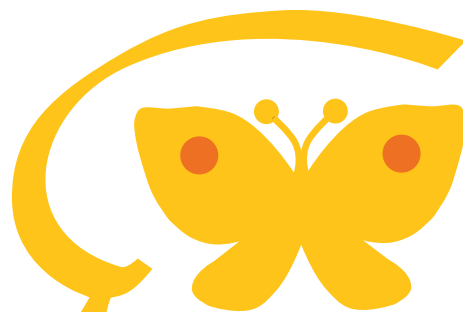


*Jaksamista ja
hyvinvointia jokaiselle*



Tampereen Seudun
OMAISHOITAJAT ry



Minäkö omaishoitaja?

Moni läheistään hoitava ei tunnista itseään omaishoitajaksi. Usein läheisen kunto on heikentynyt vähitellen ja tilanteeseen on ajaututtu kuin huomaamatta. Toisaalta hoidettava voi olla myös äkillisesti loukkaantunut työikäinen puoliso tai erityistä hoivaa tarvitseva lapsi. Omaishoitaja saattaa hoidon ohella käydä ansiotyössä tai asua kokonaan eri paikkakunnalla hoidettavansa kanssa.

Tilanteita on monenlaisia, mutta niitä kaikkia yhdistää huolen pitäminen läheisestä, joka ei selviydy arjesta ilman apua. Omaishoitajuuden tunnistaminen ja tunnus-taminen voi olla vaikeaa ja hieman pelottavaakin, mutta se kannattaa. Omaishoitajana toimimiseen saa tukea.

Näin tunnistat omaishoitotilanteen

- Onko läheisesi sairastunut tai vammautunut?
- Autatko häntä arjen toiminnaissa?
- Oletko usein huolissasi läheisestääsi tai elämäntilanteestasi?
- Jäävätkö omat toiveesi ja tarpeesi taustalle?
- Onko vastuunjako perheessä muuttunut?
- Onko asiointi sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä virastoissa lisääntynyt?
- Pitääkö sinun hankkia tilapäishoitaja läheisesi, kun et itse ole läsnä?
- Oletko huomannut edellä mainittujen asioiden kuormittavan sinua?

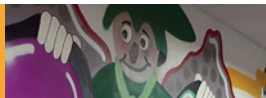


Sofiakylä
Sinulle omaa elämää

KEHITYSVAMMAISILLE JA ERITYISTÄ TUKEA
TARVITSEVILLE HENKILÖILLE TARKOITETTU
YKSITYINEN HOIVAKOTI.

- Tuettua ja tehostettua palveluasumista
- Tilapäishoitoa
- Päivä- ja työtoimintaa

SOFFARI
SE TOINEN KOTI



Kivimiehenkatu 4, Nokia
p. 044 906 6900
www.sofiakyla.fi



**Hammaslaboratorio
Jalo Hammas Ky**

Erikoishammasteknikko
Petri Ruotsalainen
Mustanlahdenkatu 10
33210 Tampere
puh. 040 526 5844

www.hammaslaboratoriojalo.fi



Hammaslaboratorion
käytössä 3shape
suunnitteluohjelma ja
Roland DCi 52 jyrsinkone.

Merkittävä osa toimintaamme on valtakunnallinen OmaisOiva-toiminta, jota tuetaan Veikkauksen tuotoilla. Kuten muukin toimintamme, OmaisOiva-toiminta on maksutonta ja voit osallistua siihen, vaikka et virallisesti olisikaan omaishoitaja.

OmaisOivan toimintamuotoja ovat ihmisten keskele tuotavat info-pisteet, kahvilat, vertaisryhmät, ryhmävalmennukset ja kahdenkeskiset keskusteluhetket työntekijöidemme tai koulutettujen vapaaehtoistemme kanssa. Lisätietoja saat nettisivuiltamme tai ottamalla yhteyttä toimistoomme.

OmaisOiva



Lähellä ja tukena

Tampereen Seudun Omaishoitajat ry on yhdistys kaikille läheistään hoitaville ja muille, joita omaishoitajuus jollain tavoin koskettaa.

Olemme valtakunnallisen Omaishoitajaliitto ry:n jäsenyhdistys, ja meillä on toimintaa koko Pirkanmaan alueella.

Tavoitteenamme on parantaa omaishoitajien asemaa sekä tarjota tietoa, virkistystä ja vertaistukea. Jäseneksemme voi liittyä kuka tahansa omaishoidosta kiinnostunut.

Älä jää yksin!



Elämänmittaista huolenpitoa.

Linnainmaan
APTEEKKI

K-Citymarket Linnainmaa
Mäentakusenkatu 1
ma-pe 9-20, la 9-17, su 12-16
puh. 03 357 0500
www.apteekkinne.fi

A
Avainapteekit

Palvelulomake

Haluan

- ☐ liittyä jäseneksi
- ☐ jättää soittopyynnön
- ☐ saada tietoa vapaaehtoistyöstä
- ☐ saada tietoa seuraavasta aiheesta:

☐ muuta, mitä:

Haluan yhdistyksen tiedotteet

- ☐ sähköpostilla
- ☐ perinteisellä postilla

Nimi:

Osoite:

Puhelin:

Sähköposti:

Syntymävuosi:

Tärkeää vertaistukea

Vertaistukitoiminnassa voit jakaa ajatuksia ja kokemuksia luottamuksellisesti muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. Toimintaan osallistuvat kokevat yleensä sen lisäävän huomattavasti omaa jaksamista ja hyvinvointia. Ryhmät ovat kaikille avoimia, eikä niihin tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Tampereen Seudun Omaishoitajat ry
Kirkkokatu 8 E 37, 33100 Tampere
Puh. 040 595 8313
toimisto@treomaishoitajat.fi
www.treomaishoitajat.fi



ASIANAJOTOIMISTO



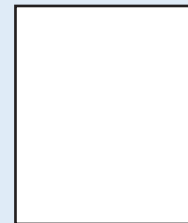
**Tukenasi kaikissa
lakiasioissa**

Elämässä on varmasti tilanteita,
joissa tarvitset asiantuntijaa.
Ota rohkeasti yhteyttä!



Tutustu palveluihimme **www.jarihytti.fi** | **Eija Heikkilä-Pimiä** | asianajaja, varatuomari | p. 050 359 1847

*Liity jäseneksi täyttämällä tämä
lomake ja postittamalla se meille!*



Tampereen Seudun Omaishoitajat ry

Kirkkokatu 8 E 37
33100 Tampere

Apteekki Lielahden Prismassa

Apteekkituotteet verkosta:

apteekkishop.fi

Apteekilla kotiinkuljetuspalvelu sekä
noutoautomaatti - tilaa ja nouda.

Asiantunteva apteekki
palvelee:

ma-pe	9-21
la	9-18
su	10-18



Lielahden
APTEEKKI

Turvesuonkatu 2

puh. (03) 347 3800

www.lielahdenapteekki.fi

Apua kaikkiin tilanteisiin

Niin kunnilla kuin yksityisilläkin toimijoilla on tarjolla monia palveluita omaishoidon tukemiseksi. Palvelut ja käytännöt niiden saamiseksi vaihtelevat suuresti, mutta me neuvomme ja ohjaamme asioiden selvittämisessä ja palveluiden hankkimisessa. Kerromme mielellämme myös erilaisista apuvälineistä, joiden käyttö voi helpottaa sinun ja läheisesi arkea yllättävänkin paljon.

Toisinaan omaishoitajuus etenee tilanteeseen, jossa läheiselle täytyy löytää kodin ulkopuolinen hoitopaikka. Me tuemme myös tällaisten suurten muutosten keskellä. Muistathan, että kaikki palvelumme ovat aina maksuttomia ja avoimia kaikille, joita omaishoito jollain tavalla koskettaa.

Voit kääntyä puoleemme kaikissa omaishoitoon liittyvissä asioissa.



IHMISTÄ LÄHELLÄ

Rinnekoti on vahva, suomalainen kehitysvamma-alan osaaja.

Tehtävämme on olla lähimmäinen tukea tarvitsevalle ja tarjota jokaiselle omanlainen arki ja koti. Kuljemme tukea tarvitsevan ja hänen läheistensä rinnalla.

Rinnekoti on myös työpaikka 1200 ammattilaiselle. Haluamme olla visiomme mukaisesti ihmistä lähellä ja tehdä työtä sydän mukana. Olemme osa Diakonissalaitosta.



Soita ja kerromme mieleusti lisää p. 02063 855 00
Tutustu meihin myös verkossa www.rinnekoti.fi



RINNEKOTI