



OVIA OMAISHOITAJAN ARKEEN MuistiOvet-valmennus

MUISTIOVET -VALMENNUS

6 kokoontumiskertaa (2,5h/kerta)

Aika: Keskiviikkoisin 17.10.-21.11.2018 klo 13-15:30

Paikka: Mikkeli, Omatori (Porrassalmenkatu 21, 2. krs)

Kenelle: MuistiOvet –valmennus on tarkoitettu erityisesti teille, joiden läheisellä on hiljattain diagnosoitu muistisairaus. Pohdit omaa rooliasi läheisen avustajana, muistisairauden tuomia muutoksia ja arjessa selviytymistä. Valmennukseen osallistujilta ei edellytetä päätöstä omaishoidon tuesta eikä yhdistystemme jäsenyyttä.

OVET – valmennuksen myötä omainen saa tietoa:

- omaishoitotilanteen tunnusmerkeistä
- omaishoitajan fyysisestä ja henkisestä hyvinvoinnista ja sen vahvistamisesta
- muistisairaahan kohtaamisesta ja tulevaisuuteen varautumisesta
- sosiaaliturvasta ja omaishoitoa tukevista palveluista

OVET – valmennuksen myötä omainen saa tukea:

- omien voimavarojen tunnistamiseen ja vahvistamiseen
- omaan jaksamiseensa
- vertaisten kanssa käydyistä keskusteluista
- eväitä arkeen/eteenpäin

Ilmoittautuminen 28.9. mennessä

Mikkelin seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Eija Kaihila p. 050 512 7083, s-posti: eija.kaihila@msol.fi tai

Maarit Väisänen p. 044-3084860, s-posti: maarit.vaisanen@msol.fi

Ilmoittautumislomakkeen voi täyttää myös netissä:

<http://www.mikkelinseudunomaishoitajat.fi/valmennusta-omaishoitajille/>

Ilmoitathan, tarvitsetko sijaisjärjestelyjä valmennuksen ajaksi.

Avaa uusi ovi ja tule rohkeasti mukaan valmennukseen!

