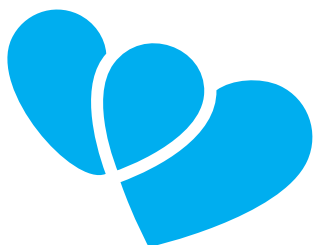


Omaishoidon monet kasvot



Joensuun seudun
omaishoitajat ry

**Toimintaamme ovat
tervetulleita kaikki
läheistään hoitavat
ikään katsomatta
– omaishoidon tuen
päättöstä ei vaadita.**



Läheistään hoitavien puolella

Joensuun seudun omaishoitajat ry on vuonna 1998 perustettu omaishoidon ammattilainen ja vaikuttaja. Tarjoamme tietoa ja tukea omaishoidosta ja autamme läheisistään huolehtivia jaksamaan paremmin arjessa sekä huolehtimaan hyvinvoinnistaan. Toimintalueemme ovat Joensuu, Ilomantsi, Kontiolahti, Liperi, Outokumpu ja Polvijärvi.

Kehitämme toimintaamme yhdessä omaishoitajien kanssa, ja teemme aktiivista yhteistyötä valtakunnal-

lisen Omaishoitajaliiton kanssa. Pidämme omaishoitajien puolta ja olemme vahva edunvalvoja.

Tarjoamme jäsenillemme vapaaehtoisvoimin järjestettyä virkistystoimintaa, kuten konsertteja, teatteriesityksiä ja kylpylämatkoja. Toteutamme virkistystoimintaa myös yhteistyössä muiden järjestöjen, seurakuntien, oppilaitosten ja kuntien kanssa.

Tule mukaan toimintaamme!

Mukaan vapaaehtoiseksi

Yhdistyksemme vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuksia toimia kertaluonteisesti tapahtumien talkoolaisena tai koulutettuna vertaisohjaajana, tukihenkilönä omaishoitajalle sekä kaikkea siltä väliltä oman kiinnostuksen mukaan.

[www](http://www.joensuunseudunomaishoitajat.fi)

Lue lisää vapaaehtoistoiminnastamme: www.joensuunseudunomaishoitajat.fi

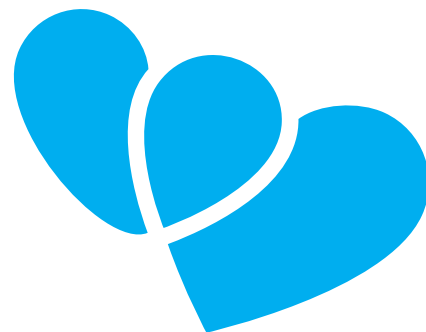
Omaishoitaja on henkilö, joka pitää huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka ei sairauden, vamman tai muun erityisen hoivan tarpeen vuoksi selviydy arjesta oma-toimisesti. Omaishoitaja voi olla minkä ikäinen tahansa ja asua myös eri paikkakunnalla hoidettavan kanssa. Omaishoitajia ovat esimerkiksi erityislapsen vanhemmat, puoli-soaan tai ikääntyvää vanhempaansa hoitava henkilö. Nuori hoivaaja on alle 18-vuotias, joka kantaa huolta sairaasta, vammautuneesta tai päihdeongelmaisesta perheenjäsenestään.



Älä jää yksin

Omaishoitajuuden tunnistaminen ja tunnustaminen voi olla joskus vaikeaa. Tilanteita on monenlaisia ja niitä yhdistää huolen pitäminen läheisestä.

Me autamme hoidettavista läheisistään huolehtivia jaksamaan paremmin arjessa ja tuemme heidän omaa hyvinvointiaan.



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Hoitokoti
Aatos

Kodinomaista asumis-, kuntoutus- ja hoitopalvelua sekä tehostettua asumista. Tarjoamme myös kotihoidon palveluita. Kysy lisää **Kirsi Laakkonen, puh. 050 367 9100.**

**"Ei ole tärkeää,
mitä olemme
menettäneet,
vaan se mitä
meillä on jäljellä"**

Canthintie 2
Tohmajärvi

...

Meillä
käy myös
palvelu-
setelit!



OmaisOiva

Omaistoiminnan vastaava

Merja Tanskanen

merja.tanskanen@jnss-omaishoitajat.fi

0400 544 244

Omaistoiminnan ohjaaja

Marjut Lukkarinen

marjut.lukkarinen@jnss-omaishoitajat.fi

050 528 3909

Jaksamista arkeen

OmaisOiva-toiminta on omaishoitajien arjessa jaksamista, voimavaroja ja hyvinvointia vahvistavaa ammatillista toimintaa. Osallistuminen ei edellytä virallista omaishoitajuutta tai yhdistyksen jäsenyyttä.

OVET-omaishoitajavalmennus® (16 h) on tarkoitettu niille, joiden läheinen on sairastunut tai vammautunut ja tarvitsee apua selvitäkseen arjesta. Tarjoamme tietoa kuntoutuksesta, sosiaalietuuksista ja palveluista, hoivasta ja avustamisesta sekä vertaistuellisia keskusteluja. Valmennukseen on jatkuva haku.

OivaHetki on työntekijän kanssa käytävä kahdenkeskinen, luottamuksellinen keskustelu omaishoitajalle, joka haluaa tietoa ja tukea omaishoitotilanteeseen tai muutosta omaishoitoarkeen.

Vertaisryhmät ovat hyvinvointiteemojen ympärille kokoontuvia toiminallisia, tiedollisia ja keskustelevia vertaisryhmiä.

Omaishoitajien Olohuone -kahvilat ovat omaishoitajille avoimia kohtaamispaikkoja, joissa käsitellään erilaisia omaishoitoon liittyviä teemoja.

Infotilaisuudet edistävät omaishoitotilanteen tunnistamista sekä lisäävät tietoa ja taitoa omaishoidosta ja -hoitajuudesta. Järjestämme myös omaishoitoperheiden hyvinvointipäiviä, luentoja ja tapahtumia. Voit liittyä Facebookissa suljettuun ryhmäämme nimeltään Työikäiset omaishoitajat Itä-Suomi, Joensuun seutu.



Kotihoito

Pohjois-Karjalassa, suurella sydämellä, yksilöllisesti - asiakkaan kotona.

Vuorohoito

Varpunen on koti juuri niin kauan, kuin lähimmäisesi tarvitsee.

Varpunen

Tiina Räsänen, puh. 050 471 8918
www.varpunen.fi



Perhetoiminnan vastaava

Päivi Hassinen

040 688 5385

paivi.hassinen@jnss-omaishoitajat.fi

Lasten- ja nuortentoiminnan ohjaaja

Emmi Halonen

040 687 7235

emmi.halonen@jnss-omaishoitajat.fi

Toimintaa perheiden tueksi

Suomessa on arviolta 20 000 lasta ja nuorta, jotka näyttävät samalta kuin muut ikäisensä mutta elävät kantaen huolta sairaasta, vammautuneesta tai riippuvaisesta perheenjäsenestä. Vanhemman vakava pitkäaikaissairaus, vamma, päihderiippuvuus ja useat muut terveyden ongelmat ovat arkea monissa perheissä. Kynnys avun ja tuen hakemiseen voi olla suuri.

Jokaisella perheenjäsenellä on oikeus saada tarvitsemansa apu ja tuki. Vanhempien on tärkeää saada tietoa sairauden vaikutuksesta lapseen ja siitä, miten tukea lasta. Nuorella hoivaajalla ja hänen perheellään on oikeus saada tukea arjen helpottamiseksi.

ALISA-toiminta tarjoaa ennaltaehkäisevää neuvontaa, toimintaa ja tukea pohjoiskarjalaisille perheille keskustelun, virkistys- ja leirit toiminnan merkeissä. Toimintamuotojamme ovat ALISA-kahvit vanhemmille, ALISA-yökylät perheille, ALISA -lasten päivät & leirit, ALISA -nuorten päivät & leirit sekä yksilölliset ALISA-kohtaamiset lapsille ja nuorille.



Sinun tarpeitasi huomioivaa yksilöllistä fysioterapiapalvelua yli 20 vuoden kokemuksella

palveluitamme mm.

- o Kelan vaativa lääkinnällien kuntoutus
- o akupunktio
- o fysioterapia ja OMT-fysioterapia
- o Pilates

! Meillä käy myös omaishoitajien palveluseteli.
Käytössä nettiajavaraukset

Kalevalantie 21, Ilomantsi • puh. 050 559 1222 • www.fysiovoimala.com



Kuntoa ja voimaa arkeen läheisellesi ja itsellesi!

Yliopistokatu 15, 80130 Joensuu
www.fysioterapiasulavi.fi

**Ajanvaraus:
013 224 087**

**SÄHKÖINEN
AJANVARAUS**



Joensuun seudun omaishoitajat ry

Joensuun seudun omaishoitajat ry
Kirkkokatu 16 C 34, 80100 Joensuu
toimisto@jnss-omaishoitajat.fi
www.joensuunseudunomaishoitajat.fi

Puheenjohtaja, 0400 273 551
Toiminnanjohtaja, 0400 356 656



Autamme arjessasi turvallisesti omassa kodissa

• Hoivapalvelut • Kotityöpalvelut • Lapsi-
perheiden kotipalvelut • Kotisairaanhoido

Tilaa maksuton kartoituskäynti,
muista kotitalousvähennys!

Alina Joensuu, Liperi

Puh. 044 455 8720

joensuu.liperi@alinahoivatiimi.fi

www.alinahoivatiimi.fi

Alina®
Kotona paras



Alina on osa Norlandiaa 

**Olemme myös Facebookissa
ja Instagramissa!**



JOENSUUN HAUTAUSTOIMISTO VATANEN Yläsatamakatu 10, 80100 Joensuu

Tarjoamme lämminhenkistä ja asiantuntevaa käytännön
apua kaikissa hautajaisiin liittyvissä järjestelyissä.

(013) 223 633

ma-pe 9-17 | la sopimuksen mukaan
www.joensuunhautaustoimisto.fi
info@joensuunhautaustoimisto.fi