



SALON OMAISHOITAJAT RY
Lähellä ja tukena

OMAI- HOITAJUUDEN AIKA?

OMAISHOITAJA ON HENKILÖ, joka pitää huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestä, joka sairaudesta, vammaisuudesta tai muusta erityisestä hoivan tarpeesta johtuen ei selviydy arjesta omatoimisesti. Aina hoivatilanteen arvioiminen ei ole helppoa. Henkilö voi ensisijaisesti kokea olevansa vanhempi, puoliso, tytär tai poika tai joku muu läheinen.

OMAISHOITO on elämänmuoto, jossa sairastaminen, auttaminen ja hoitaminen sovitetaan perheen tavalliseen elämään ja perheenjäsenten keskinäiseen kanssakäymiseen.

80 % hoivasta on läheisten vastuulla. Heistä vajaa 15 % on sopimusomaishoitajia eli omaishoitajia, jotka ovat tehneet sopimuksen hyvinvointialueen kanssa. Tyypillisimmässä tilanteessa ikääntynyt henkilö toimii puolisonsa omaishoitajana. Omaishoitotilanteet, joissa työssäkäyvä aikuinen hoitaa ikääntynyttä vanhempaansa, yleistyvät jatkuvasti. Myös erityislapsen vanhempi on omaishoitaja.





**OMAISHOITAJUUTTA VOI KARTOITTA
SEURAAVIEN KYSYMYSTEN AVULLA:**

1. Onko läheisesi sairastunut tai vammautunut?
2. Onko läheisesi toimintakyky heikentynyt ikääntymisen vuoksi?
3. Autatko läheistäsi arjen toiminnoissa?
4. Onko vastuunjako perheessä muuttunut?
5. Onko oma vapaa-aikasi vähentynyt?
6. Jäävätkö omat toiveesi ja tarpeesi taustalle?
7. Onko yöuniesi määrä vähentynyt?
8. Onko asiointi sosiaali- ja terveydenhuollossa ja virastoissa lisääntynyt?
9. Tarvitseeko läheisesi tilapäishoitajaa, mikäli et itse ole läsnä?
10. Oletko huomannut edellä mainittujen asioiden kuormittavan sinua?

TYÖ & OMAISHOITO

Suuri osa työssäkäyvistä suomalaisista huolehtii päivätyönsä ohella iäkkästä, sairaasta tai vammautuneesta läheisestään. Työterveyslaitoksen Työ ja terveys -kyselyn mukaan lähes kolmannes työssäkäyvistä sanoi auttavansa omaista, joka tarvitsee apua sairauden, vamman tai korkean iän takia. Suurin osa työssäkäyvistä omaishoitajista hoitaa vanhempiaan tai appivanhempiaan, osalla hoidettavana on puoliso tai erityistä tukea tarvitseva lapsi. Etäomaishoivatilanteessa omainen huolehtii läheisestä, joka asuu pidemmän välimatkan päässä.

Väestön ikääntyessä ja työurien pidentyessä työn ja läheisen hoivan yhdistäminen yleistyy entisestään. Hyvä yhteistyö eri osapuolten välillä auttaa rakentamaan sopivia käytäntöjä.

Työssäkäynti lisää monen omaishoitajan hyvinvointia, mutta siihen voi liittyä myös kuormitustekijöitä. Jaksamisen tueksi tarvitaan järjestelyitä sekä yksityiselämässä että työpaikalla. Esimerkiksi työaikajoustot ja etätömahdollisuus voivat helpottaa kuormitusta. Tärkeää on mahdollisuus viestiä työnantajan kanssa avoimesti.





OMAISHOITAJAN JA TERVEYDENHOITOALAN AMMATTILAISEN KOHTAAMINEN

1. Osallistaminen – tiedonvaihto ja omaishoitajan mielipiteen kuuleminen hoidettavan asioissa.
2. Tunnustaminen ja arvostus – omaishoitaja toimii yhteiskunnallisesti merkittävässä tehtävässä.
3. Omaishoitajan oman jaksamisen huomiointi. *Mitä sinulle kuuluu?* on merkittävä kysymys.
4. Tuki ja neuvonta – ohjaaminen oman omaishoitoyhdistyksen luo saamaan tukea ja tietoa.

SALON OMAIS- HOITAJAT RY

SALON OMAISHOITAJAT RY on Suomen vanhin itsenäinen omaishoitajien paikallisyhdistys. Olemme toimineet omaishoitajien ja heidän hoidettaviensa puolestapuhujina vuodesta 1995. Palvelemme Salossa ja Somerolla.

TARJOAMME omaishoitotilanteessa oleville matalan kynnyksen palveluja, kuten tukea ja neuvontaa, vertaistukea, virkistystä, ohjausta ja valmennusta. Olemme myös laajasti verkostoituneita eri alojen ammattilaisten kanssa.

Olemme mielellämme sote-toimijoiden ja työnantajien tukena omaishoittoon liittyvissä asioissa. Puoleemme voi ohjata omaishoitotilanteessa olevia henkilöitä – olipa heidän tuentarpeensa pieni tai suuri. Autamme maksutta myös ammattilaisia – järjestämme koulutuksia ja tarjoamme tukimateriaalia.

TOIMINTAMME TARKOITUKSENA on omaishoitotilanteessa olevien aseman parantaminen ja tukeminen sekä heidän tarvitsemiensa palveluiden kehittäminen.

OTA YHTEYTTÄ JA KYSY LISÄÄ!





OMAIISOIVA-TOIMINNALLA EDISTETÄÄN OMAISHOITAJIEN HYVINVOINTIA JA JAKSAMISTA

1. OmaisOiva-kioskeissa annetaan tietoa ja tukea siellä, missä ihmiset liikkuvat.
2. OmaisOiva-kahvilat ovat avoimia tilaisuuksia, joissa voi kysyä omaishoidosta, tutustua omaishoitajiin ja jäsenyhdistyksen toimintaan.
3. OmaisOiva-ryhmät ovat säännöllisesti kokontuvia omaishoitajien ryhmiä, jotka sopivat kaikille, jotka kaipaavat pysyvämpää vertaistukea
4. Ovet-valmennus® on ryhmämuotoista toimintaa, joka avaa ovia omaishoitajuuteen, yhteiskunnan palveluihin, hoivatyöhön ja avustamiseen sekä omaishoitajan voimavaroihin.
5. OivaHetki tarjoaa omaishoitajalle henkilökohtaista keskustelutukea.

Erlexia Oy

OTM Erja Haikonen

- Perhe- ja perintöoikeus
- Ikäntymisen lakipalvelut, kuten edunvalvonta- ja testamenttiasiat

Erlexia Oy Salossa

puh. 040 556 2446, erja.haikonen@erlexia.fi
www.erlexia.fi

Salon omaishoitajat ry
Torikatu 12
24100 Salo
info@salonomaishoitajat.fi
www.salonomaishoitajat.fi



Hyvän elämän Tukena

Teemme todeksi unelmia hyvästä elämästä ja laadukkaista palveluista. Tuotamme ja kehitämme monipuolisia hyvän elämän palveluita niitä tarvitseville. Edistämme yhdenvertaisuutta ja ihmisoikeuksia sekä vahvistamme tukea tarvitsevien osallisuutta arjessa ja yhteiskunnassa.

Tukena Paulinpuistossa Salon sydämessä jokaisella asukkaalla on tilaa elää omannäköistään elämää. Kesäisin pääsemme nautiskelemaan iltatorille hyvästä musiikista ja toriherkuista ja talvisin voimme käydä leffassa tai poiketa vaikka keilaamaan.

Työyhteisössämme on niin terveydenhuollon kuin sosiaalialan osaamista sekä laajaa työkokemusta hoiva-alalta. Jokaisella työntekijällämme on mahdollisuus vaikuttaa työpäivänsä sisältöön ja kulkuun asiakkaiden yksilölliset toiveet ja tarpeet huomioon ottaen. Työyhteisönä pyrimme jatkuvaan oppimiseen ja kehittymiseen.



Tukena on ihan
5/5
työpaikka

REKRYTOIMME
lähihoitajia,
sairaanhoitajia ja
sosionomeja!

Yli 1000 tukenalaista ympäri Suomen kokevat, että Tukenassa tehdään merkityksellistä työtä kehitysvammaan tai muun synn vuoksi apua ja tukea tarvitsevien ihmisten parissa. Meillä voit tehdä työsi hyvin.