

OMAISHOITAJIEN ILTAPÄIVÄRYHMÄ OMAISHOITOKESKUKSESSA SYKSY 2019

Keski-**SOTE**
Uudenmaan

- Omaishoitajien ryhmä kokoontuu **torstaisin 12.30-14.30** Myllytien toimintakeskuksessa osoitteessa Myllytie 11. A, 3.krs. Ryhmä on maksuton ja avoin kaikille omaishoitajille. Ryhmään ei tarvitse sitoutua, vaan osallistua voi oman mielenkiinnon mukaan.
 - Omaishoidettaville järjestetään samaan aikaan omaa ohjelmaa, joten voit tulla paikalle joko yksin tai yhdessä
 - Omaishoitajien ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta mikäli tulet hoidettavan kanssa yhdessä, ilmoittaudu: Arja Hännikäinen puh. 040-3153314 tai Heli Mattila puh. 040-3153833.
- 5.9. Ajankohtaista omaishoidossa – omaishoidon palveluohjaajat Laura Alonen ja Merita Sippola
- 12.9. Omaishoitajien Hyvinvointitreffit –Kati Rautio
- 19.9. OmaisOiva-kahvila: Menukat-ateriapalvelu –palvelun esittelyä ja ruokamaistiaisia
- 26.9. **huom! n. klo 14-14.30:** Liikunta ja hyvinvointi -Järvenpään liikuntapalvelut
- 3.10. Kotihoito ja kotihoidon tukipalvelut –palveluohjaaja Elina Mattila
- 10.10. OmaisOiva-kahvila: Kulttuuri kyläilee –toiminta, tutustumista toimintaan ja taidepakettiin
- 17.10. Omaishoitajien Hyvinvointitreffit –Kati Rautio
- 24.10. Hoitotahto, edunvalvontavaltuutus ja edunvalvonta – muistikoordinaattori Sanna Viljanen
- 31.10. Järvenpään Hyvinvointikampus-hanke - erityisasiantuntija Mari Karsio, Järvenpään kaupunkikehitys
- 7.11. OmaisOiva-kahvila: AivoVoimaa –liikunnan merkitys aivojen hyvinvoinnille, Arto Hyvönen/terveysprojekti Karpalo
- 14.11. Omaishoitajien Hyvinvointitreffit –Kati Rautio
- 21.11. Arjen pienapuvälineet –toimintaterapeutti Heidi Laine
- 28.11. Omaishoitajien omat pulinat
- 5.12. OmaisOiva-kahvila: Sointukylpy-rentoutushetki, Balancia-palvelut
- 12.12. Omaishoitajien Hyvinvointitreffit –Kati Rautio
- 19.12. Joulukahvit omaishoidettaville ja –hoitajille klo 14.00, Myllytien toimintakeskuksen ruokasali.