



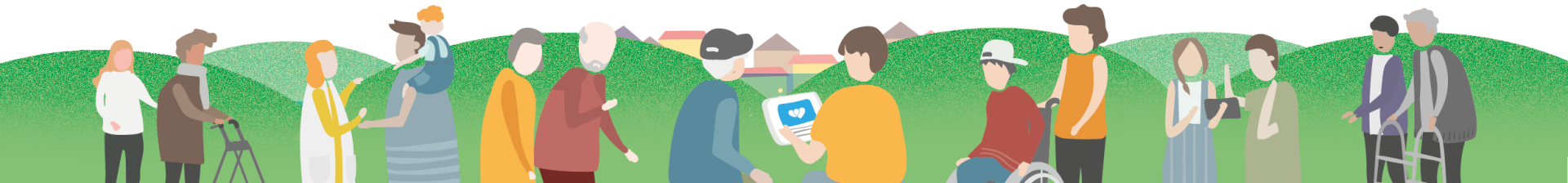
# Omaishoitajaliitto

## Netistä neuvoa ja vertaistukea

AlueAvain 4.2.2020

Matilda Linnavirta

digivalmentaja, suunnittelija



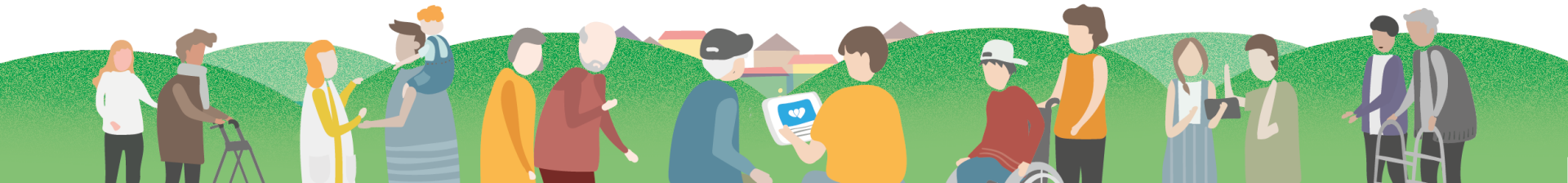
# Neuvontaa monien kanavien kautta

- **Puhelin ma-to klo 9-15**
  - Suorat numerot
- **Chat ma-to 9-12**
- **Sähköposti**
- **Facebook, Instagram, Twitter**
- **Nettisivut**
- **Tukinet**
- **”Face-to-face”**
  - Tapahtumat, koulutukset, seminaarit, toimisto



# Omaishoitajaliiton chat

- Avattiin osaksi liiton neuvontaa 7.1.2020.
- Omaishoitajaliiton työntekijät vastaavat chatin kautta tulleisiin kysymyksiin.
- Palveluntuottaja Ninchat – integraatio Omaishoitajaliiton nettisivuille (WordPress)



# Tilastoja



- 7.1.-31.3. yhteensä 182 chat-keskustelua
  - Keskiarvo 14,5 min/chatti
  - Keskiarvo jonotusajalle 32 s.
- Yleisimmät aiheet:
  - Omaishoidon tuen hakeminen
  - Omaishoidon tuki ja palvelusuunnitelma
  - Omaishoitoa tukevat palvelut ja etuudet
  - Omaishoito ja ansiotyö
  - Vapaapäivät
- 80% positiivisia arvioita, 11% neutraalia, 9% negatiivista
  - 50% jättänyt arvion



# Tukinet – vertaistuen verkkoalusta

- <https://tukinet.net/>
- Toiminut vuodesta 2000
- Tukinetistä saa sekä henkilökohtaista että ryhmän avulla tapahtuvaa tukea, joko viiveellä tai reaaliajassa
- Chatit, ryhmäkeskustelut, tukisuhteet
- Keskustelut anonyymisti, vaatii rekisteröitymisen
- Mukana yli 70 sotealan järjestöä
- Ota yhteyttä: yllapito[a]tukinet.net



# Omaishoitajaliitto Tukinetissä





---

## Voimavaroja omaishoitajan arkeen

1 päivä sitten

Huolehditko läheisestääsi, joka on sairastunut tai vammautunut? Haluaisitko saada vertaistukea ja vinkkejä siihen, miten voit lisätä omaa hyvinvointiasi ja jaksamista? Tule mukaan keskustelemaan omaishoitajan arjesta ja löytämään keinoja, joilla lisätä omaa hyvinvointia. Keskusteluryhmässä voit vapaasti ottaa puheeksi mieltä askarruttavia asioita liittyen läheisestä huolehtimiseen. Ryhmäkeskustelussa on mukana Omaishoitajaliiton työntekijöitä.

Sopii Aikuiset, Nuoret, Seniorit







# Ota yhteyttä!

*Matilda Linnavirta*

digivalmentaja, suunnittelija

matilda.linnavirta(at)omaishoitajat.fi

p. 020 7806 520/ 050-4371096

