



Kuva: Jaana Vilhunen

Uutiskirje Omaishoitajien tukitoiminta 1/2018

Keskustoimiston terveiset

Omaishoitajien tukitoiminnan aloittamisesta tulee tänä vuonna kuluneeksi 25 vuotta ja toiminnan kehitystä on ollut ilo seurata vuosien saatossa. Toimintaa on viety koko ajan määrätietoisesti eteenpäin ja omaishoitajille on tarjottu niin hyvinvointipäiviä, koulutusta, virkistystä kuin vertaistukeakin.

Toiminnan vahvuutena ja voimana ovat aina olleet ensisijaisesti Punaisen Ristin vapaaehtoiset ja työntekijät, jotka tekevät työtä selkeästi koko sydämellään! Vapaaehtoiset ovat tarjonneet monipuolisesti erilaisia toimintamuotoja, jotka ovat tavoittaneet vuosittain tuhansia omaishoitajia, läheisiä ja perheitä.

Toimintavuotemme 2018 on lähtenyt käyntiin mukavissa merkeissä: tulevaa suunnitellen ja uusia mahdollisuuksia kartoittaen. Loppuvuodesta 2017 teimme päätöksen muuttaa Osastokirjeen nimeksi Uutiskirje, lisäksi jatkossa lehti tulee ilmestymään kaksi kertaa vuodessa.

Nyt kädessäsi on vuoden ensimmäinen Uutiskirje, jossa pääset kuulemaan muun muassa yhteenvetoa viime vuodesta, ”Turvakoutsit” terveisiä Satakunnasta ja Savo-Karjalasta sekä pääset tutustumaan Savo-Karjalassa tehtävään oppilaitosyhteistyöhön. Keväällä on tulossa lisäksi koulutuksia omaishoitajille ja vapaaehtoisille, sekä kouluttajakoulutuksia tuleville vapaaehtoiskouluttajille. Lisäksi syksyllä on kutsuseminaari, josta voi lukea lisää tässä uutiskirjeessä.

Mukavaa alkanutta juhluvuotta!

Sisko Aalto ja Elisa Vesterinen

Vuoden 2017 yhteenvetoa – omaishoitajien ja läheisten tukemisessa

Teksti: Sisko Aalto

Vuonna 2017 omaishoitajaperheitä tuettiin seitsemän piirin alueella 60 osastossa. Toiminnassa oli mukana 292 vapaaehtoista. Vapaaehtoiset ovat olleet tärkeä kanssakulkija ja korvaamaton tuki omaishoitajille, joten toiminnassa kehitettiin mm. omaishoitajaperheiden ystäväparitoimintaa. Ystäväpareina toimi 84 henkilöä 60 omaishoitajaperheelle. Osa vapaaehtoista ystäväpareista teki säännöllisesti kotikäyntejä ja palaute tästä toiminnasta on ollut erinomaista.

Keskeisinä toiminnan muotoina toimivat omaishoitajaperheiden hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta lisäävät koulutukset. Omaishoitajien tukitoiminnassa koulutettiin 102 vapaaehtoista toteuttamaan Suomen Punaisen Ristin Auttajakurssia. Auttajakurssit ovat tunnin kestäviä kurseja omaishoitajille, joilla opitaan tärkeitä ensiavun kansalaistaitoja ja saadaan valmiuksia toimia ensiaputilanteissa. Kurssin avulla osallistujien perustaidot ja rohkeus toimia hädän hetkellä kasvoivat. Auttajakurseja järjestettiin yhteensä 32 osastossa ja niihin osallistui 428 omaishoitajaa, osallistujamäärä oli merkittävä. Tämän lisäksi koulutetut vapaaehtoiset toteuttivat vastaavanlaisen kurssin tuhansille ikäihmisille ja alakoululaisille. Omaishoitajaperheille järjestettiin lisäksi terveyttä ja hyvinvointia edistäviä koulutuksia 60 kertaa, joihin osallistui yhteensä 1562 henkilöä.

Vertaisryhmien määrä vakiintui ja ryhmiä oli 41. Ryhmien kokoontumiskertoja oli yhteensä 350, joihin osallistui 498 yksittäistä omaishoitajaa. Virkistystilaisuuksia järjestettiin puolestaan 80 ja niihin osallistui yhteensä 1 180 henkilöä. Hyvinvointipäivillä omaishoitajat saivat tietoa ja taitoja sekä tapasivat vertaisiaan.

Yhteistyökumppaneiden kanssa toteutettiin yhteensä 30 erilaista tapahtumaa ja koulutusta, joihin osallistui 1126 omaishoitajaa. Tämän lisäksi oppilaitosyhteistyötä tehtiin 10 sosiaali- ja terveydenhuollon oppilaitoksen kanssa, pitämällä infotilaisuuksia omaishoitajuudesta ja toteuttamalla omaishoitajaperheille hemmottelupäiviä. Toimintapäivissä 391 opiskelijaa mahdollistivat omaishoitajaperheille virkistyksellisiä tilaisuuksia ja ulkoilumahdollisuuksia.

Yhteistyö sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön kärkihankkeen *Kehitetään ikäihmisten kotihoitoa ja vahvistetaan kaikenikäisten omaishoitoa* kanssa jatkui. Yhteistyötä tehtiin Varsinais-Suomessa, jossa kehitettiin henkisen tuen koulutusta omaishoitajille. Kaakkois-Suomessa kehitettiin erityisesti ensiaputaitoja ja kodin turvallisuutta omaishoitajille.

Ensiapukoulutus erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmille

Teksti ja kuva: Sisko Aalto

Omaishoitajien tukitoiminta pilotoi ja järjesti yhteistyössä Kehitysvammaisten Tukiliiton kanssa ensiapukoulutuksen erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten vanhemmille Tulppaanitalolla Tampereella 20.1. Vanhemmat olivat kiinnostuneita koulutuksesta ja se täyttyi jo ennen ilmoittautumispäivää.

Kuusituntisen koulutuksen tunnelma oli erittäin mukava. Osallistujat antoivat hyvää palautetta ja toivat esille, että he olivat aktiivinen, kyselevä ja keskusteleva ryhmä. Osallistujat saivat tietoa heitä askarruttaviin kysymyksiin ja käytännön taitoja. He antoivat todella rakentavaa palautetta päivän annista ja kokivat, että heidän toiveensa ja odotukset täyttyivät kurssin osalta. Vanhemmat toivat esille, miten tärkeää on kerrata ensiaputaitoja.

Kurssi antoi valmiuksia sekä ennakoita että ennaltaehkäistä kodin tyypillisimpiä tapaturmatilanteita. Kurssin käytännön harjoitusten kautta vanhempien osaaminen ja uskallus toimia kotona tapahtuvissa ensiaputilanteissa kasvoi. Kurssilla käsiteltiin tyypillisimpiä sairauskohtauksia sekä ensiapua yleisimmissä tapaturmissa.

Kouluttajana toiminut kurssin suunnitellut Virve Höijer sai erittäin paljon kiitosta kurssin monipuolisuudesta ja käytännön harjoituksista.



Auttajakurssi venäjänkielisille omaishoitajille

Teksti: Elisa Vesterinen

Suomen Punaisen Ristin Auttajakurssi on herättänyt paljon kiinnostusta paitsi kantaväestössä myös venäjänkielisten omaishoitajien keskuudessa.

Helmikuussa 2017 Inkerikeskuksessa aloitettiin uusi projekti omaishoitajille nimeltään OMAVENE, sen tarkoituksena on tarjota venäjänkielisille omaishoitajille neuvontaa ja toimintaa heidän omalla kielellään. Tilanne on tällä hetkellä Suomessa se, että venäjänkielistä neuvontaa, materiaalia ja koulutusta on hyvin vähän tarjolla omaishoitajille.

Inkerikeskuksesta oltiin meihin yhteydessä syksyllä 2017, ja meiltä pyydettiin yhteistyötä ja edustusta heidän ohjaustyöryhmäänsä.

Ohjaustyöryhmän ensimmäisen tapaamisen myötä yhteistyö alkoi ja sovimme Auttajakurssin toteutuksesta venäjänkieliselle omaishoitajaryhmälle.

Koulutus toteutetaan Inkerikeskuksen tiloissa Helsingin Malmilla 6.3. klo 14–16. Auttajakurssi materiaali on nyt käännetty venäjäksi, mukana on kolme vapaaehtoista Helsingin ja Uudenmaan piiristä, heistä yksi on venäjänkielinen ja on mukana kouluttamassa. Paikalla on myös tulkki, joka tulee Inkerikeskuksen puolelta. Tämä on hieno avaus yhteistyöstä venäjänkielisten omaishoitajien kanssa, ja jääme mielenkiinnolla odottamaan miten yhteistyö kehittyy.

Lisätietoja: Venäjänkielisiä Auttajakurssi materiaaleja voi tiedustella keskustoimistolta Elisa Vesterinen 040 - 1426 599.

Turvakoutsi Terveisiä Savo-Karjalan piiristä

Teksti ja kuvat: Jaana Vilhunen



Osallistuin lokakuussa 2017 Helsingissä pidettyyn kodin turvallisuusvalmennukseen, jonka aiheena oli tapaturmien ehkäisy. Valmennuksen järjesti koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyverkosto. Sain valmennuksesta käyttööni materiaalia, menetelmiä ja välineitä kodin turvallisuusaiheisten tilaisuuksien järjestämiseen. Valmennusmateriaali on vielä pilotointivaiheessa suomenkielinen, mutta varmasti jossakin vaiheesta tästä saadaan myös ruotsinkielinen versio.

Koen itse turvallisuusvalmennuksen erittäin tärkeänä omassa työssäni. Niinpä olenkin ottanut tästä valmennuksesta tämän vuoden teeman: "Ihmisellä on vain yksi henki."

Miten voin ennaltaehkäistä tapaturmia?” Tavoitteenani on kiertää vuoden aikana piirimme kaikki omaishoitajaryhmät läpi tärkeän teeman kanssa. Pyydettyäessä käyn myös pitämässä valmennuksia muille järjestöille. Pohjois-Savossa teen tiiviisti yhteistyötä Muisti ry:n kanssa. Heidän kanssaan olen sopinut kolme tilaisuutta muistikahviloihin, jotka ovat avoimia kaikille. Punaisen Ristin alle olen sopinut kahdeksan valmennusta eli yhteensä valmennuksia on tulossa jo 11 tämän kevään ajalle! ☺

Valmennus koostuu neljästä kokonaisuudesta, mistä kouluttajana pystyn valitsemaan sopivat osat aina kohderyhmälle. Missään nimessä kaikkea ei kannata kerralla käydä läpi, koska jo yhdestäkin osa-alueesta tulee paljon asiaa ja ryhmäkeskusteluja! Valmennus kokonaisuuteen kuuluu seuraavat osa-alueet: 1) Kotirapaturmat tilastoina 2) Kaatumiset ja liukastumiset, 3) Putoamiset, 4) Terävät ja kuumat esineet kotona ja 5) Elämäntavat. Itse olen aloittanut valmennuksen kertomalla havainnollisesti, miten paljon suomalaisille sattuu tapaturmia vuosittain. Se konkretisoi kuulijoille selkeästi, että kyse on erittäin isoista luvuista sekä henkilömääränä että hoitokustannusten tasolla.

Näin talviaikaan olen luonnollisesti valinnut teemaksi kaatumiset ja liukastumiset. Tämä aihe on ollut ainakin täällä Itä-Suomessa tänä talvena erittäin paljon keskustelua herättänyt kestoteema. Liukastumisia ja kaatumisia voi jokainen ehkäistä käyttämällä turvallisia jalkineita ulkona sekä pitämällä kotona kulkuväylät ja lattiat esteettöminä, ettei sisälläkään pääse tapahtumaan kaatumisia. Valmennuksen yhteydessä olemme käyneet yhdessä ”talvikenkien katsastuspäivän”. Turvallisten kävelykenkien pohja tulee olla matala, joustava, pohjassa tulee olla kunnon viistokuviointi ja urien syvyys vähintään 0,5cm. Talviaikaan liikkumiseen turvallisuutta lisäävät nastat ja kävelysauvat. Tärkein asia on kuitenkin aina muistaa liikkua kiireettömyys!

Valmennusta olen keventänyt niin sanotuilla ”porinatuokioilla”. Sovitusta teemaan liittyvästä aiheesta osallistujaparit ovat saaneet keskustella aluksi yhdessä ja sitten asiat on saanut esittää toisille. Tämä vuorovaikutuksellinen osallistuminen on tuonut hyviä keskusteluja ja vinkkejä meille kaikille, myös minulle kouluttajana ☺.

Jatkan mielelläni tätä road-show´ta ja toivotan myös sinut lämpimästi mukaan osallistumaan tilaisuuksiin tai vaikkapa kouluttajaksi. Tiedossa on, että myös tänä vuonna tultaneen järjestämään yksi kouluttajakoulutus. Tästä tarkempaa tietoa voitte kysyä oman piirinne aluetyöntekijältä.

Turvallista talven jatkoa teille kaikille!



Turvakoutsi Terveisiä Satakunnan piiristä

Teksti: Eeva-Liisa Koskinen

Turvakoutsivalmennukset ovat alkaneet omaishoidon vertaisryhmille myös Satakunnan piirin alueella.

Valmennuksessa käydään läpi koti- ja vapaa-ajantapaturmien ennaltaehkäisyyn liittyviä asioita, puhutaan erityisesti kaatumisen ehkäisystä ja onko kotini turvallinen – teemoista. Omaishoitoperheiden arjen turvallisuus on tärkeä osa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä. Ajatuksena on kiertää kaikki Satakunnan piirin vertaisryhmät vuoden aikana ko. teeman kanssa.

Oppilaitosyhteistyö Savo-Karjalan piirissä

Teksti ja kuvat: Jaana Vilhunen



SPR Savo-Karjala piirin omaishoitajatoiminta käynnisti oppilaitosyhteistyön Kuopion ja Iisalmen ammattiopistojen kanssa viime syksynä. Tarkoituksena on, että jatkamme tätä hienosti käynnistynyttä yhteistyötä myös tänä vuonna. Prosessi lähti liikkeelle viime keväänä, kun kävimme syksyn aikatauluja läpi työssäoppimisen vastuupettaajan kanssa. Sovimme molemmille kampuksille syksyksi suunnatut asiakastyöjaksot.

Omaishoitajatoiminnalle tämä yhteistyö tarjoaa mahdollisuuden päästä kertomaan oppilaitokseen Punaisen Ristin järjestö- sekä omaishoitajatoiminnasta. Molemmille ryhmille oli varattuna aamupäivän luennot tähän. Teimme yhteistyötä lähihoitajaopiskelijoiden kanssa. Iisalmen opiskelijaryhmä oli opiskellut jo vuoden ajan ja Kuopion kampuksen opiskelijat vasta opinnot aloittaneita aikuisopiskelijoita. Aikuisopiskelijalla tarkoitetaan henkilöä, joka opiskelee uutta ammattia. Molemmissa ryhmissä oli opiskelijoita 22 henkilöä.

Opiskelijoiden asiakasharjoitteluun kuului hoito- ja huolenpito sekä kuopiolaisilla lisänä kuntoutumisen tukemisen jakso. Iisalmen ryhmällä asiakastyöjakso kesti viisi- ja kuopiolaisilla yhdeksän viikkoa. Opiskelijat suorittivat asiakastyön pareittain eli meidän Punaisen Ristin koodilla "kanssakulkijat" toimintana. Oppilailla oli lähiopettaja koululla ja vastaavasti minä toimina yhteyshenkilönä Punaiselta Ristiltä. Etsin opiskelijoille omaishoitoperheet molemmista kaupungeista. Se onnistui varsin hyvin, sillä meillä on omaishoitajatoimintaa molempien kaupunkien osastoissa.

Omaishoitoperheet lähtivät mielellään mukaan ja avasivat kotinsa ovet lähihoitajaopiskelijoille. Kuopiossa oli omaishoitoperheiden lisäksi mukana viisi ystäväpalvelun ikäihmistä.

Opiskelijoiden tavoitteena hoito- ja huolenpitojaksolle olivat mm. asiakkaan ohjausta ja tukemista päivittäisissä toiminnoissa, ammatillisen vuorovaikutuksen kehittäminen, tutustuminen asiakkaan pitkäaikaissairauteen ja sen lääkitykseen sekä virikkeellisten ohjattujen tapahtumien järjestäminen omaishoidettavalle ja ikäihmiselle. Kuntoutumisen tukemisen jaksolla opiskelijoiden tuli suunnitella jakson ajaksi ohjattuja liikuntatuokioita, keskustella tapaturmien riksitekijöistä ja ennaltaehkäisystä sekä kannustaa asiakasta terveellisiin elämäntapoihin. Jokaiselle tapaamiskerralle opiskelijat suunnittelivat siis oman teeman. He vierailivat perheissä kerran viikossa ja tapaamisiin heille oli merkitty 4 h asiakastyöhön. Tämä mahdollisti monenlaisia virkistyksellisiä ja iloisia hetkiä. Esimerkkinä vain muutamia tässä; vierailut syystorilla ruska-aikaan, taidemuseolla, Puijon tornissa, Valkeisenlammella. Opiskelijat järjestivät perheissä myös Suomi100 teemallisia juhlia sekä pikkujouluja, joihin olivat lämpimästi tervetulleita myös naapuriasukkaat. Kohtaamisista nousi hyvä mieli molemmin puolin.

Osallistuimme SPR Kuopion osaston ystäväpalvelun yhdyshenkilön Leena Närväsen kanssa Kuopion lähihoitajaopiskelijoiden loppuseminaariin tammikuussa. Opiskelijat olivat työstäneet syksyn harjoittelusta upeita postereita sekä diaesityksiä. Jokainen opiskelija vuorollaan kertoi omasta asiakasperheestä, mitä kaikkea he olivat jakson aikana yhdessä tehneet. Tilaisuus oli meille erittäin positiivinen kokemus. Ja totesimme molemmat Leenan kanssa, että yhteistyötä kannattaa ehdottomasti myös tulevaisuudessa jatkaa. Olemme nyt helmikuussa opettajan kanssa suunnittelemassa yhteistyökuvioita tälle vuodelle.

Suosittellemme lämpimästi oppilaitosyhteistyötä myös teille muille vapaaehtoisille. Olkaa rohkeasti yhteydessä omalla paikkakunnalla oleviin oppilaitoksiin ja laittakaa yhteistyö käyntiin. Voitte olla yhteydessä myös meihin piirin työntekijöihin. Autamme mielellään teitä käynnistysvaiheessa!

Mukavaa talven jatkoa toivotellen,



Jaana Vilhunen ja Lena Närvänen



Posterit, lähihoitajaopiskelijat

STM:n kärkihankkeen ikäneuvohanke vie Auttajakurssin etäkuva puhelinyhteyden kautta pilottina omaishoitajille

Teksti: Eeva-Liisa Koskinen, SPR Satakunnan piiri

SPR:n Auttajakurssia testataan Pirkanmaan alueen omaishoitajille suunnatussa etäpuhelinyhteyden pilottikokeilussa, joka on STM:n kärkihankkeen Ikäneuvohankkeessa mukana. Hankkeen tarkoituksena on tukea omaishoitajien arjessa jaksamista, niin että heihin ollaan yhteydessä etäkuva puhelinyhteyden kautta viikoittain eri teemoilla. Auttajakurssi toteutetaan maaliskuussa etänä. Jäädään jännityksellä odottamaan ☺

Ajankohtaista

Ystävänä omaishoitoperheelle kurssimateriaali on päivitetty

Teksti: ystävätoiminnan koulutus uudistuksen työryhmä

Suomen Punaisella Ristillä on käynnissä vapaaehtoisuuskoulutuksen uudistamisprosessi, jossa kaikki vapaaehtoisuuskoulutukset käydään läpi ja muokataan tarpeen mukaan. Tarpeita on kartoitettu kouluttajilta parin viime vuoden aikana. Tärkeimmiksi tarpeiksi ovat nousseet koulutusten yhtenäistäminen ja päällekkäisyyksien poistaminen. Näillä toimenpiteillä lisätään koulutusten laatua, varmistetaan vapaaehtoisten motivaation säilyminen ja mahdollistetaan vapaaehtoisten nopea pääsy mukaan toimintaan. Koulutuksista luodaan pienempiä moduuleita, joista vapaaehtoinen voi rakentaa oman koulutuspolkunsaa. Moduuleista voi rakentaa erilaisiin tarpeisiin vastaavia koulutuskokonaisuuksia.

Ystäväkurssien osalta materiaalia on tiivistetty ja siihen on lisätty enemmän aineistoa vapaaehtoisten motivointiin ja ystävätoiminnan merkityksellistämiseen liittyen. Materiaalista löytyy tietoa yksinäisyydestä ja se haastaa kurssilaisia hahmottamaan, miten tärkeää työstä ystävätoiminnassa on kyse.

Ystävätoiminnan koulutus koostuu seuraavista moduuleista:

- Tervetuloa yhteiseen tarinaan -verkkokurssi tms. Punaiseen Ristiin perehdyttävä koulutus (esim. Punainen Risti tutuksi -ilta)
- Ystävätoiminnan peruskurssi 3 h
- Ystävätoiminnan jatkokurssi 6 h
- Ystävätoiminnan kohderyhmäkohtaiset lisäkoulutukset (esim. Ystävänä omaishoitoperheelle)
- Ystävätoiminnan sisällölliset täydennyskoulutukset (esim. Muistisairaana kohtaaminen)

Ystävänä omaishoitoperheelle kurssimateriaali on päivitetty. Kurssilla vapaaehtoinen saa tietoa omaishoitajuudesta ja siitä, miten Suomen Punainen Risti tukee omaistaan ja läheistään hoitavia ja heidän perheitään. Lisäksi vapaaehtoinen saa erityisosaamista omaishoitoperheiden kohtaamiseen sekä vinkkejä virkistys -ja ryhmätoiminnan toteuttamiseksi omaishoitoperheille.

Materiaalia päivitetään tarpeen mukaan, mikäli toimit kouluttajana RedNetistä kannattaa ajoittain käydä tarkistamassa uusin versio. Tiedostossa ilmoitettu päivämäärä kertoo, milloin sitä on viimeksi muokattu.

Lisätietoja: oman alueesi aluetyöntekijä tai keskustuimisto Elisa Vesterinen
040 1426 599.

Omaishoitajien hyvinvointipäivät 2018

- 26.-27.4.2018 Leppävirta (Vesileppis)
- 29.-30.5.2018 Miesomaishoitajien hyvinvointipäivät, Heinola (Nynäs)
- 11.-12.10.2018 Ikaalinen
- Syksy 2018 HUP/Varsinais-Suomi

Paikat ja päivämäärä tarkentuvat lähempänä ajankohtaa.

Lisätietoja: piirien omaishoitajien tukitoiminnan aluetyöntekijät ja www.omaishoito.fi

Sairaanhoitajapäivät 22.–23.3.2018

Valtakunnalliset sairaanhoitajapäivät pidetään Messukeskuksessa Helsingin Pasilassa. Päivillä ovat esittelemässä toimintaansa Veripalvelu, Kansainvälinen toiminta, Hyvinvoinnin ja terveyden yksiköstä Omaishoitajien tukitoiminta, Koti- ja vapaa-ajan tapaturmaohjelma, Hiv/seksuaalisyö ja Päihdetyö.

Lisätietoja: <https://sairaanhoitajapaivat.fi/>

Omaishoitomessut 25.4.2018 klo 11–16

Kankaanpään opistotalo (Opistonkatu 5, 38700 Kankaanpää)

Messut on tarkoitettu kaikille läheisiään hoitaville, palveluita tarvitseville, ammattilaisille ja asiasta kiinnostuneille. Luentoja muistista, päihteistä ja kaltoinkohtelusta, keskusteluja, esityksiä, esittelijöitä, Hyvinvoiva omaishoitaja – muotinäytös. Vapaa pääsy.

Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -kouluttajakoulutus 25.5.2018

SPR Länsi Suomen piiri (Ailakinkatu 5, 40100 Jyväskylä)

Kouluttajakoulutus on tarkoitettu Punaisen Ristin vapaaehtoiskouluttajina toimiville tai kouluttajiksi aikoville. Koulutus soveltuu hyvin sosiaalipalvelukouluttajille, terveydenedistämisen kouluttajille ja muille, jotka voivat jatkossa kouluttaa ikääntyneiden kanssa toimivia vapaaehtoisia ulkoiluystäviksi. Koulutuksessa opitaan kouluttamaan vapaaehtois- ja vertaisvetäjiä kotona asuvien iäkkäiden ulkona liikkumisen tueksi. Lisäksi saadaan valmiuksia ja vinkkejä ulkoiluystävien kokoamiseen sekä paikallisten koulutustilaisuuksien markkinointiin ja järjestämiseen.

Ilmoittautuminen: 25.4.2018 mennessä <https://www.lyyti.fi/questions/c3932f2f3f>

Lisätietoja RedNetistä: <https://rednet.punainenristi.fi/node/48806>

Omaishoitajien virkistysleiri 9.-13.7.2018

Pori, Koivuniemen leirikeskus

Leirillä on luvassa monipuolista ohjelmaa, johon voi osallistua oman kiinnostuksen mukaan. Tavoitteena on, että leiri virkistää ja antaa eväitä omaishoitajien arkeen. Leirikeskuksessa on retkeilytasoinen majoitus ja mukaan mahtuu noin 20 omaishoitajaa. Leiri on omaishoitajille maksuton. Punaisen Ristin paikallisosasto kustantaa leirin hinnan, johon sisältyy majoitus, ruokailut ja ohjelma.

Lisätietoja: Eeva-Liisa Koskinen 040 8610 748 tai eeva-liisa.koskinen@redcross.fi



Omaishoitajien leirillä 2017 sammutusharjoitus yhdessä Satakunnan Pelastuslaitoksen kanssa.

Kutsuseminaari 6.-7.9.2018

Valtakunnallinen omaishoidon tukitoiminnan vapaaehtoisille tarkoitettu kutsuseminaari järjestetään tänä vuonna Savo-Karjalassa Kylpylähotelli Kunnanpaikassa. Lisätietoa päivistä tulee lähempänä ko. ajankohtaa. Päivä kannattaa kuitenkin jo laittaa kalenteriin!

Seuraa meitä Facebookissa:

<https://www.facebook.com/suomenpunainenristiomaishoitoperheidentukena/>

