OMAISHOITO ON JOUKKUELAJI – *Tule mukaan!*



Pääkaupunkiseudun 25 v. omaishoitajat ry

Pääkaupunkiseudun
OMAISHOITAJAT



Miten voimme auttaa?

Omaishoito koskettaa jokaista – olemme sinua varten.

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry on omaishoitajien tuki- ja edunvalvontajärjestö. Tuemme omaishoitajien jaksamista ohjauksen ja neuvonnan, ryhmätoiminnan sekä koulutusten ja tapahtumien avulla. Autamme kaikkia läheistään hoitavia Helsingissä sekä Vantaan ja Keravan hyvinvointialueella.

Jokainen omaishoitotilanne on yksilöllinen – omaishoitajia ovat muun muassa erityislasten vanhemmat, puolisoaan hoitavat tai vanhemmistaan huolehtivat. Tukea tarvitaan myös silloin kun omaishoitotilanne on ohi.

Millainen on sinun tilanteesi?

NEUVONTAA

VIRKISTYSTÄ

VERTAISTUKEA

EDUNVALVONTAA

HELGI PALVELUT Oy
Puh. 0400 354 337
info@helgipalvelut.fi
helgipalvelut.fi



Muistathan myös
palvelusetelit käy, ALV 0.

Loistohoiva
loistohoiva.fi

Apua arkeen
helposti ja luotettavasti

Kysy lisää 010 850 9510!



"Neuvomme kaikissa omaishoitoasioissa maksutta."

Omaishoito on joukkuelaji

Saamme palveluihimme tukea avustuksista ja hankerahoituksista.

- Yleisavustus
- Kolmipyöräinen-avustuksen ytimessä on omaishoitoperheiden tukeminen. Tavoitteena on omaishoitajien kokonaisvaltainen hyvinvointi.
- Omaisneuvo lisää vieraskielisten omaishoitajien tietoa, tasa-arvoa ja osallisuutta. www.omaisneuvo.fi
- Tunnista toimi ja ennaltaehkäise -hanke tarjoaa yli 65-vuotiaille tukea henkiseen jaksamiseen.
- OKA®-koulutus on omaishoitajien kokemusasiantuntijoiden koulutusmalli.
- Neuvontanumerossamme **050 551 4335** palvellaan maksutta ma–to klo 9–15.

OMAISNEUVO.fi



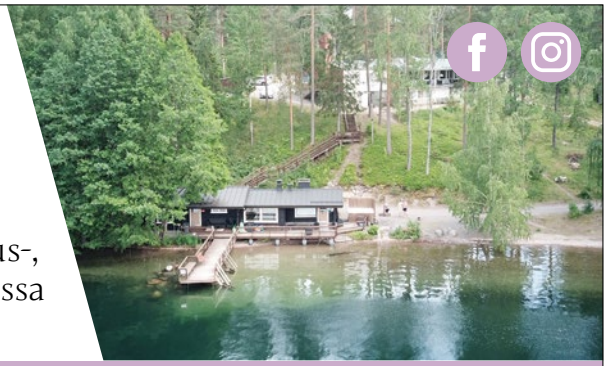




KOTORANTA

SAUNAT MAJOITUS JUHLAT

Lomakoti Kotoranta tarjoaa tuettuja lomia, majoitus-, ruokailu-, kokous- ja juhlapalveluita Kiljavan kauniissa maisemissa, kirkasvetisen Sääksjärven rannalla.



Lomakoti Kotoranta, Kotorannantie 74 | www.kotoranta.fi | myynti@kotoranta.fi | 010 3875802

Pääkaupunkiseudun 25 OMAISHOITAJAT

Omaishoito on joukkuelaji!

Tutustu:
www.polli.fi

Omaishoitaja – tutustu kanaviimme!
Kumppani – näy kanssamme!

Kuuntele:
Oma-puheenvuoro podcast
www.polli.fi/yhdistys/oma-puheenvuoro-podcast/

Tilaa uutiskirje:
Maksuton uutiskirje ilmestyy kuukausittain.
Tilaa osoitteesta www.polli.fi/yhdistys/uutiskirje/

Seuraa meitä somessa:

Lue Oma-lehti:
www.polli.fi/yhdistys/jasenlehti

Lataa:
Omaishoitajan Oma-appi
www.polli.fi/oma/omaishoitajan-oma-appi/

Maksuton puhelinneuvontamme palvelee ma–to klo 9–15 numerossa 050 551 4335



Laadukasta siivouspalvelua
toimistoon tai työtiloihin.

Zeta Kiinteistöpalvelu ja Siisteys Oy
puh. 050 550 1501 | info@zetapalvelut.fi



PÄIVÄTOIMINTA LISÄÄ ANNELIN ILONRYPPYJÄ

Kun kaipaat virkistävää puuhaa mukavassa seurassa, on päivätoiminta oiva ratkaisu. Me liikumme, aivojumppaamme, harrastamme kulttuuria ja kädentaitoja, ulkoilemme ja syömme hyvää ruokaa yhdessä. Päivätoimintapäivä lisää sinun ja omaishoitajasi elämänilosta kertovia ilonryppyjä.

Lue lisää päivätoiminnastamme:
paivakumpuhoiva.fi

Paloheinä: 050 305 3193
Malminkartano: 050 570 1341

Päiväkummun hoivapalveluita:
KOTIPALVELUT • HOITOKODIT • PALVELUASUMINEN • PÄIVÄTOIMINTA

Päiväkumppu
SIELLÄ ASUU ELÄMÄNILO.

JS/SUOMI • Concept: JS/MEDIA TOOLS A/S • www.jssuomi.fi