksyllä ja keväällä virkistyspäiviä Turun seurakuntien Kaksikerran-leirikeskuksessa.
- Vaikeavammaisten kädentaitokurssi vaikeavammaisille.
- Omaishoitajien hemmotteluillat tai -päivät muutaman kerran vuodessa eri oppilaitosten kanssa. Uutuutena pelkästään isille suunnattu hemmotteluilta yhteistyössä muiden järjestöjen ja oppilaitosten kanssa.
- Opiskelijaryhmä teki projektityönä hemmotteluillan laitoksissa hoitaville omaishoitajille omaishoitokeskukseen. Kehitysvammaisten karaokeilta ja viikonloppuleiri, mikä jatkuu kolmena lauantaina syksyllä Omaishoitokeskuksessa. Erityislusten joulupaja yhteistyössä seurakunnan kehitysvammadiakonin ja perhepäivähoitajaopiskelijoiden kanssa. Omaishoitajaviikolla paneelikeskustelu omaishoitajille, hemmotteluilta aikuista kehitysvammaista kotona hoitaville senioriomaishoitajille ja hemmottelulauantai kaikille omaishoitajille.
- Kuntoutus: vesijumppaa omaishoitajille. Omaishoitokeskuksessa tapahtuva hoidettavien kuntoutuminen ja toimintakyvyn ylläpito tapahtuu aktiivisessa päivätoiminnassa toiminnan sivutuotteena. Tasapainokoulua järjestetään kurssimuotoisena
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta: omaishoitokeskukseen omaiset voivat tuoda läheisensä lyhyelläkin varoitusajalla, kunhan vain olemme tutustuneet hoidettavaan etukäteen.
- Projektitoiminta: "ARJEN ALKUUN"-projekti (2006 – 2008).Projektin tavoitteena on tukea sekä ikääntyviä perheitä, joissa kotona asuu aikuinen (kehitys)vammainen että tukea siirtymävaihetta eläviä perheitä. OMAISENA LAITOKSESSA-projekti: omaistaan laitoksessa hoitavien jaksamisen ja hyvinvoinnin tukemiseksi (2007-2011). TUKISUKKA-projekti (2008-2010): projektin tavoitteena on kehittää Turun Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n toimialueella vapaaehtoisuuteen perustuvaa yhdistystoimintaa sekä aktivoida ja kouluttaa vapaaehtoisia toimimaan Omaishoitokeskuksessa.
- Muu toimintamuoto: jalkahoitaja kuukausittain, hierojalla säännölliset vastaanottoajat sekä muita hyvinvointihoitoja tarpeen mukaan. Hoidot ovat kerholaisille ilmaisia ja ne kestävät noin 15 minuuttia. Omaishoitokeskus maksaa "könttösunnan" terapeutille, pidemmät hoidot omakustanteisia.

Uudenkaupungin Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Heikki Linkki

heikki.linkki@pp.nic.fi

040 778 7787

Varapuheenjohtaja Mervi Lamminen

Mervi.Lamminen@uusikaupunki.fi

050 328 3265

Sihteeri: Erja Linkki

erja.linkki@gmail.com

040 709 1972

Toiminta-alueen kunnat: Uusikaupunki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: Osallistumme omalla paikkakunnallamme vanhusten hoidosta käytävään keskusteluun, tuomme esille omaishoitajien näkökulmaa ja tartumme tarvittaessa esille tuleviin akuutteihin tilanteisiin ja ongelmiin.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Yhdistys on aloittamassa vertaistukiryhmätoimintaa vuoden 2008 aikana
- Ohjaus, neuvonta: tarpeen mukaan pyrimme etsimään vastauksia esille tuleviin kysymyksiin ja ongelmiin.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: järjestämme 2-4 yleisötilaisuutta, aiheina mm. vammaispalvelut ja omaishoitajan asema kunnassa
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: Keväällä 2008 käynnistyi omaishoitajien lomitustoiminta. Yhdistys on palkannut lomitusta toteuttavan työntekijän työllistämistuella.

ITÄ-SUOMI

Etelä - Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Sirpa Kälviäinen

Sihteeri: Tarja Viitikko

Toimiston osoite ja puh.: Perillistenkatu 3, 53100 LAPPEENRANTA

040 842 4440

Yhteyshenkilö: Hanna Räisänen

Hanna.raisanen@ekomaishoitajat.inet.fi

Toiminta-alueen kunnat: Lappeenranta, Joutseno, Imatra, Ruokolahti, Rautjärvi, Taipalsaari, Savitaipale, Ylämaa, Lemi Luumäki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: julkisuus ja yhteistyö kuntien toimijoiden kanssa ja omaishoitajien viestien vieminen kuntien päätöksentekijöille.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaisryhmä Imatralla, Lappeenrannassa ja Rautjärvellä kerran kuukaudessa osittain yhteistyössä seurakuntien diakoniatyön kanssa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: –
- Ohjaus, neuvonta: kohtaamispaikat Lappeenrannassa kerran viikossa ja Imatralla kerran kuukaudessa. Neuvonta ja ohjaus kuuluvat yhdistyksen perustoimintaan; kotikäynnit tarvittaessa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat: ns. teematilaisuuksia kerran kuukaudessa omaishoitajuuteen liittyvistä aiheista. Tilaisuuksiin voivat osallistua kaikki omaishoitajat, jäsenyyttä ei edellytetä.
- Lomat, virkistystoiminta: v. 2008 loma yhteistyössä Etelä-Karjalan dementiayhdistyksen kanssa Lappeenrannan Kylpylässä. Järjestäjä Maaseudun terveys- ja lomahuolto ry. Virkistysretkiä järjestetään 2-3.
- Projektitoiminta: omaishoitajan VOIMAVARAKETJU - projekti 2006-2008. Projektissa kehitetään toimintoja, jotka auttavat omaishoitajia löytämään omia voimavaroja omaishoitotilanteisiin ja oman elämän hallintaan. Kehitetään omaishoitajille suunnattua koulutusta ja vertaistukitoimintaa. Palveluohjauskokeilu yhteistyössä Ruokolahden kunnan kanssa. Palveluohjausta kehitetään myös Lappeenrannassa. Samoin yhteistyötä kehitetään ja laajennetaan alueen muiden toimijoiden kanssa.

Hankasalmen Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Terttu Honkanen

Sihteeri: Pekka Haapaniemi

www.omaishoitajat.com/hankasalmi/

Yhteyshenkilö: Tapio Hult 040 775 6579

Tapio.hult@pp.inet.fi

Toiminta-alueen kunnat: Hankasalmi ja lähialueet

Yhdistyksen toimintamuodot:

- Vaikuttamistoiminta: kunta, seurakunta, järjestöt ja paikallislehti; yhteistyössä toimien omaishoitajien roolin ja aseman tunnetuksi tekeminen ja vahvistaminen.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: kahden viikon välein miesten ryhmä ja kaksi yleistä ryhmää. Toiminta vakiintumassa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: ystävänvälitystoiminta yhdistyksen puhelinpäivystyksenä (65 vapaaehtoistojaa) kaikille yksinäisille ystävää tarvitseville.
- Ohjaus, neuvonta: kotikäyntejä, neuvontaa ja ohjausta. Yhteisten tilojen saaminen paikallisten yhteisöjen kanssa on tavoitteenamme vuodelle 2008. Siitä tulisi kohtauspaikka monipuoliselle toiminnalle.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: kansalaisopiston kanssa yhteistyössä 4-6 luentoa vuodessa erilaisia asiantuntijoita hyödyntäen. Omaishoitajille ja vapaaehtoisille ystävätoimijoille yhteisiä tilaisuuksia ja retkiä.
- Lomat, virkistystoiminta: yhdistyksen jäsenet käyttävät jonkun verran tuettuja lomia. Virike- ja virkistystoimintaa yhdessä kansalaisopiston kanssa, musiikkia, elokuvia, käden taitoja. Konserteja yms. yhdessä seurakunnan kanssa.

Joensuunseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry.

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Maire Kivimäki

Sihteeri: Kaisa Hassinen

Toimiston osoite ja puh.: Vessel-keskus, Koulukatu 24 b 23, 80100 JOENSUU

www.kansalaistalo.fi/omaishoitajat

Yhteyshenkilö: projektipäällikkö Katja Koistinen 040 528 3909

tai Merja Tanskanen 0400 544 244

Toiminta-alueen kunnat: Joensuu, Eno, Kontiolahti, Outokumpu, Liperi, Polvijärvi, Pyhäselkä

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: omaishoitajien aseman parantaminen yhdistyksen alueella kuntien ja seurakuntien sekä muiden järjestöjen kanssa tehtävällä yhteistyöllä. Lisäksi tiedottamalla mediassa omaishoitajien asemasta.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaisryhmätoimintaa (siipirikot – omaisensa menettäneet, miesten ryhmä ja työkäisten ryhmä)
- Ohjaus, neuvonta: yhdistyksen hallinnoiman projektin keskeinen tehtävä on Vessel-palvelukeskuksen neuvontapiste ja palveluohjaus. Vessel-keskuksen neuvontapiste on avoinna arkisin 9-13. Neuvontapisteen kautta välitetään myös kotona selviämistä tukevia palveluja omaishoitotilanteissa oleville ihmisille.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: jäsenillat kerran kuussa
- Lomat, virkistystoiminta: virkistyspäiviä, retkiä ja tapahtumia
- Projektitoiminta: Viehka-projekti 2006 – 2008: omaishoitajien jaksamisen tukeminen palveluohjauksen, vertaistuen, sijaistoiminnan ja verkostoitumisen avulla

Jyvässeudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Päivi Eskola

paivi.eskola@avoin.jyu.fi

Toimiston osoite ja puh: Vapaudenkatu 43 A 2.krs, 40100 JYVÄSKYLÄ

(014) 337 0250

toimisto@omaishoitajat.inet.fi

Toiminta-alueen kunnat: Jyväskylä, Jyväskylän maalaiskunta, Muurame, Korpilahti, Petäjävesi, Uurainen ja Toivakka

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta
- Ohjaus, neuvonta
- Koulutus, tilaisuudet ja jäsenillat tms.
- Lomat, virkistystoiminta
- Kuntoutus
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta
- Projektitoiminta
- Muu toimintamuoto

Keski-Karjalan Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja Aune Timonen

Sihteeri: Aila Tarkkonen

Toimiston osoite: Kekoja-projektin toimisto Keisarikuja 7, 82500 KITEE

Yhteyshenkilö: Aune Timonen, Valkeavaarantie 18 C 1, 82590 NÄRSÄKKÄLÄ

Puh. 040 706 1602

Toiminta-alueen kunnat: Kitee, Kesälahti, Rääkkylä ja Tohmajärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Projektitoiminta: KEKOJA-projekti: järjestää neuvontaa, ohjausta, luento- ja koulutustilaisuuksia, erilaisia vertaisryhmiä sekä yksilö- ja työnohjausta ja ryhmätyönohjausta omaishoitajille.
- Retket, virkistyspäivät, palveleva puhelin, valmius kriisiytyön ohjaukseen ja liikuntaryhmät.
- Projektityöntekijät toimivat tukiasiantuntijoina erilaisissa palveluohjaustilanteissa.
- Järjestetään tiedotustoimintaa omaishoitoa koskevissa asioissa sekä omaishoitajille että ympäröivään yhteiskuntaan. Luennoitsijapalvelua omaishoitajuuksiasioissa eri kohderyhmiä esim. oppilaitoksiin. Verkostoyhteistyötä järjestöjen ja oppilaitosten kanssa ym.
- Muu toimintamuoto, mikä: yhdistyksellä virkistystapahtumat satunnaisesti omaishoitajille ja hoidettaville. Yhteistyö eri järjestöjen kanssa. Projektin hallinnointi; ylimpänä vastuuelimenä toimiminen.

Kuopion Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Ritva Sunttila 050 577 1065

Sihteeri: Seppo Pesonen p. 0500 842 820

Toimiston osoite ja puh: Tulliportinkatu 15 H (0.krs), 70100 KUOPIO

kuopion.omaishoitajat@netti.fi

www.omaishoitajat.com/kuopio/

Toiminta-alueen kunnat: yhdistyksen kotipaikka on Kuopio ja toiminta-alueena Pohjois-Savon maakunta, johon kuuluvat: Iisalmi, Juankoski, Kaavi, Karttula, Keitele, Kiuruvesi, Kuopio, Rautalampi, Rautavaara, Siilinjärvi, Sonkajärvi, Suonenjoki, Tervo, Tuusniemi, Vehmersalmi, Vesanto ja Vieremä.

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteistyö eri kuntien kanssa, yhteydenpito päättäjiin, osallistuminen hankkeiden ohjausryhmiin (mm. Kuopio, Rautalampi), seminaarit, koulutukset, seurakuntayhteistyö, vaikuttamistoiminta Pohjois-Savon alueella, vanhusneuvostossa mukana oleminen
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaistuki- ja ryhmätoimintaa järjestetään ainakin Kuopiossa viikoittain ja Karttulassa, Suonenjoella, Maaningalla kuukausittain
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vertaisohjattuna kuntosalivuoro kerran viikossa.
- Ohjaus, neuvonta: palvelupistetoimintaa fyysisesti Kuopiossa, Karttulassa, Siilinjärvellä, Maaningalla ja S-Suonenjoella. Puhelinneuvontaa ja -ohjausta koko Pohjois-Savoon.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: jäsentilaisuudet kerran kuukaudessa. Lisäksi seurakunnat järjestävät tilaisuuksia kuukausittain useilla paikkakunnilla.
- Lomat, virkistystoiminta: kerran vuodessa omaishoitajaloma yhdistyksen järjestämänä. Lisäksi ohjataan omaishoitajia Liiton lomille, omille retkille ja seurakuntien leireille. Järjestetään retkiä teatteriin, konsertteihin ym.
- Kuntoutus: ohjaamme omaishoitajia hakemaan oman lääkärin kautta kuntoutusta, jota ovat ns. terveyskeskuskuntoutus ja Kelan kuntoutuskurssit. Ohjaamme myös käyttämään oman kunnan palveluja (kuntosalit, uinti, vesijumppa ym.) ja neuvomme projektin ryhmiin.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: yhdistys järjestää sijaishoitoa mahdollisuuksien mukaan; tällä hetkellä on ollut vain mahdollista Kuopiossa ns. Auttava-toiminta.
- Projektitoiminta: VEKUTIN-projekti alueella Kuopio, Karttula, Suonenjoki, Siilinjärvi ja Maaninka. Sisältönä vertaistuki, kuntoutus, tiedotus ja neuvonta (näistä nimi VEKUTIN). Projektin tarkoitus on järjestää omaishoitajille terveyttä ja toimintakykyä edistävää ja ylläpitävää toimintaa. Toimintamuotoina vertaistukiryhmät, palvelupistetoiminta (neuvonta, ohjaus, tukeminen: kotikäynteinä, palvelupisteessä tai puhelimitse), virkistystoiminta, kerhot
- Muu toimintamuoto: retket, teatteri, musiikki ym.

Laukaan Omaishoitajat SAMARIA ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Eila Naukkarinen
 Jokiniementie 10, 41340 LAUKAA
eila.naukkarinen@pp1.inet.fi

Sihteeri: Ritva Markkanen
www.omaishoitajat.com/laukaa/

Yhteyshenkilö: Armi Puttonen, armi.puttonen@elisanet.fi

Toiminta-alueen kunnat: Laukaa

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: tavoitteena omaishoitajien aseman parantaminen ja tukeminen, sekä kehitetään palveluita kotona jaksamiseen.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: joka kuukauden ensimmäinen torstai klo 18.00 kokoontuu vertaist ryhmä.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muu mikä: kirpputorilla toimii vapaaehtoistyöntekijöitä. Tulossa 30.3 hyväntekeväisyyskonsertti, josta kaikki tuotto tulee omaishoitajien työn tukemiseen. Kahvitarjoilu puoliksi seurakunnan kanssa.
- Ohjaus, neuvonta: materiaalia saa kirpputorilta. Neuvontaa antavat hallituksen jäsenet puhelinpalveluna sekä tapaamisilla. Neuvoja saa Lähellä-lehdestä. Tilaisuuksista tiedotamme paikallislehdessä ja jäsenille kirjeitse.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Puistokaari ulkoilu ja kuntoilu puistoon - tapahtuma
- Lomat, virkistystoiminta: virkistystoimintaa ja tilaisuuksia järjestetään omaishoitajille ja vapaaehtoistyöntekijöille eri teemoista ("Kohtaaminen"). Loppukesästä järjestetään seurakunnan kanssa yhdessä leiri. Tuomiosunnuntaina pidetään kirkkojuhla. Yhdistyksen toimesta opastetaan omaishoitajia lomien hakemiseen.
- Kuntoutus: yhdistys maksaa kuntoutuskurssien omavastuuosuuden tositteita vastaan.
- Hyvinvointipalveluna maksetaan tositteita vastaan esim. jalkahoitoa, kasvohoitoa ja hierontaa. Miehillä on tarjolla Laukaan Seurahovissa kuntosalin käyttövuoro ilmaiseksi joka viikon tiistai.
- Projektitoiminta: Ympyrästä ulos-projekti tarjoaa omaishoitajalle ulkoilu(n mahdollistamis-) palvelua. Projektin aikana kartoitetaan omaishoitajan liikkumistapoja ja – vaihtoehtoja ja tuetaan omaishoitajaa liikkumisen pariin. Lisäksi järjestetään vertaisryhmiä.
- Muu toimintamuoto, mikä: yhdistys harjoittaa kirpputoritoimintaa lahjoitusperiaatteella. Kirpputori on auki joka päivä myös lauantaina. Työhön on palkattu työntekijä työllisyysvaroilla ja kunnan myöntämällä kuntalisällä. Lauantait hoidetaan vapaaehtoisvoimin.
- Jäsenetuna jäsenet saavat alennusta 10 % Kuntoutuskeskus Peurungan uima- ja saunalipuista. Jäsenet saavat alennusta myös Nautiluksen hoidoista 10 %.

Lieksan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirjo Eskelinen-Leppänen, Sihteeri: Mirjam Kari

Toimiston osoite ja puh: Lepolantie 131, 81720 LIEKSA

Pirjon puh. 040 766 2567.

pel@pp.inet.fi ja sirpa.saastamoinen@kooviis.fi

Yhteyshenkilö: Pirjo Eskelinen-Leppänen tai Sirpa Saastamoinen (Sirpan puh. 040 847 2904)

Toiminta-alueen kunnat: Lieksa

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: annetaan tietoa paikallislehdelle toiminnasta ja kaupungin päättäjiin ollaan tarvittaessa yhteydessä. Tuodaan yhdistystä ja toimintaa esille.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaistukea on järjestetty projektissa ja tarkoitus on uudessa projektissa saada siihen lisää ”potkua”. Yhdistyksen on tarkoitus perustaa omaishoitajamiehille oma vertaistukiryhmä, joka kokoontuisi ainakin kerran kuukaudessa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: yhdistyksellä ei ole ns. tukihenkilöitä vaan Lieksan Tukipisteeltä ovat omaishoitajat saaneet vapaaehtoistyöntekijöitä käyttöönsä.
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): projektin osalta käydään omaishoitajan kotona tarvittaessa antamassa palveluohjausta tai puhelimitse.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: ohjataan omaishoitajia koulutukseen ja omaishoitajalomille hakemiseen., Vappuarpajaiset ja myyjäiset torilla. Keskusteluryhmä kokoontuu neljä kertaa syksyllä ja neljä kertaa keväällä. Paikalla voi olla vierailijoita tai sitten keskustellaan elämän eri asioista.
- Lomat, virkistystoiminta: järjestetään kesäleiri vuosittain omaishoitajille ja rahavarojen mukaan tehdään retkiä. Projektin puitteissa pyritään paikallisen Sosiaali- ja terveystalon oppilaitoksen kanssa järjestämään virkistyspäiviä omaishoitajille ja hoidettaville.
- Kuntoutus: yhdistyksen toimintana on kerran viikossa jumppaa ja projektin toimintana kaksi kertaa kuukaudessa allasjumppaa.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: nykyisen projektin toimintaan kuuluu sijaisaputoiminta ja uudessa projektissa tarkoitus 1-2 kertaa viikossa järjestää parkkitoimintaa.
- Projektitoiminta: projektin nimi ja lyhyt kuvaus projektin toimintamuodoista Haettu rahaa RAY:lta nykyisen Voimaantumiprojektin jatkokon. Projektin toimintaan kuuluvat sijaisaputoiminta ja kuntoremonttitoiminta. Haettu RAY:lta myös uuteen Vertaisparkki-projektiin rahoitusta. Projektin tarkoituksena on järjestää 1-2 kertaa viikossa hoidettaville parkkitoimintaa ja omaishoitajille vertaistukitoimintaa ja palveluohjausta. Lisäksi järjestämme retkiä ja virkistystoimintaa projektirahojen puitteissa.
- Muu toimintamuoto, mikä: yhdistyksellä on bingotoimintaa kerran viikossa.

Mikkelin seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Annikki Pursiainen

Sihteeri: Raili Rantanen

Toimiston osoite, ja puh: Otavankatu 18, 50130 MIKKELI

leena.herranen@kolumbus.fi

Yhteyshenkilö: Leena Herranen 0400 802 235

Toiminta-alueen kunnat: Hirvensalmi, Juva, Kangasniemi, Mikkelä, Mäntyharju, Pertunmaa, Puumala, Ristiina ja Suomenniemi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteistyö kuntien edustajien kanssa (mm. omaishoidon tuen parissa työskentelevien keskinäinen yhteistyö, jonka tavoitteena on yhtenäistää omaishoidon käytäntöjä 9 kunnan alueella), aloitteet ja kannanotot, tiedotteet ja artikkelit sanomalehdissä, laaja-alainen yhteistyö sosiaali- ja terveysalan järjestöjen, seurakuntien, Etelä-Savon sairaanhoitopiirin ja ammattikorkeakoulun kanssa. Infotilaisuudet.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yhdistyksen toimialueella on käynnistynyt omaishoitajien vertaisryhmiä yhteensä 11 (VENE – projekti). Ryhmät kokoontuvat keskimäärin kerran kuukaudessa. Osaa ryhmistä vetävät vapaaehtoiset, osassa on VENE - projektin toiminnanohjaaja ja vapaaehtoinen ja osassa toimivat kunnan ja seurakunnan edustajat työparina. Ryhmät etsivät vielä muotoaan ja sisältöään. Tavoitteena on saada ryhmistä vakiintunutta toimintaa kuntiin. Kansalaisopistojen kanssa on saatu käyntiin omaishoitajien käsityöpaja (Mikkeli: toinen vuosi menossa), Puumalassa ja Juvalla omaishoitajien valmennuskurssi. Tavoitteena on saada valmennuskursseja useampaan kuntaan vuonna 2008. Toimistolla on luentoja omaishoitajille joka toinen viikko omaishoitoon liittyvissä asioissa. Kunnossa kaiken ikää – rahoituksella on käynnistynyt kokeiluna omaishoitajien ja omaishoidossa olevien samanaikaisesti toimivat liikuntaryhmät Mikkelissä ja Mäntyharjulla. Vuodelle 2008 on haettu jatkorahoitusta.
- Yhdistyksen toimintana jatkuu mm. käsityöryhmä kerran kuukaudessa ja retket, juhlat ja virkistystapahtumat sekä kahvila kerran viikossa (yhteistyössä kahden muun omaisjärjestön kanssa).
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: yhdistyksessä on vapaaehtoisia, jotka osallistuvat tiedottamiseen, varainhankintaan, avustamiseen (liikuntaryhmät), kahvinkeittoon, myyjäisten ja arpajaisten toteuttamiseen, monenlaiseen kertaluonteiseen avun järjestämiseen. Koulutetut vertaisohjaajat osallistuvat ryhmien vetämiseen. Opiskelijoita on osallistunut myös toimintaan ja toiminnan järjestämiseen.
- Ohjaus, neuvonta: VENE – projekti: neuvontapuhelin maanantaisin klo 12-14, ohjausta ja neuvontaa ryhmissä sekä yksilöllisesti kotikäynteinä sekä toimistolla, tiedotteet sivuilla www.hyvis.fi

- Ammattihenkilöstölle tarkoitettu extranet Etelä-Savon sairaanhoitopiirin hallinnoimilla sivuilla.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: infotilaisuuksia omaishoitoasioista kunnissa, tiedotusiltoja, koulutustilaisuuksia.
- Lomat, virkistystoiminta: lomille ohjaamista. Pieksämäen omaishoitajayhdistyksen kanssa on yhdessä varattu lomaviikko Lomapirttiin Pieksämäellä
- Kuntoutus: KKI – ryhmät Mikkeli ja Mäntyharju, jos rahoitus jatkuu.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta: ei omaa toimintaa. Ammattikorkeakoulun kanssa neuvoteltu niin, että omaishoitajat voivat käyttää opiskelijoita kotimiehinä (2 €/h) tai omaishoidossa oleva voi olla ammattikorkeakoulun harjoittelupaikassa Elixirissä ma – to sopimuksen mukaan. Käyttö ollut vähäistä opiskelijoiden vaihtuvuudesta johtuen.
- Projektitoiminta: VENE – projekti 2006 – 2008, omaishoitajien vertaistuki, ohjaus ja neuvonta yhteistyöverkostojen avulla. Käynnistetty vertaisryhmiä kuntiin sekä omaishoidon parissa työskentelevien keskinäinen yhteistyö.
- Muu toimintamuoto: monialainen yhteistyö Etelä-Savon sosiaali -ja terveysalan järjestöjen kanssa (yhdistys on Etelä-Savon Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen tuki ry:n jäsenjärjestö ja mukana hallituksessa), jäsenkirjeet/projektitiedotteet neljä kertaa vuodessa ja sivuilla www.hyvis.fi.

Pieksämäen Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Risto Panula-Ontto 0500 124 956
 Sihteeri: Taina Turtio
 Toimiston osoite ja puh: Opintie 2, 76100 PIEKSÄMÄKI
 015 488 050
pieksamaen.seudun@omaishoitajat.inet.fi
www.omaishoitajat.com/pieksamaki
 Yhteyshenkilö: Taina Turtio 050 597 8836

Toiminta-alueen kunnat: Pieksämäki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: edunvalvonta on yhdistyksen perustoimintaa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaishoitajakerhot omaishoitajille kerran kuukaudessa (3-4 kerhoa)
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vapaaehtoiset vertaisohjaajat ryhmätoiminnassa
- Ohjaus, neuvonta: ohjausta ja neuvontaa Kilo-projektissa ja yhdistyksen perustoimintana
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat: Kilo-projektilla mahdollisesti koulutustilaisuuksia
- Lomat, virkistystoiminta: Kilo-projektilla viikon omaishoitajaloma toukokuussa yhdessä Mikkelin kanssa.
- Kuntoutus: Kilo-projektilla toimintakykyä ylläpitävää toimintaa sekä omaishoitajille että hoidettaville
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: kaupungin avustuksella on palkattu yksi kokoaikainen ja yksi osa-aikainen työntekijä omaishoitajien lomitustoimintaan.
- Projektitoiminta: KILO - projekti (Kuntoa, Iloa ja Liikuntaa Omaishoitajille ja hoidettaville) vuosina 2007-2009. Välittäjä –projekti (2002-2008) jatkuu vielä pienellä panostuksella ainakin vuoden 2008 syksyyn.
- Kilo-projektin tavoitteena on kehittää ennaltaehkäisevän kuntoutuksen toimintamalli omaishoitajien ja – hoidettavien elämänhallinnan, työ- ja toimintakyvyn sekä kotona mahdollisimman pitkään selviytymisen ja jaksamisen mahdollistamiseksi.

Savonlinnan seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Eini Turtiainen, 0400 794 765; 040 556 6211

Sihteeri: Lea Huttunen

Toimiston osoite: Sakarintie 15, 58500 PUNKAHARJU

sln.omaishoitajat@gmail.com

Toiminta-alueen kunnat: Savonlinna, Kerimäki, Punkaharju, Enonkoski, Savonranta ja Sulkava.

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: auttaa omaishoitajia jaksamaan raskaassa ja sitovassa hoitotyössä, tiedon jakaminen kuntien päättäjille
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaishoitajille Savonlinnassa, Kerimäellä, Punkaharjulla ja Savonrannalla on ryhmäkokoontumiset vähintään kerran kuukaudessa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: Kerimäellä ja Savonrannalla toimii Arjen Ankkurit omaishoitajien tukena, toiminnassa mukana muutamia vapaaehtoisia.
- Ohjaus, neuvonta: yhdistyksen puheenjohtaja antavat ohjausta ja neuvontaa yhdistyksen toimialueella. Yhteistyökumppanina Linnalan Omaishoitotuki antaa ohjausta ja neuvontaa Savonlinnan alueen omaishoitajille.
- Lomat, virkistystoiminta: virkistystoimintaa järjestetään yhdessä Linnalan kanssa lähialueen kuntoutuslaitoksissa ja Mikkelin ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kanssa.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: parkkitoimintaa järjestetään omaishoidettaville Linnalassa ja Kerimäellä yhdessä Vanhusten ja Vammaisten tuki ry:n kanssa. Vuonna 2008 Kerimäen omaishoidettavien lomitustoiminta jatkuu Itä-Savon Sairaanhoidopiirin (soster) ja Kerimäen Vanhusten ja Vammaisten tuki ry:n toimesta.
- Projektitoiminta: Keko-projekti loppuu vuoden 2008 alussa. Uutta projektia haettu ja sen tarkoituksena on tukea omaishoitoperheitä Savonlinnan ympäristökunnissa ja luoda yhden oven malli, josta omaishoitajat saavat kaiken tarvittavan tiedon. Uuteen projektiin ei saatu RAY rahoitusta.

Varkauden Seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Helena Keituri
Nippukuja 20 78500 VARKAUS
040 706 9500 tai 044 306 9500
helena.keituri@pp.inet.fi
Sihteeri Riitta Räsänen
Penttilänmäentie 4 79100 LEPPÄVIRTA
040 771 3850
riittaraisanen@netti.fi

Toiminta-alueet ja kunnat: Varkaus, Leppävirta, Heinävesi, Joroinen ja Rantasalmi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: edunvalvontaa yhdistyksen toimesta
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: kuukausitapaaminen Varkaudessa joka kuukauden toinen maanantai omaishoitajille ja asiasta kiinnostuneille.
- Ohjaus, neuvonta: kuukausitapaamisen yhteydessä, ks. edellä ja puhelimitse.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat: kuukausitapaamiset Varkaudessa joka kuukauden toinen maanantai.
- Lomat, virkistystoiminta: kesäkauden avajaiset Leppävirran evankelis-luterilaisen seurakunnan Harjulan leirikeskuksessa toukokuun lopulla 2008. Kesätapahtuma Varkauden Puurtilan evankelisluterilaisen seurakunnan leirikeskuksessa heinäkuussa.

Varpaisjärven ja Lähikuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Raimo Reinikainen
Lummeniementie 13, 74470 PALOINEN
reirami@pp.inet.fi
sihteeri: Eila Turunen
Yhteyshenkilö: Raimo Reinikainen

Toiminta-alueen kunnat: Varpaisjärvi, Lapinlahti, Nilsjä ja Rautavaara; lisäksi Koillis- ja Ylä-Savon muut kunnat

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: toiminta-alueen kuntiin ja kansanedustajiin yhteydenpito sekä omaishoitoa käsittelevien yhteisten neuvottelu- ym. tilaisuuksien järjestäminen.
- Vertais- ja ryhmätoiminta: omaishoitajaryhmät toiminta-alueen kunnissa yhteistyössä seurakuntien ym. yhteistoimintatahojen kanssa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muu mikä: organisoidaan parhaillaan sitä mukaa, kun saadaan vapaaehtoisia tukihenkilöitä hallitukseen jäsenten lisäksi.
- Ohjaus, neuvonta: hallituksen jäsenet antavat ohjausta ja neuvontaa eri tilaisuuksien yhteydessä ja puhelimitse.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: yhdistys järjestää omaishoitajille koulutuspäiviä sekä OppiMappi - aineiston pohjalta koulutusta yhteistyössä kansalaisopistojen ja SPR:n kanssa.
- Lomat, virkistystoiminta: jäsenistöä aktivoidaan ja ohjataan omaishoitajien lomille sekä järjestetään ohjelmallisia virkistyspäiviä, teatteriretkiä ym.
- Kuntoutus: yhteistyössä Siilinjärven kuntoutuskeskuksen Kunnonpaikan kanssa on järjestetty omaishoitopariskunnille kuntoutusohjelma, jossa tavoitteena sekä omaishoitajan että hoidettavan sopeutumisvalmennus ja tukitoiminta sekä voimavarojen lisääminen arkeen. Tutustumiskäynnit kuntoutuspaikkoihin Itä-Suomessa.
- Lomatoiminta ja parkkitoiminta: yhdistyksen järjestämien tilaisuuksien yhteydessä parkkitoimintaa hoidettaville niin, että myös he voivat osallistua ohjelmaan kykyjensä mukaan.
- Muu toimintamuoto, mikä: yhdistys tarjoaa ohjelmapalvelua ym. yhteistyömuotoja eri yhteisöille omatoimisen rahoitusosuuden ja tukiverkoston kartuttamiseksi.

Ylä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Leena Nevalainen
 Ikolantie 7B, 75530 NURMES puh. (013) 462 192
 Sihteeri: Merja Halonen
 Toimiston osoite ja puh: Pohjoistie 2, 75500 NURMES
yhdessaprojekti@nurmes.fi
 Yhteyshenkilö: pj Leena Nevalainen

Toiminta-alueen kunnat: Nurmes, Juuka ja Valtimo

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: vaikuttamistoiminta tapahtuu projektin kautta vaikuttamalla siten, että alueen omaishoitajat saavat tietoa oikeuksistaan, palveluista, lomista ja eduista. Alueen kunnissa ollaan tietoisia omaishoidon nykytilanteesta. Tehdään aktiivisesti yhteistyötä eri tahojen kanssa kehittääksemme omaishoitajien asemaa Ylä-Karjalan alueella. Tehdään yhteistyötä paikallisen lehdistön kanssa ja kampanjoidaan mm. kaupoissa ja eri tapahtumissa Ylä-Karjalassa.
- Vertais- ja ryhmätoiminta: ryhmät kokoontuvat Nurmeksessa kerran viikossa ja Valtimolla kerran kuukaudessa.
- Ohjaus, neuvonta: Yhdessä-projekti on käynnistynyt vuonna 2007 maaliskuussa. Projektityöntekijä antaa tietoa eduista, tuista ja palveluista. Omaishoitajien luokse tehdään tarvittaessa kotikäyntejä.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: koulutusta järjestetään omaishoitajien toiveiden mukaan yhteistyössä eri yhdistysten kanssa (mm. Dementiayhdistys, Omaiset mielenterveystyön tukena ja Kehitysvammaisten Tuki ry). Koulutusta ja tiedotusta järjestettäessä tärkeinä yhteistyön tahoina ovat myös monet muut paikalliset yhdistykset, kunnat ja seurakunnat. Omaishoitajat ja Läheiset -Liiton koulutuksiin osallistutaan aktiivisesti.
- Lomat, virkistystoiminta: virkistyspäiviä järjestetään eri yhteistyötahojen kanssa yhteistyössä.
- Kuntoutus: omaishoitajille järjestetään kuntosalitoimintaa kerran viikossa Nurmeksessa Nurmeskoti- yhdistyksen tiloissa. Tiedotetaan liiton ja Kelan kuntoutusmahdollisuuksista alueen omaishoitajille.
- Loma tai parkkitoimintaa ei järjestetä yhdistyksen toimesta
- Projektitoiminta: Yhdessä – projekti on alkanut 2007 ja siinä työskentelee yksi työntekijä. Toiminta-alueena on Nurmes, Juuka ja Valtimo. Toimisto on Nurmeksessa, jossa omaishoitajat voivat kokoontua ja jonne on mahdollista järjestää tapahtumia. Projektityöntekijä antaa palveluohjausta ja tekee kotikäyntejä. Järjestetään virkistys- ja vertaistukitoimintaa, luodaan yhteistyöverkostoja, tiedotetaan omaishoidon asioista ja tehdään omaishoitotilanne tunnetuksi Ylä-Karjalan alueella.

Ääneseudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kirsi Uusitalo - Leppänen

Sihteeri: Niina Kauppinen

Toimiston osoite ja puh: Sammonkatu 2, 44100 ÄÄNEKOSKI

Yhteyshenkilö: Kirsi Uusitalo - Leppänen 0400 856 425

Mämmensalmentie 71, 44120 ÄÄNEKOSKI

Toiminta-alueen kunnat: Äänekoski, Konginkoski, Suolahti, Sumiainen, Konnevesi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys on saanut vankan jalansijan omaishoitajien äänitorvena. Tehdään tiivistä yhteistyötä kunnan eri toimijoiden kanssa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaistukiryhmät koko toiminta-alueella
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muut, mikä: yhdistyksen toiminta-alueen kunnissa toimii vapaaehtoisten vetämät omaishoitajien vertaisryhmät. Yhdistyksen viimeisin projekti päättyi 2007. Tästä projektista jäi vielä käyttämättä rahaa, jota saadaan nyt vuonna 2008 käyttää toimiston ylläpitokuluihin. Vapaaehtoiset, lähinnä hallituksen jäsenet, päivystävät toimistolla kahdesti viikossa ja antavat ohjausta ja neuvontaa omaishoidon kysymyksissä.
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): ohjausta ja neuvontaa projektin toimesta, jonkin verran myös yhdistyksen perustoimintana.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: projektin toimesta koulutusta omaishoitajille.
- Lomat, virkistystoiminta: monenlaista virkistystoimintaa esim. retkiä ja tapahtumia
- Kuntoutus: projektissa omaishoitajille avokuntoutusta
- Projektitoiminta: uusi projekti haussa vuodelle 2008, ohjaus- ja neuvontakeskus omaishoitoperheille sekä kuntoutusta liikkuvan kaluston avulla (välimatkat pitkät). Uuteen projektiin ei saatu rahaa RAY:lta.

LÄNSI-SUOMI

Isojoen Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Päivi Harju-Keturi
0500 613 192
Hedborgintie 3 as 3, 64900 ISOJOKI

Toiminta-alue: Isojoki, Honkajoki

Jämsän Seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kaarlo Nurminen
040 561 2754, Opintie 10, 42300 JÄMSÄNKOSKI
Sihteeri: Anne Kumpulainen, Rajatie 9, 42100 Jämsä,
anneo.kumpulainen@pp.inet.fi
Yhteyshenkilö: puheenjohtaja ja sihteeri

Yhdistyksen toiminta-alueen kunnat: Jämsä, Jämsänkoski, Kuhmoinen

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys haluaa edistää omaishoitajien etuja.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yhdessä seurakuntien kanssa. Kokoontumiset Kuhmoisissa kaksi kertaa kuukaudessa, Jämsässä ja Jämsänkoskella kerran kuukaudessa. Jämsän kaupunkia olevassa hallissa alkoi tänä syksynä oma ryhmä, jonka kokoontumistiheys vielä mietinnässä.
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.), lyhyt kuvaus:
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms., lyhyt kuvaus:
- Lomat, virkistystoiminta: virkistyspäivä kaksi kertaa vuodessa eli keväällä retken muodossa ja syksyllä hemmottelupäivä, jossa terveydenhuolto-oppilaitoksen opiskelijat järjestävät ohjelman (hieronta, jalkahoitoa ym.)

Järviseudun Omaishoitajat ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Seija Autio 040 846 5142

Sihteeri: Terttu Lakaniemi 044 465 9551

Toimiston osoite ja puh: Lakaniementie 75 C 62800 Vimpeli

050 342 5244 tai 044 299 1001

jarviseudunomaishoitajat@gmail.com

www.omaishoitajat.com/jarviseutu/

Yhteyshenkilö: Pia Toivola 044 299 1001

050 3425244

Toiminta-alueen kunnat: Alajärvi, Vimpeli, Korttesjärvi, Evijärvi ja Lappajärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: valvoo omaishoitajien etuja tekemällä esityksiä ja aloitteita viranomaisille.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Het-projektissa vertaistukitoimintaa kerran kuukaudessa joka paikkakunnalla, avoin kaikille omaishoitajille. Ryhmätoiminta: 1-4 kertaa kuukaudessa, avoin kaikille omaishoitajille
- Ohjaus, neuvonta: Het-projektissa ohjausta ja neuvontaa annetaan ryhmissä, kotikäyntien yhteydessä ja puhelimitse.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Het-projektissa järjestetään asiantuntijaluentoja ja tilaisuuksia sekä osallistutaan muiden yhteistyötahojen järjestämiin tapahtumiin myös yhteistyön merkeissä. Omaishoitajakurssi toteutetaan kansalaisopiston kanssa yhteistyössä.
- Lomat, virkistystoiminta: yhdistykselle myönnetty tuettu ryhmäloma 30 henkilölle v.2008.
- Het-projektissa järjestetään virkistys- ja hemmottelupäiviä sekä retkiä. Osallistutaan ryhmäloman suunnitteluun ja toteutukseen. Neuvotaan tuettujen lomien hakemisessa
- Kuntoutus: Het-projektissa sosiaalista kuntoutusta ryhmätoiminnan yhteydessä. Erilaisten teemapäivien ja tapahtumien yhteydessä kuntoilua ja liikuntamuotoja.
- Projektitoiminta: Het-projekti 2007-2009: kuntouttavaa ja hyvinvointia tukevaa toimintaa omaishoitajille (vertaistukiryhmät, ryhmätoimintaa, virkistystoimintaa, koulutusta, ohjausta, neuvontaa, kursseja, asiantuntijaluentoja, tuettujen lomien hakemisessa neuvontaa ja elämäntilanteen kartoittaminen kotikäynnin yhteydessä).

Kankaanpään seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Hannele Selwanes 050 364 3404

Sihteeri: Seppo Nurminen 050 365 6013

selwanes@luukku.com

Yhteyshenkilö: Hannele Selwanes

Toiminta-alueen kunnat: Kankaanpää, Siikainen, Pomarkku, Karvia, Jämijärvi, Lavia, Parkano, Ikaalinen

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys on kuultavana omaishoitajia koskevissa asioissa eri tahoilla ja pitää yhteyttä sosiaalitoimeen ja kaupungin päättäjiin. Omaishoidon asioita tuodaan esille paikallisissa lehdissä säännöllisesti.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: ei varsinaista vertaistukiryhmätoimintaa.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: Ystäväpalvelua omaishoitajille Kankaanpään seurakunnan toimesta.
- Ohjaus, neuvonta: puhelinneuvontaa sekä Kaseva-keskuksessa tilaisuuksia, joissa mahdollisuus saada tietoa omaishoidosta. Yhdistys lähettää useita kertoja vuodessa jäsenkirjeen, jossa mukana paljon tietoa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: tietoa ja tukea tarjoavia jäseniltoja vuosittain
- Lomat, virkistystoiminta: yhdistys järjestää vuosittain grilli-illan ja toiveiden mukaan muitakin tilaisuuksia esim. omaishoitajaviikolla
- Kuntoutus: Kankaanpään kaupunki kustantaa vuosittain 20 omaishoitajalle kuntoutusjakson paikallisessa kuntoutuskeskuksessa. Yhdistys tiedottaa hausta.

Kauhajoen seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Tarja Tapanainen 0400 945 160
tarja.tapanainen@gmail.com

Toiminta-alue: Kauhajoki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys pyrkii vaikuttamaan omaishoitajien asemaan kunnassa pitämällä yhteyttä päättäjiin ja tuomalla omaishoidon näkökulmaa esiin
- Ohjaus ja neuvonta: yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa on ohjausta ja neuvontaa.
- Koulutus ja tilaisuudet: yhdistys järjestää yhteistyössä kunnan ja muiden tahojen kanssa

Kuusiokuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Teuvo Takala, Sihteeri: Kaija Haapa-Aho
 Toimiston osoite ja puh: Rantatie 2, 63600 TÖYSÄ, 050 573 0550
maiija.hietaniemi@toysa.fi
 Yhteyshenkilö: Maija Hietaniemi

Toiminta-alueen kunnat: Alavus, Kuortane, Lehtimäki, Soini, Töysä, Ähtäri

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: projekti toimii tiiviissä yhteistyössä viranomaistahojen kanssa. Omaishoidon käytäntöjä pyritään yhtenäistämään seutukunnallisesti.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaishoitajien vertaisryhmät kerran kuukaudessa Kuortaneella, Lehtimäellä ja Töysässä. Alavudella ja Ähtärissä on yhteistyötä seurakuntien kanssa
- Ohjaus, neuvonta: palveluohjausta projektityöntekijöiden toimesta kotikäynneillä sekä toimistolla
- Koulutus, tilaisuudet: koulutuspäiviä projektin toimesta
- Lomat, virkistystoiminta: virkistyspäiviä ja retkiä omaishoitajille projektin toimesta
- Projektitoiminta: Omaishoitajuuden elämänkaari ja palveluohjaus-projekti: palveluohjausta omaishoitajuuden eri vaiheissa, vertaisryhmätoimintaa, koulutusta, virkistystä, työnohjausta ja työterveyshuoltoa omaishoitajille

Lakeuden omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Leena Huhtamäki

Toimiston osoite ja puh: Kauppakatu 1, 2krs., 60100 SEINÄJOKI

0400 665 899, 040 587 6762, 050 444 1028

ohhoijaaprojekti@netikka.fi

omakunto@netikka.fi

omakunto.riikonen@netikka.fi

www.jarjestotaloseinajoki.net/jarjestot/loh

Toiminta-alueen kunnat: Seinäjoki, Nurmo, Ylistaro, Lapua, Kauhava, Ylihärmä, Alahärmä, Ilmajoki, Jalasjärvi ja Kurikka.

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: ensisijaisesti projektien kautta kuntayhteistyöpalaverit ja kirjeet vastuuvirkamiehille.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Ohhoijaa-hankkeessa kehitellään ja toteutetaan vertaisryhmiä toiminta-alueen kunnissa. Ryhmät kokoontuvat tavallisesti kerran kuukaudessa. Ryhmämuotoisia kuntoutuskursseja järjestää myös yhdistyksen OmaKunto-projekti.
- Ohjaus, neuvonta: projektien työntekijöiltä saa ohjausta ja neuvontaa omaishoitoasioissa esimerkiksi puhelimitse tai käymällä toimistolla.
- OmaKunto-projektin kuntokursseille osallistuville omaishoitajille tarjotaan mahdollisuus ohjauksellisiin kotikäynteihin.
- Ohhoijaa-projektissa tehdään pitkäaikaisemmille asiakkaille sijaishoitajapalvelusuunnitelma, jolloin kotikäynnillä myös neuvotaan muissa palveluissa ja kartoitetaan palvelutarpeita.
- Sijaishoitajat työskennellessään kodeissa myös neuvovat asiakasperheitä tai viestittävät projektinvetäjälle ohjauksen tarpeesta.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: yhdistys ja projektit pyrkivät järjestämään tarpeen ja resurssien mukaan koulutusta ja virkistyksellisiä tapahtumia alueen omaishoitajille. OmaKunto-projekti tarjoaa koulutusta omaishoitajuuden tunnistamiseksi ja tukemiseksi myös ammattihenkilöille.
- Lomat, virkistystoiminta: ainakin yksi retki sekä erityislasten vanhempien virkistysviikonloppu Härmän kuntokeskuksessa vuoden 2008 alkupuolella.
- Kuntoutus, lyhyt kuvaus: yhdistyksen OmaKunto-projekti (v.2006–2008) järjestää toiminta-alueella 10 viikon mittaisia kuntoutuskursseja omaishoitajille. Kurssit on suunnattu seuraavasti: erityislasten vanhemmille, alle 60-vuotiaille omaishoitajille ja yli 60-vuotiaille omaishoitajille. Kuntoutus tarjoaa omaishoitajille mahdollisuuden mm. omaan aikaan, uuteen tietoon, virkistykseen ja vertaistukeen.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: Ohhoijaa-projekti (v.2006–2009) tarjoaa sijaishoitajapalvelua alueen omaishoitajille. Sijaishoitaja on henkilö, joka on apuna omaishoitajalle ja tukena hoidettavalle. Hän tarjoaa omaishoitajalle hetken

hengähdystauon hoitotyöhön ja huolehtii omaishoitajan poissa ollessa hoidettavasta. Hän tekee tarvittaessa myös kevyitä kotitöitä hoidon yhteydessä.

- Projektitoiminta: OHHOIJAA-projekti (v.2006–2009): projektin kautta omaishoitaja voi tilata itselleen sijaisen kotiin, osallistua vertaistukitoimintaan sekä saada ohjausta ja neuvontaa omaishoitoon liittyvissä kysymyksissä.
- OMAKUNTO-projekti (v.2006–2008): projektin aikana järjestetään kuntokursseja alueen omaishoitajille. Kuntoutus tapahtuu ryhmässä ja osallistujille tarjotaan lisäksi mahdollisuus ohjauksellisiin kotikäynteihin. Projekti tarjoaa lisäksi koulutusta omaishoitajuuden tunnistamiseksi ja tukemiseksi myös ammattihenkilöille.
- Muu toimintamuoto, mikä: myyjäiset Seinäjoen keskussairaalan aulassa, Lauuilta kesällä Seinäjoen Kampusrannassa ja esillä olo erilaisissa tilaisuuksissa ja järjestöjen yhteistempauksissa. Uudet ideat ja toiveet yhdistyksen ja projektien toimintaan ovat tervetulleita!

Rauman Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Marjatta Paasikivi
 Osoite: Papinhaankatu 11, 26100 RAUMA
 0440 552 350, marjattapaasikivi@hotmail.com
 Sihteeri: Sakari Leino
 Rusakkovahe 2, 26200 RAUMA
 02 821 1921, 040 502 8604, leino.ki-sa@dnainternet.net
 Yhteyshenkilö: Marjatta Paasikivi

Toiminta-alueen kunnat: Rauma, Eurajoki, Lappi, Kiukainen, Eura

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys ajaa omaishoitajien asioita. On kerätty mm. adressi, jolla pyritty saamaan muutosta omaishoidon palkkioihin.
- Vertaistuki -ja ryhmätoiminta: kokoontuu kerran kuukaudessa Kaunisjärven vanhainkodilla.
- Ohjaus, neuvonta: yhdistyksen tiedotusvastaava Jari Lötjönen neuvoo ja ohjaa puhelimitse omaishoitoon liittyvissä asioissa mm. sosiaalipalveluista (n. 50 puhelua kuukaudessa).
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat: yhdistys järjestää tarpeen mukaan tilaisuuksia yhteistyössä muiden tahojen kanssa.
- Lomat, virkistystoiminta: vähintään kaksi kertaa kaudessa (kevät - syksy) ohjelmallinen seurustelu- ja ruokailutilaisuus
- Muu toimintamuoto: tutustumistilaisuuksia eri laitoksiin muutaman kerran kaudessa.

Ruoveden Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kirsti Nevala 050 304 1107

kirsti.kastehelmi@jippii.fi

Sihteeri: Minna Kallinen 050 585 887 889

minna.kallinen@luukku.com

Yhteyshenkilö: Kirsti Nevala, pj.

Toiminta-alueen kunnat: Ruovesi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys tekee tarvittaessa aloitteita ja ehdotuksia kunnan päättävälle elimille tai muille palvelun järjestäjille. Esim. pyörätuoli on saatu näin lähikauppaan ja omaishoitajille oma uimahallivuoro. Paikallinen lehti tekee artikkeleja omaishoidosta ja omaishoitajien tilaisuuksista yhdistyksen pyynnöstä.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yhdistyksen aloittama vertaistukiryhmä toimii nykyään aktiivisesti kunnan vetovastuulla. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko. Samanaikaisesti ryhmätapaamisen aikana on seurakunnan työntekijä paikalla ja vastaa hoidettavista ryhmätapaamisen ajan. Ryhmän vuoden toiminnan päättää aina yhteinen jouluaateria, jonka kunta tarjoaa.
- Ohjaus, neuvonta: yhdistys ohjaa ja neuvoa omaishoitajia eri tilaisuuksissa.
- Jäsenillat: yhdistys järjestää säännöllisesti muutaman kerran vuodessa jäsenillan, joissa on vaihtelevaa ohjelmaa. Näiden tilaisuuksien järjestämiseksi yhdistys saa kunnalta yhteisöavustusta.
- Virkistystoiminta: Palvelutalo Honkala järjestää neljä virkistyspäivää vuodessa, kaksi keväällä ja kaksi syksyllä. Seurakunta tarjoaa joka vuosi omaishoitajaviikolla omaishoitajille ja hoidettaville lounaan.
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: seurakunnan työntekijä huolehtii hoidettavista vertaistukiryhmän kokoontumisen ajan joka toinen viikko.
- Projektitoiminta: yhdistyksen Ilonpisara-projektin loputtua projektityöntekijämme Marita Västilä jatkaa projektin kehittämää omaishoitajien tukitoimintaa omaishoitajaryhmän vetäjänä ja kotilomitusta tehden. Kunta maksaa hänelle palkan.

Saarijärven – Karstulan seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Elise Sironen 045 134 5427

elise.sironen@skthky.fi

Sihteeri: Airi Lehtinen

airi.lehtinen@karstula.fi

Toiminta-alueen kunnat: Karstula, Saarijärvi, Kivijärvi, Pylkönmäki, Kyyjärvi, Kannonkoski.

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys on perustettu lokakuussa 2007 ja toiminta on vasta muotoutumassa. Yhdistykselle tehty esite ja jäsenhankinta nyt ajankohtaista. Yhdistys tiedottaa omaishoidon asioista lehdissä ja ottaa yhteyttä eri omaishoidon toimijoihin omaishoidon asioista.
- Vertaistuki ja ryhmätoiminta: kerran kuukaudessa kokoontuu omaishoitajaryhmä.
- Ohjaus ja neuvonta: yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa on ohjausta ja neuvontaa.
- Koulutus ja tilaisuudet: eri paikkakunnalla pyritään järjestämään omaishoitajille tilaisuuksia esimerkiksi yhteistyössä eläkejärjestöjen kanssa. Yhdistys järjestää mm. teatteri- ym. retkiä.

Satakunnan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirkko Granö 040 732 6088

Sihteeri: Outi Penttinen 044 533 9559

Toimiston osoite: Mikonkatu 7, 28100 Pori 02 641 0838

omaishoitajat@suomi24.fi

Yhteyshenkilö: Toiminnanjohtaja Irma Roininen 044 0263 546

Toiminta-alueen kunnat: Satakunnan kunnat, paitsi Kankaanpää ja Rauman alue

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteydet sosiaali- ja terveystoimeen ja päättäjiin, tiedotus mediassa
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: ryhmätoimintaa hoitajille ja hoidettaville Lähellä Kunto-projektin toimesta
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): projektin ja yhdistyksen toimesta, kotikäynnit tarvittaessa
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: erilaisia koulutustilaisuuksia yhdessä liiton kanssa ja kaupungin sosiaalitoimen kanssa sekä projektin järjestämänä
- Lomat, virkistystoiminta: kesäleiri Eurajoen Kristillisellä opistolla
- Kuntoutus: Lähellä Kunto-projektissa
- Projektitoiminta: Lähellä Kunto-projekti, monipuolista kuntouttavaa toimintaa sekä hoitajille että hoidettaville

Tampereen seudun Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Jaana Alasentie

Sihteeri: Tenhikki Hämäläinen

Toimisto: Pellavatehtaankatu 19 C 3 33200 TAMPERE, 03 263 3020

treomaishoitajat@tintti.net

Yhteyshenkilö: Jaana Väliaho 040 753 3017

tukea-projekti@suomi24.fi

Toiminta-alueen kunnat: Tampere, Hämeenkyrö, Juupajoki, Kangasala, Lempäälä, Mouhijärvi, Nokia, Orivesi, Pirkkala, Vesilahti, Vilppula ja Ylöjärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: kuukausittaiset jäsenillat, joissa omaishoitajilla mahdollista olla yhteydessä valtakunnallisiin/kunnallisiin päättäjiin ja viranhaltijoihin. KUNTOA-projektin (alueellista työtä) toimesta projektikunnissa vaikuttaminen paikallisiin päättäjiin yhdessä omaishoitajaryhmien kanssa (mm. aloitteet, päättäjiä ryhmissä vierailijoina, kuntakohtaiset työryhmät).
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: säännöllisiä ryhmiä kokoontuu projektien toimesta viikoittain, kaksi kertaa kuussa ja kuukausittain seuraavasti:
 - ⇒ KUNTOA: Vesilahti kerran kuukaudessa, Viljakkala ja Mouhijärvi kaksi kertaa kuukaudessa, Nokian kurssit 10 tapaamiskertaa / kurssi, lähimmäishoitajaryhmä kaksi kertaa vuodessa.
 - ⇒ VERTO: toiminnallisia, keskustelu -ja terapiapainotteisia vertaistukiryhmiä eri omaishoitotilanteessa oleville omaishoitajille; miehet, työssäkäyvät, nuoret perheet, uudet omaishoitotilanteet jne.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muut: vapaaehtoistoimintaa yhteistyössä muiden järjestöjen (Mummon kammari, oppilaitokset, Hervannan verkko) kanssa. Yhdistyksen omat vapaaehtoiset auttavat erilaisissa varainhankinta -ja tapahtumajärjestelyissä.
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): yhdistyksellä puhelinpäivystys ma-to klo 9-13, päivystyspäivät toimistolla ma ja to klo 9- 13 tai sopimuksen mukaan. Annetaan palveluohjausta ja neuvontaa, myös projektien toimesta.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: kuukausittaiset jäsenillat kunkin kuukauden viimeisenä maanantaina ja 1-2 seminaariluonteista tapahtumaa vuodessa. Tietoiskunomaista koulutusta eri tilaisuuksien yhteydessä.
- Lomat, virkistystoiminta: yksittäisiä virkistys -, kuntoiluliikunta- ja tykypäiviä.
- Kuntoutus: Kuntoa - projektin toimesta ks. seuraava
- Projektitoiminta:
 - ⇒ KUNTOA (2006-2008)
Kuntoutusmallien kehittämistä alueellisesti. Projektikunnat ovat Vesilahti,

Viljakkala, Mouhijärvi ja Nokia. Tavoitteena kehittää erilaisia kuntoutuspäivä/kurssimalleja toteutettavaksi erilaisissa kunnissa paikallisesti yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Kuntoutuspäivän /kurssin tavoitteena omaishoitajien fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn tukeminen vertaistuen viitekehyksessä. Etsivä omaishoitotyö. Kunnissa vaikuttaminen.

⇒ VERTO (2007-2009)

Projektin tarkoituksena on omaishoitajien vertaistukimuotojen koordinointi ja kehittäminen. Projektin tavoitteena on koordinoita jo toimivia vertaistukiryhmiä, elävöittää niiden toimintaa ja mahdollistaa intensiivisempi vertaistuki. Tavoitteena on myös perustaa uusia ryhmiä mm. nuorille omaishoitajille sekä elämän erilaisissa kriisitilanteissa oleville. Tukea on myös saatava mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Yhteisenä tavoitteena ryhmätoiminoille on omaishoitajien jaksamisen ja hyvinvoinnin lisääminen. Ryhmien toimintamuotoja ovat mm. toiminnallisuus, keskustelut ja erilaisten terapia-menetelmien käyttö. Ryhmätoimintojen lisäksi kehitetään yksilöllistä ohjausta ja neuvontaa. Etsivä omaishoitotyö.

Valkeakosken seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Jaana Holm

Kaakkolammintie 13, 37630 VALKEAKOSKI

Sihteeri: Anja Hakala

Toimiston osoite: Honkiniementie 20, 37630 VALKEAKOSKI

Yhteyshenkilö: Jaana Holm

Toiminta-alueen kunnat: Valkeakosken seutu

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: tiedotusta ja pyritään vaikuttamaan päättäjiin omaishoidontuen määrärahan lisäämiseksi
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta:
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muut: tukihenkilötoiminta pyritään käynnistämään v. 2008 aikana.
- Ohjaus ja neuvonta: yhdistyksen järjestämissä tilaisuuksissa on ohjausta ja neuvontaa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: jäsenillat joka kuukausi kesätaukoa lukuun ottamatta, teatteri kerran vuodessa, koulutusta jäsenten toiveiden mukaan, teemana itsehoito ja jaksaminen v. 2008,
- 10-vuotisjuhla 15.4.2008

Virtain Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Eija Ylimys 040 528 5935
Ylimyksentie 103, 34910 ÄIJÄNNEVA
Sihteeri: Mirja Tomperi 050 544 7164
Yhteyshenkilö: pj. Eija Ylimys

Toiminta-alueen kunnat: Virrat

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhdistys pyrkii vaikuttamaan omaishoitajien asemaan kunnassa.
- Ohjaus, neuvonta: yhdistyksen järjestämässä tilaisuuksissa on ohjausta ja neuvontaa.
- Lomat, virkistystoiminta: kesäisin kesäpäivä yhdistyksen jäsenille

KESKI - SEKÄ POHJOIS - POHJANMAA JA KAINUU

Haapaveden omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Taimi Maliniemi

Toimiston osoite ja puh: Teknotalo T 2, 86600 HAAPAVESI

Projektikoordinaattori Eija Tuomi, 044 299 1868, eija.tuomi@gmail.com

Yhteyshenkilö: Taimi Maliniemi, 050 363 0890, taimi.maliniemi@kotinet.com

Toiminta-alueen kunnat: Haapaveden kaupunki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: ohjausta, neuvontaa, virkistystoimintaa, yhteisiä retkiä, tiedottamista ja yhteisten asioiden hoitamista
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: 3 ryhmää (1 miehille ja 2 naisille) kokoontuvat kerran kuukaudessa.
- Kaikki omaishoitajat ovat tervetulleita
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: olemme yhteistyössä eri yhdistysten kanssa aloittamassa vapaaehtoistyötä.
- Ohjaus, neuvonta: tällä hetkellä projektivastaava toimien kotona, toimistolla palavereissa sekä puhelimella.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.yhteisiä koulutustilaisuuksia muiden yhdistysten esim. terveydenhuoltoalan oppilaitoksen kanssa. Yritämme kansalaisopiston kanssa kesällä järjestää koulutusta, lakiseminaareja ym.
- Lomat, virkistystoiminta: Kelan kuntoutuskurssit, retket, Ray:n tukemat lomat, seurakunnan ja Rovastikunnan yhteiset lomat sekä muiden lomiam jos on, virkistysretkiä syksyin ja keväin.
- Kuntoutus: kunto-ohjaaja uimahallilla, kuntosalilla, kotona. Kuntokartoitusta, vesijumppaa.
- Projektitoiminta: HOPEAA HELMEEN - projekti vuosille 2007-2010. Ohjausta, neuvontaa, asiapapereiden täyttämistä ja kotikäyntejä.

Kainuun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Marja-Liisa Tuomainen
Toimiston osoite: Kauppakatu 26 B, 87100 KAJAANI
seiko@pp.inet.fi
Yhteyshenkilö: Marja-Liisa Tuomainen

Toiminta-alueen kunnat: Kajaani, Ristijärvi, Suomussalmi, Kuhmo, Sotkamo, Vaala, Hyrynsalmi, Paltamo

Yhdistyksen toimintamuodot

Yhdistyksen tarkoituksena on toimia omaishoitajien, vanhusten, vammaisten ja pitkäaikaissairaiden aseman parantamiseksi ja tukemiseksi sekä kehittää palveluita ja tukitoimia toiminta-alueellaan.

- Vertais- ja ryhmätoiminta: vesijumppaa, ryhmäjumppaa, pienryhmätoimintaa, virkistystoimintaa yms.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta.
- Ohjaus, neuvonta: kuuluu toimintakuvaamme

Kokkolanseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Tuula Huhta

Sihteeri: Anne Pesu

Toimiston osoite ja puh: Torikatu 31, 67100 KOKKOLA (1.11.07 alk.)

omaishoitajat.kokkola@koh.kpnet.com

www.kokkolanomaishoitajat.com

yhteyshenkilö: projektipäällikkö

kaarina.niemi@koh.kpnet.com

Projektityöntekijät:

sari.tuikkanen@koh.kpnet.com

marjo.salmi@koh.kpnet.com

Puheenjohtaja: tuula.huhta@cou.fi

Sihteeri: anne.pesu@kpakk.fi

Toiminta-alueen kunnat: Kokkola, Kälviä, Lohtaja, Himanka, Kannus, Kruunupyö, Larsmo, Pedersödex

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: edunvalvonta, tiedottaminen, jäsenhankinta
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: sisältyy projektiin, säännöllisiä ryhmiä
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: vapaaehtoisia vertaisohjaajia
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): sisältyy projektiin
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: yksi seminaaripäivä vuodessa ja pienimuotoisia opetustilaisuuksia useamman kerran vuodessa
- Lomat, virkistystoiminta: Solaris-lomien kanssa yhteistyössä kylpyläloma kerran vuodessa omaishoitajille ja –hoidettaville. 2-3:n vuorokauden voimavaraleirit kaksi kertaa vuodessa omaishoitajille ja omaishoidettaville. Yhden päivän leirit omaishoitajille ja hoidettaville sekä omaishoitajille yksin.
- Kuntoutus: voimavarapäivät, leiripäivät, kuntoryhmät, tuetut kylpylälomat
- Projektitoiminta: TOIMIVA 2007-2011 Kokkolan seutukunta (Kokkola, Kälviä, Lohtaja, Himanka, Kannus): vertaistuellisia ryhmiä, joissa huomioidaan omaishoitajuuden eri vaiheet.
- AKTIVA 2007- 2011 Kokkolan seutukunta (Kokkola, Kälviä, Lohtaja, Himanka, Kannus): kotihoidon jatkuvuuden turvaaminen tukikäyntien, palveluohjauksen ja palvelutarpeen kartoituksen avulla sekä kokonaisvaltaisen toimintamallin kehittäminen.
- Matkat, retket, vertaisryhmät, voimavarapäivät, tuetut lomat ja virkistystapahtumat.

Nivala- Haapajärvi- Reisjärvi Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Asko Kestilä 040 7088 957

Sihteeri: Barbro Jaakonaho 045 1336 487

askoseta1@luukku.com

www.omaishoitajat.com/reisjarvi/

Yhteyshenkilö: Barbro Jaakonaho

Toiminta-alueen kunnat: Nivala, Haapajärvi, Reisjärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: ohjausta, neuvontaa, virkistyspäiviä, omaishoidon asioiden esillä pitoa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Haapajärvellä Pikku-Pappilassa säännöllisesti kokoontuva 6-9 henkilön vertaisryhmä, jonka vetäjänä Ritva Lepola. Seurakunta toimii yhteistyökumppanina. Reisjärvellä kokoontuu pari kertaa vuodessa pieni ryhmä, jonka vetäjänä on Asko Kestilä. Nivalassa ryhmä kokoontuu kuntavetoisesti.

Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Petri Luukkonen
 Sihteeri: Marja-Liisa Kuukasjärvi (hallituksen ulkopuolinen sihteeri)
 Toimiston osoite ja puh: Pakkahuoneenkatu 15 A 4, 90100 OULU
 08 882 1690

etunimi.sukunimi@omaishoitajat.inet.fi

www.oulunseudunomaishoitajat.inet.fi

Yhteyshenkilö: Marja-Liisa Kuukasjärvi

Toiminta-alueen kunnat: Oulu, Oulunsalo, Kempele, Liminka, Lumijoki, Tyrnävä, Hailuoto, Muhos, Utajärvi, Yli-li, li, Kiiminki, Haukipudas

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: ohjausta, neuvontaa, aloitteet päättäjille ja yhteydenpidot eri viranomaisiin
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Omaishoitajien palveleva puhelin-toimintaan liittyen kokoontuu kaksi omaishoitajaryhmää kerran kuukaudessa. Vertaisvoima-projektiin liittyen kokoontuu aikaisemmin omaishoitajina toimineiden ryhmä kerran kuussa. Rinkeli-projektiin liittyen kokoontuu omaishoitajien ryhmä kerran kuussa.
- KUTOA-projektin aikana (2002-2006) perustettiin 14 omaishoitajaryhmää Oulun ympäristökuntiin. Osa ryhmistä toimii edelleen kunnan tai seurakunnan työntekijän ohjaamana.
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta: Omaishoitajien palveleva puhelin- toimintaan sekä Vertaisvoima-projektiin liittyen vapaaehtoistomijoita koulutetaan ja välitetään omaishoitajien tueksi.
- Ohjaus, neuvonta: omaishoitajien palveleva puhelin on ollut toiminnassa vuodesta 2000.
- Omatoimi-projektin kotikuntoutusmallissa yhtenä osana on palveluohjaus. Rinkeli-projektissa työntekijä tekee kotikäynneillä palveluohjausta. Paletti-projektissa kehitetään kotiin vietävän palveluohjauksen mallia.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Omaishoitajien palveleva puhelin-toimintaan liittyen järjestetään kuukausittain alustettuja keskustelutilaisuuksia. Kaikkiin projekteihin ja yhdistyksen toimintaan liittyen järjestetään erilaisia koulutuksia.
- Lomat, virkistystoiminta: virkistystoimintaa järjestetään säännöllisesti kaikkiin projekteihin ja yhdistystoimintaan liittyen. Kerran vuodessa on omaishoitajien leiri ja tuettu loma joka vuosi / joka toinen vuosi.
- Kuntoutus: Omatoimi-projektissa on kehitetty kotikuntoutusmalli yli 65-vuotiaiden omaishoitajien ja heidän hoidettaviensa tukemiseksi. Yhdistyksen, Kelan ja Rokuan kuntokeskuksen kanssa järjestetään yhteistyössä kuntoutuskurssit omaishoitajille ja hoidettaville vuosina 2006-2008.

- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: Rinkeli-projektissa tarjotaan lyhyitä vapaahetkiä omaishoitajille.
- Projektitoiminta:
 - ⇒ OMAISHOITAJIEN PALVELEVA PUHELINTOIMINTA 2000 – (Ak-avustus) Tämä palveleva puhelin on tarkoitettu juuri Sinulle, joka pidät huolta vanhuksesta, vammaisesta tai pitkäaikaissairaasta läheisestääsi ja tarvitset tietoa, ohjausta tai neuvontaa tilanteeseesi liittyen selviytyäksesi mahdollisimman hyvin arjesta.
 - ”Oma puhelin” päivystää maanantaisin ja perjantaisin klo 9.00 - 15.00. Omaistaan tai läheistään hoitaville järjestetään säännöllisesti koulutus- ja luentotilaisuuksia, ryhmätoimintaa sekä virkistystapahtumia. Myös vapaaehtoistoimijoita koulutetaan ja välitetään omaishoitajien tueksi.
 - ⇒ OMATOIMI-projekti 2004-2008: kotikuntoutusmallin luominen, tuotteistaminen ja juurruttaminen. Omatoimi-projekti on Oulussa toimiva yli 65-vuotiaille omaishoitajille sekä heidän hoidettavilleen kohdennettu toimintamuoto. Päämääränä on luoda ennaltaehkäisevä kotikuntoutuksen malli, jonka tarkoituksena on auttaa henkilöitä selviytymään omassa kodissaan mahdollisimman pitkään lisäämällä heidän fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia voimavaroja. Tavoitteena on tuotteistaa ja juurruttaa projektissa kehitettävä kotikuntoutusmalli pysyväksi toiminnaksi. Päämääränä on myös vakiinnuttaa omaishoitajien ja hoidettavien kuntoutukseen liittyvä kuntoutuskurssitoiminta Pohjois-Suomen alueella.
 - ⇒ RINKELI-projekti 2005-2008: rinnakkain, kehittäen, liittäen. RINKELI-projekti on tarkoitettu Oulussa asuville omaishoitajille, jotka hoitavat omaistaan kotona. RINKELI-projekti tarjoaa omaisestaan huolehtivalle mahdollisuuden saada vapaahetkiä hoiva- ja huolenpitotyöstä vähintään kahdesti kuukaudessa, mahdollisuuden tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia omaistaan hoitavia RINKELI:n järjestämissä omaishoitajien yhteistapaamisissa. Uutta tietoa ja näkökulmaa omaistaan hoitavien arkeen.
 - ⇒ VERTAISVOIMA-projekti 2007-2011: voimaantumisen kautta vertaistukijaksi. Projektin toiminnalla tuetaan omaishoitajia, joiden omaishoitotilanne on päättynyt joko hoidettavan kuolemaan tai laitokseen siirtymiseen. Projektin aikana järjestetään voimaantumiskursseja tälle omaishoitajaryhmälle. Sen lisäksi järjestetään vertaisvapaehtoiskoulutuksia ja virkistystä. Myös omaishoidon päättäneiden oma vertaisryhmä tulee kokoontumaan säännöllisesti.
 - ⇒ PALETTI-projekti 2007-2011: Palveluohjaus Etäälle Tukien ja Tiedottaen. PALETTI tarjoaa kotiin vietävää palveluohjausta omaistaan hoitaville. Palveluohjausta annetaan myös etäomaishoitajille, jotka asuvat eri paikkakunnalla kuin omaisensa, mutta hoitavat Oulun ympäristökunnassa asuvaa omaistaan tai läheistään. Etäomaishoitajille järjestetään myös kursseja. Projektissa kartoitetaan teknologian tarjoamia mahdollisuuksia tukea omaishoitajia arjessaan.

[Perhonjokilaakson Omaishoitajat ja Läheiset ry](#)

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Ritva Hietala
Sihteeri: Hannele Tikkakoski
Toimiston osoite ja puh: Kirkkotanhua 7, 69700 VETELI
040 765 3327
omaisper@kaustinen.fi
www.omaishoitajat.com/perhonjokilaakso/
Yhteyshenkilö: projektivastaava Maija-Liisa Pulkkinen

Toiminta-alueen kunnat: Halsua, Kaustinen, Perho ja Veteli

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: pääsääntöisesti kerran kuukaudessa jokaisen neljän kunnan alueella; avoimet ryhmät kaikille omaishoitajille
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): voimaannuttava palveluohjaus omaishoitajien tukena (VOIMAA ARKEEN) 2008-2/2013
- Projektitoiminta: OMA KUNTO omaishoitajien ryhmäkuntoutus 2006- 2/2009
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: omaishoitajien tilapäisvapaa Ak haettu avustusta 2008–2009
- Projektitoiminta: omaishoitajien tilapäisvapaa Ak haettu avustusta 2008–2009
- Voimaannuttava palveluohjaus omaishoitajien tukena (VOIMAA ARKEEN) 2008-2/2013

[Pietarsaaren Omaishoitajat ja Läheiset ry](#)

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Eila Tamminen 040 596 8744
Vaasantie 136, 68600 PIETARSAARI
Sihteeri: Sanna-Mari Vihtola 050 368 6708
sanna-mari.vihtola@pietarsaari.fi

Puolangan Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Raija Kaikkonen
Pudasjärventie 13B, 89200 PUOLANKA
Puh. 08 751 748

Pyhäjärven omaishoitajat ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirkko Halkosalmi
Sihteeri: Tuula Lehtomäki
Toimiston osoite ja puh:
pirkko.halkosalmi@gmail.com
Yhteyshenkilö: Pirkko Halkosalmi

Toiminta-alueen kunnat: Pyhäjärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Omaishoitajien vertaistukiryhmä kokoontuu joka toinen kuukausi (6 kertaa vuodessa)
- Ohjaus, neuvonta: puhelinneuvontaa puheenjohtajalta
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: koulutustilaisuuksia (mm. työasennot, kuntoutus)
- Päivätoimintaa hoidettaville Köksinrinteellä 6-7 h/pv ma - pe (tasapainojumppaa yms.)
- Lomat, virkistystoiminta : omaishoitajien kesätapaaminen ja pikkujoulu, retkiä sekä iltapäivätapahtumia 3 kertaa vuodessa.

Raahen seudun omaishoitajat ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pekka Laaksonen

Sihteeri: Kristiina Grekula

Toimiston osoite ja puh: Kirkkokatu 43 A 3 B, 92100 RAAHE

www.raahenseudunomaishoitajat.net

Sari Riikonen 044 551 6802, palvelu- ja kuntoutussuunnittelija

sari.riikonen@kiertotahti.com

Riitta Sipola - Mällinen 044 551 6803, projektivastaava

riitta@.raahenseudunomaishoitajat.net

Yhteyshenkilö: Sari Riikonen

Toiminta-alueen kunnat: Raahе, Pyhäjoki, Siikajoki, Vihanti

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta. Ryhmät kokoontuvat kerran kuukaudessa.
 - ⇒ Seutukunnallinen miesomaishoitajien vertaisryhmä
 - ⇒ Raahen seudun omaishoitajien vertaisryhmä ”Yhdessä eteenpäin”
 - ⇒ Vihannin omaishoitajien vertaisryhmä ”Oliivi”
 - ⇒ Pyhäjoen omaishoitajien vertaisryhmä ”Pisara”
 - ⇒ Saloisten omaishoitajien vertaisryhmä yht. srk:n kanssa
 - ⇒ Siikajoen omaishoitajien vertaisryhmä
 - ⇒ Paavolan omaishoitajien vertaisryhmä
 - ⇒ Ruukin omaishoitajien päiväkahvit yht. srk:n kanssa
 - ⇒ Seutukunnallinen omaishoitajien liikuntaryhmä
- Projektitoiminta:
 - ⇒ KIERTOTÄHTI-projekti www.kiertotahti.com. Seutukunnallinen kiertävä palveluohjaus- ja kuntoutusneuvoja -projekti omaishoitajille 2007-2011 Raahen seutukunnan alueelle (Raahе, Pyhäjoki, Siikajoki, Vihanti). Kiertotähti-projekti pyrkii luomaan ja kehittämään palveluohjaukseen ja kuntoutukseen perustuvaa seutukunnallista kiertävää palveluohjaus- ja kuntoutusneuvojan toimintamallia omaishoitajille. Pyrimme tukemaan vertaisohjaajien jaksamista seutukunnassa.
 - ⇒ LÄHEISVERKOSTOPROJEKTI 2008-2010.

Rantsilan omaishoitajien yhdistys ry

Yhteystiedot

puheenjohtaja ja yhteyshenkilö: Helena Tuomaala
helena.tuomaala@rantsila.fi
 Rantsilanraitti 4 B, 92500 RANTSILA

Toiminta-alueen kunnat: Rantsila

Yhdistyksen toimintamuodot

- Lomat, virkistystoiminta: yhteinen joulujuhla ja kesällä kesätapaaminen
- Yhdistyksen kokoukset, torilla myyntiä

Toholammin Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Pirkko Kirsilä, sihteeri: Anne Kujala
 Toimiston osoite ja puh: Lampintie 5, 69300 TOHOLAMPI
omaishoitajat@toholampi.fi
www.omaishoitajat.com/toholampi/
 Yhteyshenkilö: projektityöntekijä Kirsti Kellosalo 044 081 5242

Toiminta-alueen kunnat: Toholampi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: omaishoitajien hyvinvointiin vaikuttaminen
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: vertaisryhmä omaishoitajille kokoontuu kerran kuukaudessa
- Ohjaus, neuvonta (kohtauspaikat, palveluohjaus jne.): projektityöntekijä tavattavissa toimistolla, tekee kotikäyntejä tai antaa puhelimitse ohjausta ja neuvontaa
- Koulutus, jäsenillat tms.: asiantuntijaluennot n. 2-4 kertaa vuodessa, ea-kurssit, atk-kurssi, vuosikokoukset, projektin tai yhteistyötahojen kanssa järjestetyt tilaisuudet
- Virkistystoiminta: kuntopäivä, kesäretki, virkistyspäivä yhteistyössä seurakunnan kanssa
- Kuntoutus: kuntoryhmä kerran kuukaudessa
- Projektitoiminta: OMA VOIMA – projekti 2006-2009: omaishoitajien hyvinvoinnin ja voimaantumisen tukeminen, sitoutuminen omaehtoiseen kuntoutumiseen, vertaisryhmätoiminnan jatkuminen itseohjautuvasti, ohjata ja opettaa omaishoitajille keinoja aktiiviseen tiedonhakuun

Ylikiimingin Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kati Riipinen

Sihteeri: Minna Hernberg

Toimiston osoite ja puh: Autiontie 2 B 4, 91300 YLIKIIMINKI

040 747 7934

ylikiimingin.omaishoitajat@pp1.inet.fi

www.ylikiiminginomaishoitajat.fi

Yhteyshenkilö: Minna Hernberg

Toiminta-alue: Ylikiiminki (vuodesta 2009 Oulun kaupunginosa).

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaishoitajille kerran kuussa järjestettävä virkistys/vertaistukiryhmä
- Ohjaus, neuvonta: puhelimitse tai yhdistyksen toimistolla
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: tarpeen mukaan luentoja, tiedotustilaisuuksia yms.
- Lomat, virkistystoiminta: järjestetään retkiä, virkistyspäiviä yms.
- Projektitoiminta: 2008-2010 Omaishoitajien ja hoidettavien Klaara tukilenkki- projekti; Kotikuntoutusta, palveluohjauskotikäyntejä ja virkistysvapaan antopäiviä.

[Ylivieskan Seutukunnan Omaishoitajat ja Läheiset ry](#)

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Meeri Rinta - Jouppi 050 305 4590

meeri.rinta-jouppi@omanetti.fi

Sihteeri: Mirja Sormunen 040 754 1242

mirja.sormunen@kkro.fi

Toimiston osoite ja puh: Kasarmintie 2 B, 85100 KALAJOKI

040 5357 991

www.kotinet.com/omaishoitajat

Yhteyshenkilö: Matti Saarikettu 044 042 2061

matti.saarikettu@kotinet.com

Toiminta-alueen kunnat: toimii kuuden kunnan alueella, joissa välimatkat toisistaan ovat noin 50 km. Ylivieska, Kalajoki, Oulainen, Sievi, Alavieska ja Merijärvi

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: jäsenhankinta ja yleinen vaikuttaminen omaishoitajien aseman ja arjessa jaksamisen tukemiseksi, yhteistyö eri järjestöjen kanssa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: omaishoitajien sekaryhmät kerran kuukaudessa
- Vapaaehtoistoiminta, tukihenkilötoiminta, muut, mikä: kukin jäsen omalla paikkakunnallaan pyrkii vaikuttamaan ja olemaan tukena sekä ohjaamaan tukea tarvitsevan projektityöntekijöiden palvelun ohjauksen piiriin.
- Projektitoiminta: UUTTA POTKUA – voimaantumiprojektin tarkoituksena kyselyjen avulla saada tietoa omaishoitajista, heidän tarpeistaan ja toiveistaan. Kehitämme kolmea eri toimintamallia: 1) Ohjaus ja neuvonta 2) Vertaistukiryhmät ja niiden kehittäminen sekä vertaisohjaajien kouluttaminen ja 3) Voimaantumispäivät omaishoitajalle ja hoidettavalle yhdessä.

LAPPI JA KOILLISMAA

Inarin Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot:

Puheenjohtaja: Marjatta Akujärvi

Sihteeri: Pirjo Välitälo

Toimiston osoite ja puh: Siskelintie 9, 99800 IVALO, 040 590 0057

sekä yhdistyksen projektin toimipiste Ivalontie 10, 99800 IVALO, 040 745 4581

Projektityöntekijä Anette Leppäkangas

anette.leppakangas@luukku.com

www.omaishoitajat.com/linkit

Yhteyshenkilö: Marjatta Akujärvi

Toiminta-alueen kunnat: Inarin kunta ja Utsjoki

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: yhteiset tapahtumat, edunvalvonta ja aloitteet päättäjille
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: kuukausitapaamiset
- Projektitoiminta: TUPULI-projekti 2007 – 2009: omaishoitajien ja hoidettavien jaksamisen tukeminen ja uusien toimintamallien luominen. Tällä hetkellä projekti järjestää paljon erilaista toimintaa vertaistukiryhmistä retkiin ja koulutuksiin.

Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Henna Hentilä-Määttä

Sihteeri: Mia Marsch

Toimiston osoite ja puh: Kaiterantie 16 LH 3, 93600 KUUSAMO

040 961 4691

mia.marsch@koillismaa.fi

www.omaishoitajat.com/kuusamo/

Yhteyshenkilö: Mia Marsch

Toiminta-alueen kunnat: Kuusamo, Posio ja Taivalkoski

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: edunvalvonta ja aloitteet päättäjille
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta:
 - ⇒ Kuusamo: naisten vertaisryhmä kerran kuukaudessa, miesten vertaisryhmä kerran kuukaudessa, aikaisemmin omaishoitajina toimineille kuntosaliryhmä kerran viikossa
 - ⇒ Posio: omaishoitajien kuntosaliryhmä kaksi kertaa kuukaudessa.
 - ⇒ Taivalkoski: omaishoitajien vertaistukiryhmä; vetovuoro yhdistyksellä 3 kk:n välein (kunta+ srk).
- Vertaisohjaajien tukeminen.
- Ohjaus, neuvonta: toimisto auki kerran viikossa. Projektityöntekijöiden tukikäynnit omaishoitajien kotona.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: yhdistys esillä ja mukana eri tapahtumissa, sekä järjestää
- vuosittain omaishoitajille erilaisia koulutus- ja yleisötapahtumia.
- Lomat, virkistystoiminta: vuosittain pari virkistyspäivää ja viikon loma.
- Kuntoutus: kuntosali ja uimaryhmiä. RAY:n rahoittaman KUNTO – projektin tarjoama kotikuntoutus
- Lomitustoiminta ja parkkitoiminta tms.: kerran viikossa toimistoaikana mahdollisuus jättää hoidettava asioinnin ajaksi parkkiin. Yhdistys tiedottaa ja välittää tilapäishoitajia ja kotipalvelutyöntekijöitä.
- Projektitoiminta: RAY (2007 - 2009) KUNTO - projekti. Ennaltaehkäisevää kotikuntoutusta omaishoitajille ja hoidettaville. Järjestää myös koulutusta, virkistystä, lomiam jne.

Länsi – Pohjan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Kauko Kuha, varapuheenjohtaja Heljä Lampinen

Sihteeri: Marjatta Uusitalo

Toimiston osoite ja puh.: Laivurinkatu 2-4 C 31, 95400 TORNIO

marjatta.uusitalo@pp1.inet.fi, www.omaishoitajat.net

Yhteyshenkilö: Marjatta Uusitalo 0400 616 748

Toiminta-alueen kunnat: Kuivaniemi(li), Simo, Kemi, Keminmaa, Tornio, Tervola, Ylitornio, Pello, Kolari, Kittilä, Muonio, Enontekiö

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: omaishoitajien etujen valvonta, palveluohjaus, muutoshakemukset, hallintovalitukset, aloitteet, verkostopalaverit ja kuntatyöryhmät
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: paikkakunnittain kerran kuussa tietyinä päivinä. Ryhmiä ovat yleiset ryhmät, muistihäiriöstä kärsivien omaisten ryhmät, teemaryhmät ja erityislasten vanhempien ryhmä.
- Ohjaus, neuvonta: Omaishoidonohjaajan palveleva puhelin, jolloin hän vastaa päivittäin soittoihin ja avustaa omaishoitajia erilaisissa arjen kysymyksissä. Toimistotilat ovat käytössä henkilökohtaiseen keskusteluun ja neuvontaan.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: omaishoitajien peruskurssi yhteistyössä kansalaisopiston kanssa kunnittain, toteutettu Muonio, Kittilä, Tornio, Kemi jatkossa keväällä 2008 Tervola, Kolari, syksy 2008 Ylitornio, Keminmaa jne.
- Oppimateriaali: asiantuntijaluennot, omaishoitajien kouluttajamappi sekä Omaishoitajat ja Läheiset liitto ry:n OppiMappi-materiaali. Vetäjänä toimii yhdistyksen omaishoidonohjaaja
- Lomat, virkistystoiminta, lyhyt kuvaus: omaishoitajien virkistystapahtumia keväällä ja syksyllä eri kunnissa, retket naapurikuntiin, teatterimatkat, alueittain yhteistapaamisia vuorotellen kuntia jne. Omaishoitajalomia ei järjestetä erikseen.
- Kuntoutus: kaksi kertaa vuodessa 3 vrk:n kuntoutustapahtuma eteläiselle ja pohjoiselle alueelle, Rokua, Levi Hotelli tai jokin muu. Omaishoitajien kuntopiirit kunnittain - toteuttajana kansalaisopisto tai yksityinen yrittäjä (Muonio)
- Lomitus- ja parkkitoiminta tms.: Hoivaparkki -toimintaa ollaan kehittelemässä. Kunta antaa tilat ja vastuuhenkilön. Hyödynnetään työllistettyjä, vapaaehtoisia ja opiskelijoita.
- Projektitoiminta: POWER – projekti (2006 -2010) on palveluohjausta: päivystävä puhelin, vertaistuki-, virike ja virkistystoimintaa omaishoitajille, jaksamisen tukemista arjessa
- Muu toimintamuoto: yhteistyö Meän talon (Tornio), Järjestökeskus Majakan (Kemi) sekä oppilaitosten kanssa (AMK, Ammattiopisto, Kansalaisopisto, yhteiset työryhmät opettajien kanssa). Kuntapalaverit joka kolmas kuukausi; kunnat, seurakunnat, eri järjestöt mm. SPR, eläkeläisjärjestöt jne. Yhteistyöalueella olevien muiden hankkeiden kanssa kehittämis- palaverit, koulutusta jne. Lääninhallituksen kanssa yhteistyötä edunvalvonta-asioissa.

Rovaniemen seudun omaishoitajat ja läheiset ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Unto Silvennoinen

Sihteeri: Pirjo Jääskeläinen

Toimiston osoite ja puh: Maakuntakatu 16, 96200 ROVANIEMI

www.elisanet.fi/omaishoitajat

Yhteyshenkilö: Unto Silvennoinen 040 502 8256

Toiminta-alueen kunnat: Rovaniemen kaupunki, Ranua ja Posio

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: keskustelut viranomaisten kanssa, tiedottaminen, omaishoitajien ryhmätoiminta; avoin ryhmä + tietoisuus
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: yksi omaishoitajien ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa.
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: vertaistukiryhmätoiminnat, omaishoitoinfot Lapin keskussairaalan aulassa sekä Sampo-keskuksessa.
- Lomat, virkistystoiminta: omaishoitajien virkistysretket yhteistyössä seurakunnan kanssa sekä liikuntatapahtumat yhdessä Rovaniemen ammattikorkeakoulun kanssa.
- Projektitoiminta: Palo-projekti 2007 - 2009 (Ray:n rahoitus); palveluohjausta omaishoitajille.

Sodankylän Omaishoitajat ry

Yhteystiedot

Puheenjohtaja: Matti Kuivila 040 582 0963

Toimiston osoite ja puh: Karjalammentie 13 B 1, 99600 SODANKYLÄ

matti.kuivila@pp1.inet.fi

Yhteyshenkilö: Matti Kuivila

Toiminta-alueen kunnat: Sodankylä (jäseniä myös Pelkosenniemen alueelta)

Yhdistyksen toimintamuodot

- Vaikuttamistoiminta: jäsenhankinta ja yleinen vaikuttaminen omaishoitajien aseman ja arjessa jaksamisen tukemiseksi, yhteistyö eri järjestöjen kanssa.
- Vertaistuki- ja ryhmätoiminta: Vertaisryhmäkokoontumisia
- Koulutus, tilaisuudet, jäsenillat tms.: Hannuksenkartanossa, seurakuntatalolla

