



Omaishoitajaliitto

[Lue tiedote verkkosivuillamme.](#)



Hyvä omaishoitajien parissa toimiva!

[Omaishoitotiedote 1/2023](#)

2.3.2023



Lähellä-lehti 1/2023 on ilmestynyt

Tutustu ja vinkkaa myös kollegoillesi.

Lehden teemoina ovat Omaishoidon tuki & Arjen turvallisuus

[Lue Lähellä -lehti 1/2023](#)

Omaishoitoyhteisö vaikuttaa eduskuntavaaleissa



Omaishoitajaliitto on painattanut postikortteja, joissa kerrotaan liiton vaalitavoitteista.

Omaishoitoyhteisön on tärkeää olla mukana vaikuttamassa omalla panoksellaan siihen, että omaishoito puhuttaa sekä eduskuntavaalien aikana että sen jälkeen.

Omaishoitajaliitto on aloittanut jäsenyhdistystensä kanssa viestintäkampanjan, jossa nostetaan esille omaishoitoyhteisön vaalitavoitteita.

Tärkeimpinä tavoitteina on työssäkäyvien omaishoitajien omaishoitovapaan parannukset, omaishoitolain uudistus ja omaishoitajayhdistysten toiminnan turvaaminen muuttuvassa rahoitusympäristössä. Lisäksi vaaditaan kansallisen poikkihallinnollisen omaishoito-ohjelman laatimista.

Kampanjasivut löytyvät osoitteesta omaishoitajat.fi/vaalit. Sieltä löytyy muun muassa Omaishoitajaliiton tekemä kysely eduskuntapuolueiden edustajille.

Vaalipodcast käynnistynyt

Omaishoito koskettaa jokaista - podcast käynnistyi tämän viikon maanantaina.

Ensimmäisessä jaksossa tutustutaan omaishoitoon ja Omaishoitajaliiton vaalitavoitteisiin.

Keskustelijoina liiton asiantuntijat **Matti Mäkelä** ja **Pilvi Nummelin**. Podcastin juontaa viestinnän asiantuntija **Terhi Hyvärinen** ja tuottaa sometoimittaja **Emilia Kautto**.

Uusi Omaishoito koskettaa jokaista -jakso ilmestyy viikoittain aina eduskuntavaaleihin asti [Spotifyssa](#) sekä [Omaishoitajaliiton nettisivuilla](#).

Jaksoissa vierailee asiantuntijoita sekä päättäjiä, ja keskustelua käydään erityisesti omaishoidon kehittämisestä ensi vaalikaudella.

Uusia videoita omaishoitajien tueksi

Omaishoitajaliitto on tuottanut kaksi videota, joista toinen kannustaa lähtemään omaishoitajaryhmään vertaistuen pariin ja toisella muistutetaan pienten hengähdyshetkien merkityksestä omaishoitajille.



Vertaistuki on korvaamattoman arvokasta ja tärkeää omaishoitajille. Saman kokeneet ymmärtävät täysin, mitä toinen käy läpi. Vertaistapaamisessa ei tarvitse pelätä kuormittavansa kuulijaa liikaa, sillä kokemus on merkityksellinen ja helpottava puolin ja toisin. [Katso video täältä.](#)

Omaishoitajalla on paitsi lupa, myös velvollisuus huolehtia itsestään. Jotta voi huolehtia muista, täytyy huolehtia itsestään. Aivan pienikin irtautuminen kaikesta kuormittavasta voi auttaa yllättävän paljon. [Video löytyy täältä.](#)

Video omaishoitajan vapaapäivästä

Suomen omaishoidon verkoston videolla kerrotaan perustietoa omaishoitajien vapaista ja esitellään erityisesti perhehoitoa ja lomitustoimintaa.



[YouTubesta löytyvä video](#) on kahdeksan minuuttia pitkä, ja se on suunnattu omaishoitajille ja muille aiheesta kiinnostuneille.

Videota voi hyödyntää koulutuksissa ja jakaa sosiaalisessa mediassa.

Omaishoidon maksuton neuvonta vastaa omaishoitoa koskeviin kysymyksiin

Omaishoidon neuvonta

Maksuton omaishoidon neuvonta ti-to klo 10–14

p. **0800 390 229**

Kysymyksiin vastaavat Omaishoitajaliiton asiantuntijat



Kysy omaishoidosta -chat

Avoinna ti-to klo 9–12

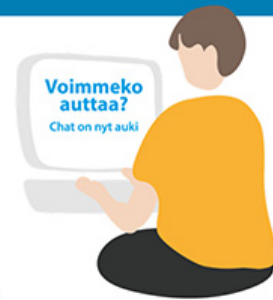
www.omaishoitajat.fi

Kysymyksiin vastaavat Omaishoitajaliiton ja sen jäsenyhdistysten asiantuntijat



Omaishoitajaliitto

#omaishoitoyhteisö



Omaishoitajaliiton neuvonta muuttui maksuttomaksi vuodenvaihteessa.

Samalla numero vaihtui. Neuvonnan uusi numero on 0800 390 229.

Puhelinneuvonta on avoinna tiistaista torstaihin klo 10–14. Puheluihin vastaavat omaishoitajaliiton asiantuntijat.

Kysy omaishoidosta -chat on avoinna tiistaista torstaihin klo 9–12 osoitteessa www.omaishoitajat.fi. Chat tarjoaa matalan kynnyksen ohjausta omaishoidon kysymyksissä. Chatin puolella vastaamassa on niin Omaishoitajaliiton kuin jäsenyhdistystenkin työntekijöitä.

Omaishoitajaliiton neuvonta palvelee omaishoitajia ja omaishoidon parissa työskenteleviä. Vastaamme omaishoitoa koskeviin kysymyksiin ja ohjaamme

niissä eteenpäin esimerkiksi hyvinvointialueiden palveluihin.

Omaishoitajaliiton sivuille on koottu omaishoidon tuen toimintaohjeet ja kriteerit hyvinvointialueittain. Listasta löydät alueiden omaishoidon verkkosivut sekä linkin toimintaohjeisiin. Päivitämme listaa, kun hyvinvointialueet päivittävät tiedot omille sivuilleen. www.omaishoitajat.fi/hyvinvointialueet

Sivulta löydät myös omaishoidon tuen palkkioluokkataulukon.

Mietitkö työssäsi juuri nyt ansiotyön ja omaishoidon yhdistämisen asioita?

Omaishoitajaliiton [Työ ja omaishoito -sivustolta](#) löydät koottua tietoa, tarinoita, vinkkejä ja ratkaisuja työntekijöille, työnantajille sekä päättäjille.

[Työ ja omaishoito -tietopankista](#) löydät kattavasti tietoa ja työvälineitä asiakkaiden auttamiseen.

Jos koet, että tälle teemalle voisi olla kysyntää, niin voimme tulla kertomaan näistä tarkemmin sinulle ja verkostoillesi. Ole yhteydessä [matti.makela\(at\)omaishoitajat.fi](mailto:matti.makela(at)omaishoitajat.fi)

Ideoita arjen luoviin hetkiin



Ekspressiivisen taideilmaisun ohjaaja Taina Semi on tehnyt luovuuspakkan, joka tarjoaa ideoita arjen luoviin ja toiminnallisiin hetkiin aikuisista läheisistään huolehtiville omaishoitajille ja perheenjäsenille. Korteja voi käyttää kuka tahansa ja minkä ikäisenä vaan yksin tai ryhmässä.

Luova toiminta aktivoi aisteja, kehittää mielikuvitusta ja herättää tunteita. Säännöllisesti käytettyinä harjoitukset aktivoivat ”luovuuden lihasta”. Luovuuden harjoittaminen liittyy vahvasti ihmisen hyvinvointiin. Luovuus synnyttää elinikäisen oppimisen kulttuuria.

Luovuuspakka sisältää 50 ideakorttia ja kaksi ohjekorttia. Luovuusharjoitukset on jaoteltu eri teemojen mukaan, kuten sanataide, identiteetti, luova liike, ilottelu aisteille, musiikin kieli ja taidekokeiluja.

Luovuuspakka on tuotettu [Wihurin yhteisöpalkinto -rahaston tuella](#).

Pakan hinta on 10 euroa + posti- ja käsittelykulut 7 euroa.

Pakkaa voi tilata sivulta www.omaishoitajat.fi > [Materiaalit ja myyntituotteet](#)

Sieltä löytyvät kortit myös ilmaiseksi ladattavana PDF-tiedostona.

Hyvinvointialueet aloittivat, mikä muuttui?

"Juhlapuheissa omaishoitajat mainitaan ryhmänä, jota erityisesti halutaan arvostaa, mutta "hoitaa ne muutenkin" -periaate nousee esiin silloin kun etsitään säästöjä."



"Omaishoitajat eivät saa olla pelinappuloita. Siksi valtakunnallisia omaishoidon tuen kriteerejä tulee edelleen tavoitella."

[Lue lakimies Yrjö Mattilan artikkeli uusimmasta Lähellä-lehdestä.](#)

Omaishoitajan tukena – työkaluja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen

Keskiviikkona 10.5.2023 klo 9.00–11.30, verkossa

Miten ammattilainen voi ottaa mielen hyvinvoinnin puheeksi ja tukea omaishoitajan voimavaroja? Kuinka auttaa käsittelemään luopumiseen liittyviä tilanteita ja tunteita? Osallistumilla webinaariin saat uusia näkökulmia, tietoa ja työvälineitä

omaishoitajien kanssa toimimiseen.

Webinaari on tarkoitettu omaishoitajia kohtaaville ammattilaisille ja vapaaehtoisille sekä kaikille kiinnostuneille.

Tapahtuman järjestävät yhteistyössä Suomen omaishoidon verkosto ja Miten jaksat omaishoitaja? -hanke.

Lisää tietoa ja ohjelma päivitetään [tapahtuman sivuille](#).

Ilmoittautuminen 8.5. mennessä [ilmoittautumislinkin kautta](#).

Meillä olis asiaa!

Jangsterit – nuoret hoivaajat -hankkeen päätösseminaari

Tiistaina 21.3.2023 klo 13–16

Kino Engel, Sofiankatu 4 C, Helsinki ja etäseuranta

Nuorilla hoivaajilla on oikeus tulla nähdyiksi ja kuulluiksi, mutta heidän tilanteensa jää usein huomaamatta. Tähän tarvitaan muutos.

Tässä seminaarissa esittelemme ajankohtaista tietoa hoivatilanteessa olevista lapsista ja nuorista sekä työkaluja heidän tukemiseensa.

Kenelle: Lasten ja nuorten hyvinvoinnista kiinnostuneet opetus-, oppilashuolto- ja sote-ammattilaiset sekä tutkijat. Omaishoitajayhdistykset, nuoret hoivaajat ja muut

asiasta kiinnostuneet.

Lisätietoja ja ohjelma [tapahtuman sivuilla](#).

[Ilmoittautuminen](#) (paikan päälle 14.3. mennessä, etänä 17.3. mennessä).

Katso lisää muista tilaisuuksista [tapahtumakalenterista](#).

Vinkkaa tiedotteesta työkaverillesi

Vinkkaa Omaishoitotiedotteesta työkaverillesi. Niin
hänkin pysyy ajan tasalla omaishoitoasioista.
Maksuttoman omaishoitotiedotteen voi tilata ja
perua osoitteessa [Tilaa omaishoitotiedote](#).



Neljä kertaa vuodessa ilmestyvässä tiedotteessa on
aina linkki uusimpaan Lähellä-lehteen.

Pysy ajan tasalla, seuraa Omaishoitajaliiton viestintää

Omaishoidon ajankohtaiset asiat ja omaishoitajien tarinat löytyvät
Omaishoitajaliiton verkkosivuilta ja sosiaalisen median kanavista.
Omaishoitoaiheisia päivityksiä löydät aihetunnisteilla #omaishoito,
#OmaishoitoKoskettaaJokaista ja #Omaishoitoyhteisö



Ystävällisin terveisin

Omaishoitajaliitto ry

Hämeentie 105 A 18, 00550 Helsinki

www.omaishoitajat.fi

Omaishoitajaliiton kanssa omaishoitajien tukena



[Siirry lukemaan kaikki Omaishoitotiedotteet tästä](#)

2023 Omaishoitajaliitto ry

Saat tämän tiedotteen, koska olet Omaishoitotiedotteen postituslistalla. Tiedotteen tilaaminen ja peruminen onnistuvat osoitteessa <https://omaishoitajat.fi/omaishoitotiedote/>

Tietosuojaseloste <https://omaishoitajat.fi/rekisteriselosteet/>

Osoitelähde: Organisaationne nettisivut, sähköpostitse tehdyt tilaukset ja Omaishoitajaliiton tilaisuuksista tehdyt tilaukset.

This email was sent to ismo.laukkarinen@omaishoitajat.fi
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Omaishoitajaliitto ry · Hämeentie 105 A 18 · Helsinki 00550 · Finland