



Omaishoidon verkoston tiedote

Suomen omaishoidon verkoston neljäs tiedote 2022. Verkoston jäsenjärjestöt ja alueelliset verkostot voivat lähettää ajankohtaisia asioita pilvi.nummelin@omaishoitajat.fi. Myös verkoston Facebook-sivuilla ja [verkkosivuilla](#) löytyy ajankohtaista päivitystä ja verkostotiedotteet.

Verkoston toiminta

Leijonaemot ry liittyi Suomen omaishoidon verkosto jäseneksi!

Leijonaemot ry on valtakunnallinen erityislasten vanhempien vertaistukiyhdistys, joka toimii yli lasten diagnoosirajojen. Leijonaemoilla on kiinnostusta toimia verkostoyhteistyössä muun muassa lastensa omaishoitajien tilanteiden ja työn ja omaishoidon yhdistämisen hyväksi. Valtakunnallisessa Suomen omaishoidon verkostossa on nyt yhteensä 24 toimijaa. Tervetuloa mukaan verkostoon! Lisää tietoa Leijonaemoista www.leijonaemot.fi

Syksyllä luvassa verkostossa:

Omaishoito neurokirjon perheissä -webinaari pidetään 4.10.2022 klo 13-15. Tapahtuma toteuttaa yhteistyössä Autismiliitto, ADHD-liitto ja Omaishoitajaliitto. Webinaari on tarkoitettu perheiden kanssa työskenteleville ammattilaisilla ja omaisille. Verkoston sivuilta lisätietoa [tapahtumasta ja ilmoittautuminen](#).

Suomen omaishoidon verkoston vuosikokous ja hybridinä toteutettava seminaari pidetään 2.11. Helsingissä. Seminaarin teemana on omaishoitoperheiden asiakaskohtaaminen.

Monikulttuuristen omaishoitoperheiden tukemisen materiaaleja kootaan verkoston sivuille, ja mainostetaan sosiaalisen median ja verkoston tiedotteen kautta. Kerättyä materiaalia pidetään esillä myös verkosto ja Omaishoitajaliiton syksyn tapahtumissa. Oman yhdistyksen materiaalia ja vinkkejä voi lähettää pilvi.nummelin@omaishoitajat.fi

Verkosto tekee viestintäyhteistyötä 6.10. Euroopan omaishoitajien päivänä ja Omaishoitajien viikolla marraskuun lopussa 20.-27.11.2022.

Kevään verkosto menneiden tapahtumien materiaalit löytyvät [verkoston sivuilta](#). Sieltä voi lukea mm. Elämänote -ohjelman toimintamalleista ja tietoa monimuotoisten perheiden huomioimisesta järjestöjen toiminnassa.

Verkoston järjestöjen tietoa ja tukea omaisille

Suomen Punaisen Ristin syksyn hyvinvointipäivät

Suomen Punainen Risti järjestää hyvinvointipäivät omaistaan tai läheistään hoitaville henkilöille

- Rokuan Health and Spa 8.–9.9.2022
- Spa Hotel Runnissa 6.–7.10.2022

Tilaisuuden tavoitteena on auttaa omaishoitajia irrottautumaan arjesta, keräämään voimia ja jaksamaan entistä paremmin. Lisätietoa ohjelmasta ja hakemuslomake [SPR Rednet -sivuilta](#)

Luonto osaksi hyvinvointia –webinaari

Suomen Punainen Risti järjestää ”Luonto osaksi hyvinvointia” -webinaari (4h) vapaaehtoisille ja asiasta kiinnostuneille. Koulutus toteutetaan verkossa kahtena iltana 19.9. ja 26.9. klo 17-19.

- 19.9. aiheina mm. luonnon hyvinvointivaikutukset, mielipaikka ja luonto mukana vapaaehtoistyössä
- 26.9. aiheina mm. aktivoiva luontotoiminta ja vuosikello, esimerkkejä toimintaan

Ilmoittautumiset: <https://oma.punainenristi.fi/event/14822>

Lisätietoa: eeva-liisa.koskinen@redcross.fi



ADHD viikko syksyllä

ADHD-liiton Adhd-viikkoa vietetään jälleen viikolla 41 (10.–16.10.2022). Viikon kunniaksi liitto tarjoaa jokaisena arkipäivänä lyhyitä maksuttomia webinaareja eri näkökulmista. Teemoina on muun muassa perustietoa adhd:stä, vanhemman ja adhd-oireisen aikuisen tarina, sisarus, kun perheessä on adhd-oireinen lapsi tai nuori, diagnoosia odotellessa sekä adhd ja seksuaalisuus. Tarkemmat tiedot ja ilmoittautumishjeet ilmoitetaan myöhemmin ADHD-liiton verkkosivuilla adhd-liitto.fi.

Muistisairaus ja seksuaalisuus -opas ilmestynyt

Omaishoitajaliitto on julkaissut oppaan, jossa puhutaan seksuaalisuudesta ja sen muuttumisesta muistisairauden myötä. Muistisairaus ja seksuaalisuus -opas on suunnattu heille, jotka pitävät huolta puolisoistaan, jolla on muistisairaus.

Oppaan voi ladata ilmaiseksi PDF-tiedostona [Omaishoitajaliiton verkkosivuilta](#) tai tilata painettuna versiona hintaan 5€/kpl. Hintaan lisätään posti- ja käsittelykulut. Tilaukset: toimisto(at)omaishoitajat.fi tai puh. 020 7806 500.

Videoblogi tuo voimavaroja erityislasten vanhemmille

Erytynen voimavaravlogi on videoblogi, joka on suunnattu erityislasten vanhemmille ja ammattilaisille tuomaan näkökulmia arkeen. Se sisältää viisi 20–30 minuutin jaksoa, jossa Heidi Forsell ja Pauliina Flang keskustelevat vlogissa syvästi, mutta lempeästi erityislapsen vanhemmuudesta, parisuhteesta, arjesta ja itsensä tutkimisesta. Videoblogi on suunnattu erityislasten vanhemmille ja ammattilaisille. Kehitysvammaisten Tukiliitto ja Kehitysvammaisten palvelusäätiö tuottivat vlogit . Vlogit katsottavissa [Kehitysvammaisten palvelusäätiön sivuilla](#).



Ajankohtaista tiedotettavaa

Kysely mielenterveyden haasteiden vaikutuksista parisuhteeseen

Kyselyn toteuttavat Parisuhdekeskus Kataja ry ja Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry toiminnan kehittämiseen. Kyselyn tarkoituksena on selvittää millaisia haasteita parisuhteelle aiheutuu, kun toisella tai molemmilla kumppaneilla mielenterveyden haasteita. Kumppanin tai suhteen kummankin osapuolen mielenterveyden oireilu tai mielenterveyden häiriöt vaikuttavat parisuhteeseen eri tavoin. Kysely on suunnattu kaikille parisuhteessa eläville tai eronneille, joita mielenterveyden haasteet ovat koskettaneet. Kysely on auki 21.8. saakka. [Linkki kyselyyn](#).

Viestintäkampanja edunvalvontavaltuutusten tärkeydestä

Digi- ja väestötietovirasto (DVV) Omissa käsissä-viestintäkampanjassa kannustetaan ihmisiä tekemään edunvalvontavaltuutus. DVV on julkaissut sivuillaan ohjeet, jotka neuvovat edunvalvontavaltuutukseen liittyvissä kysymyksissä. Kampanja kestää vuoteen 2024 saakka, ja siihen on mukana kolme ministeriötä sekä kymmeniä yrityksiä ja järjestöjä. Sosiaalisessa mediassa aihetunniste on #omissakäsissä ja lisätietoa [omissakäsissä.fi](#)

Uusi Läheisenä työelämässä -hanke tarjoaa tukea työelämän ja läheishoivan yhteensovittamiseen

Huhtikuussa on käynnistynyt Maria Akatemian ja Miina Sillanpään Säätiön kolmivuotinen Läheisenä työelämässä -yhteishanke. Hankkeessa tuetaan 40–65-vuotiaita työssäkäyviä henkilöitä, jotka pitävät työn ohella huolta myös läheisestään. Hankkeen kautta työssä käyvät läheishoivaajat saavat vahvistusta työssä jaksamiseen sekä työn ja läheishoivaajaroolin yhdistämiseen ammatillisesti ohjatun yksilö- ja vertaisryhmätoiminnan kautta.

Toimintamuotoina hankkeessa ovat chat-palvelu, kartoittavat yksilötapaamiset, suljetut vertaistukiryhmät, vaikuttamistyö ja vapaaehtoisten kouluttaminen. Toiminta on valtakunnallista ja sitä toteutetaan sekä digitaalisesti että lähitoimintana. Chat-palvelu aloitetaan kesän aikana ja yksilö- sekä ryhmätoiminta alkusyksystä 2022. Hankkeen verkkosivut tulevat löytymään kevään aikana Maria Akatemian verkkosivujen alta. Lisätietoa hankkeesta [Maria Akatemian tiedotteesta](#).

Ikiliikkuja-kampanja

Ikäinstituutin ja sen kumppaneiden yhteinen Ikiliikkuja-kampanjan ideana on muistuttaa arjen pienten valintojen merkityksestä hyvinvoinnille. Huumorilla sävytetty kampanja pysäyttää viesteillään liikunnan esteiden äärelle ja etsii ratkaisuja, miten esteitä voitaisiin taklata. Kampanjan tueksi on tuotettu uusia liikuntaohjelmia yli 65-vuotiaille senioreille. [Jumppavidet](#) ja niiden pohjalta tehdyt [kirjalliset liikeohjeet](#) kuvineen löytyy voima- ja tasapainoaiheisella voitafin sivuilla. Uusia liikuntasisältöjä julkaistaan lisää elokuussa. Ikäinstituutti postittaa toukokuussa kaikille tänä vuonna 75 vuotta täyttävälle hyvinvointiviestejä sisältävän Lisää voimaa vuosiin -oppaan. Lisätietoa kampanjasta [Ikäinstituutin sivuilta](#).

Omaishoitajaliiton koulutuksia

Ovet-ohjaajakurssi 6.9.

Ovet-ohjaajakurssi antaa valmiudet järjestää Ovet-valmennuksia® yhteistyössä Omaishoitajaliiton paikallisyhdistysten, kuntien, seurakuntien, oppilaitosten ja muiden järjestöjen kanssa. Ohjaajakurssilla perehdytään Ovet-valmennukseen ja ohjaajana toimimiseen. Kurssi antaa tietoa valmennuksen sisällöstä ja työskentelymenetelmistä sekä perustietoa ryhmän ohjaamisesta. [Lue lisää ja ilmoittaudu 26.8.2022 mennessä.](#)

Vertaisryhmän ohjaajakoulutus 18.10.

Koulutuksessa osallistujat saavat tietoa omaishoitajien vertaisryhmän ohjaamisesta ja omaishoidosta sekä työvälineitä ryhmien ohjaamiseen. [Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan 4.10. mennessä.](#)



Tutkimustietoa omaishoidosta

Omaishoito ja Covid-19-pandemia: omaishoitajien arki, elämänlaatu ja palveluiden saatavuus koronapandemian aikana

Tulosten perusteella piiryy kuva siitä, että omaishoitajat ovat jääneet pandemian aikana yksin, eivätkä olemassa olevat tukiverkostot ole kaikilta osin tarpeeksi vahvoja. Tutkimuksen toteutti ikääntymisen ja hoivan tutkimuksen huippuyksikön tutkijat Tiina Sihto, Emilia Leinonen ja Teppo Kröger. Suomen omaishoidon verkosto oli mukana kyselyn levittämisessä. Tutkimuksesta lisää tietoa [Jyväskylän yliopiston sivuilla](#)

Aikuiset lapset muistisairaana vanhemman kotona asumisen mahdollistajina

Tutkimus osoittaa, että aikuisilla lapsilla on tärkeä rooli sairastuneen vanhempansa arjen sujumuuden seuraajina ja käytännön asioiden hoitajina. Merkittävä osa huolenpidosta kohdistuu kokonaisuuden koordinointiin. Tutkimuksen mukaan aikuisten lasten tuen tarpeet ovat yksilöllisiä, ja niihin vaikuttavat sairastuneen toimintakyky ja asumismuoto sekä autettavan ja aikuisen lapsen mahdollisesti saama tuki tai palvelu. Eniten kaivataan tukea sairauteen liittyviin tietoihin ja taitoihin sekä henkisen hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja palveluohjausta palveluiden koordinointiin. Lisätietoa [Muistiliiton sivuilta](#) ja [Gerontologia-lehdestä](#).

Suomen omaishoidon verkosto on omaishoidon kehittämisestä kiinnostuneiden valtakunnallisten järjestöjen, säätiöiden ja tutkimuslaitosten avoin verkosto. Verkoston tavoitteena on omaishoitoperheiden aseman parantaminen, omaishoidon kehittäminen sekä verkoston jäsenten välisen yhteistyön parantaminen. Saat tämän uutiskirjeen, koska olet verkoston postituslistalla. Jos haluat poistua laita sähköpostia pilvi.nummelin(a)omaishoitajat.fi