Varkauden Seudun Omaishoitajat ry

YHDISTYSTIEDOTE
4/2026

🍂 Lämmin syystervehdys omaishoitajille ja heidän läheisilleen 🍂

Syksy on saapunut hiljalleen. Lehdet ovat vaihtaneet väriä, illat ovat pimentyneet ja luonnon kiireinen kesä vaihtunut rauhallisempaan vuodenaikaan. Syksy muistuttaa meitä siitä, että myös elämässä on erilaisia vaiheita – joskus on aika jaksaa ja toimia, joskus taas pysähtyä ja hengähtää.

Omaishoitajan arki on usein täynnä pieniä ja suuria tehtäviä, vastuuta, huolta ja välittämistä. Päiviin mahtuu varmasti myös hetkiä, jolloin omat voimat ovat vähissä ja oma aika tuntuu jäävän toisten tarpeiden varjoon. Silti jatkat päivästä toiseen – läsnä ollen, auttaen, kuunnellen ja rinnalla kulkien.

Haluan sanoa sinulle juuri tänä syksynä: sinun tekemäsi työ on arvokasta. Sinä olet tärkeä. Kaikkea ei tarvitse jaksaa yksin, eikä jokaisen päivän tarvitse olla hyvä päivä. On lupa väsyä, pyytää apua, levätä ja ottaa aikaa myös itselle.

Toivon, että tämä syksy ja loppu vuosi tuo sinun päiviisi pieniä hetkiä, jotka ovat vain sinua varten. Hetken rauhaa aamukahvin äärellä, kauniin ruskan värejä, luonnon hiljaisuutta, lämpöä kynttilänvalossa tai kiireettömän keskustelun hyvän ihmisen kanssa. Pienetkin hengähdyshetket voivat antaa voimaa jatkaa.

Kiitos siitä huolenpidosta, kärsivällisyydestä ja rakkaudesta, jota annat toiselle ihmiselle. Kiitos myös niistä asioista, joita kukaan muu ei ehkä näe – niistä lukemattomista pienistä teoista, joilla teet toisen ihmisen elämästä turvallisempaa ja parempaa.

Toivon sinulle tähän syksyyn ja loppu vuoteen lempeyttä itseäsi kohtaan, riittävästi lepoa, iloa pienistä asioista ja ennen kaikkea tunnetta siitä, ettet ole yksin.

Lämmintä, rauhallista ja voimaannuttavaa loppu vuotta sinulle, hyvä omaishoitaja. Pidä huolta myös itsestäsi – olet sen ansainnut.

PS. Milla on palannut takaisin töihin ja antaa taas digineuvontaa oman osaamisensa rajoissa. 😊

Halauksin

Mirja ja Milla

SYYSKOKOUS

torstaina 19.11.2026
klo 13

Kokous on avoin kaikille jäsenille.
Käsitellään sääntömääräiset asiat.
Kokouksessa kahvitarjoilu.

Tervetuloa vaikuttamaan ja
päättämään kanssamme.

Hallitus

HYVINVOINTIWEBINAARIT

TORSTAI 5.11. klo 17-18

Hyvinvointiwebinaari: Ennakoi haastavat hetket

Monessa perheessä kohdataan tilanteita, joissa esimerkiksi lapsen tai etenevää muistisairautta sairastavan puolison käyttäytyminen voi muuttua haastavaksi tai aggressiiviseksi. Miten tilanteiden kärjistymistä voisi ennaltaehkäistä?

Tässä webinaarissa saat käytännönläheistä tietoa ja konkreettisia keinoja haastavien hetkien ennakointiin ja arjen sujuvoittamiseen. Asiantuntijana toimii **erityistason MAPA® kouluttaja Sami Larkiala**, joka avaa turvallisen kohtaamisen periaatteita, vuorovaikutuksen merkitystä sekä keinoja tunnistaa ja rauhoittaa tilanteita jo varhaisessa vaiheessa.

Lämpimästi tervetuloa mukaan saamaan tukea, ymmärrystä ja uusia näkökulmia arkeesi!

TORSTAI 3.12. klo 17-18

Hyvinvointiwebinaari: Kun vastuu painaa – keinoja omaishoitajan palautumiseen

Omaishoitajana jaksaminen rakentuu pienistä, mutta merkityksellisistä teoista. Mieli ja keho ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa: kun kuormitus kasvaa, myös keho reagoi – usein huomaamatta.

Tässä Hyvinvointiwebinaarissa saat käytännöllisiä ja arkeen sopivia keinoja jaksamisen tukemiseen ja oman hyvinvoinnin vahvistamiseen. Pysähdymme tutkimaan kehon ja mielen yhteyttä sekä sitä, miten omaa vireystilaa voi tunnistaa ja säädellä arjen keskellä.

Puhujana toimii **omaishoitaja ja sosiaalialan ammattilainen Sini Svanberg**, jolla on pitkä kokemus mielen hyvinvoinnin tukemisesta, kehotietoisuudesta ja turvallisesta vuorovaikutuksesta. Sinillä on erityisosaamista erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien arjen ja jaksamisen kysymyksistä.

Lämpimästi tervetuloa pysähtymään hetkeksi oman hyvinvointisi äärelle!

Molemmat webinaarit ovat osallistujille maksuttomia ja vaativat ilmoittautumisen tarjoilun vuoksi viimeistään webinaaria edeltävänä päivänä, jos haluaa tulla toimistollemme katsomaan sitä muiden kanssa yhdessä. Webinaarin linkin voi myös tilata kotiin omalle koneelle omaishoitajaliiton sivuilta.

KUINKA LAKIA LUETAAN -WEBINAARI

Torstai 19.11. klo 16-18

Kaikille avoimessa webinaarissa tarkastellaan omaishoitajien taloudelliseen asemaan vaikuttavia tekijöitä. Aiheina ovat verovähennykset, joita läheis- ja omaishoitajat voivat hyödyntää, asiakasmaksujen huojennukset sekä ikääntyneen hoidettavan siirtyminen omaishoidosta pitkäaikaishoitoon ja siihen liittyvien asiakasmaksujen määräytyminen.

16.00 Tervetuloa!
Kukka-Maaria Maunula, aluekoordinaattori, Omaishoitajaliitto

Verovähennykset läheis- ja omaishoidossa
Matti Matinen, johtava veroasiantuntija, Verohallinto

16.45 Ikääntyneen omaishoidosta pitkäaikaishoitoon: miten asiakasmaksut määräytyvät?
Sari Havela-Hiitola, vastuuyksikköpäällikkö, ikäihmisten palvelut, Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue
Sanna Tölli, asiantuntija, asiakasmaksuyksikkö, Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue

17.30 Kommenttipuheenvuoro: asiakasmaksuhuojennukset- ja vapautukset.
Elias Vartio, oikeudellinen asiantuntija (OTM, VTM), Omaishoitajaliitto

Tilaisuus päättyy klo 18.00 mennessä.

Webinaari on osallistujille maksuton ja vaatii ilmoittautumisen tarjoilun vuoksi viimeistään webinaaria edeltävänä päivänä, jos haluaa tulla toimistollemme katsomaan sitä muiden kanssa yhdessä. Webinaarin linkin voi myös tilata kotiin omalle koneelle omaishoitajaliiton sivuilta.

VALTAKUNNALLISEN OMAISHOITAJIEN VIIKON SEMINAARI

KUKA KANTAA VASTUUN, KUKA MAKSAA HINNAN

Torstai 26.11.2026 Klo:12-16

Tampereen yliopistolla ja verkossa

Seminaarissa kuulemme puheenvuoroja muun muassa ikääntyneiden hoivan kustannuksista ja siitä, kenelle hoivavastuu kasaantuu, erityislasten vanhempien kokemuksia sosiaaliturvasta, nuorista hoivaajista sekä työssäkäyvän läheis- ja omaishoitajan asemasta työlainsäädännössä. Seminaari järjestetään yhteistyössä Tampereen yliopiston kanssa.

TYÖIKÄINEN LÄHEIS- JA OMAISHOITAJA – SÄÄSTÖJÄ JA UHRAUKSIA

- **Tilaisuuden avaus**
- **Mitä lasketaan mukaan ikääntyneiden hoivan kustannuksiin?** Professori Ismo Linnosmaa, Itä-Suomen yliopisto
- **Köyhdyttääkö läheis- ja omaishoito?** Professori Minna Zechner, Helsingin yliopisto
- **Erityislasten vanhempien kokemuksia sosiaaliturvasta**, Yliopisto-opettaja, väitöskirjatutkija Ella Näsi, Tampereen yliopisto
- **Työssäkäyvän läheis- ja omaishoitajan asema työlainsäännössä**, Tutkijatohtori Emilia Leinonen, Jyväskylän yliopisto

Kahvitauko klo 14.00 – 14.30

MONINAINEN LÄHEIS- JA OMAISHOITO PALVELUJÄRJESTELMÄN KEHITTÄMISTARPEET

- **Erityislasten vanhemmille tukea ja palveluita** Suunnittelija Meeri Virtamo ja aluevastaava Liisa Riekkinen, Omaishoitajaliitto ry
- **Hoivavastuita perheessä jo nuorena** Akatemiatutkija Tiina Sihto, Itä-Suomen yliopisto
- **Ikääntyneet kotihoidon asiakkaat ja läheisavun rooli** Johtava tutkija Mari Aaltonen, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- **Omaishoitajaliiton kirjoituskilpailun voittajan tekstin julkistaminen**

Tilaisuuden juontaa Salla Paajanen

Webinaari on osallistujille maksuton ja vaatii ilmoittautumisen tarjoilun vuoksi viimeistään webinaaria edeltävänä päivänä, jos haluaa tulla toimistollemme katsomaan sitä muiden kanssa yhdessä.

OMAISHOITAJIEN KIRKKOPYHÄ

SU 22.11.2026

JUMALANPALVELUS
KLO 10, JONKA JÄLKEEN
KIRKKOKAHVIT
HEINÄVEDEN
SEURAKUNTAKODILLA.

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA!

Heinäveden joulujuhla

Ti 8.12.2026

klo 12-14.30

Seurakuntakodilla
(Vahvalahdentie 17)

Omavastuu

20 €/hlö tai 30 €/hoitaja+hoidettava

Kyyditystä muilta paikkakunnilta ei järjestetä.

RUOKAILU TARKOITETTU VAIN HEINÄVEDELLÄ ASUVILLE!

Ilmoittautumiset ma 30.11. mennessä
Mirjalle 050 464 1889 tai
Millalle 050 449 1178

JOULUMYYJÄISET

PE 11.12.2026

KLO 10-14 TAI NIIN KAUAN
KUIN MYYTÄVÄÄ RIITTÄÄ

KAUPPAKATU 43, VARKAUS

MUKANA COLOSEN EDUSTAJA ESITTELEMÄSSÄ JA MYYMÄSSÄ TUOTTEITAAN

OTAMME MYYJÄISIIN VASTAAN ARPAJAISPALKINTOJA (VAIN SELLAISIA, JOITA ITSESTÄKIN OLISI MUKAVA VOITTAA), LEIVONNAISIA JA MYYNTITUOTTEITA ESIM. KÄSITÖITÄ , JOISTA TUOTTO MENEE OMAISHOITAJIEN HYVÄKSI. VOIT MYÖS ILMOITTAUTUA VAPAAEHTOISEKSI AVUKSI MYYJÄISIIN

ILMOITATHAN MIRJALLE 050 464 1889
PE 4.12. MENNESSÄ TUOMASI TUOTTEET.
TUOTTEIDEN TUONTI MYYJÄISIIN VIIMEISTÄÄN
TO 10.12. KLO 15 MENNESSÄ

Joulupuuro Leppävirta

KE 16.12.2026

KLO 13-14.30

LEPPÄVIRRAN KIRJASTOLLA

Omavastuu 10€

SIS. PUURON, LEIVÄN LISUKKEINEEN JA TORTTUKAHVIT SEKÄ MUKAVAA OHJELMAA

ILMOITTAUTUMISET TI 8.12. MENNESSÄ

MIRJALLE 050 464 1889 TAI

MILLALLE 050 449 1178

JOULUPUURO
VARKAUS JA JOROINEN

PE 18.12.2026

Kauppakatu 43

KATTAUS 1

KLO 11-12.30

(tähän varattu Joroisista tuleville paikkoja)

KATTAUS 2

KLO 13-14.30

Molempiin kattauksiin mahtuu
40 henkilöä

Omavastuu 10 €

sis. puuron, leivän lisukkeineen, torttukahvit sekä yllätysohjelmaa

(Joroisista tuleville myös kyydin, josta ilmoitamme osallistujille myöhemmin)

Ilmoittautumiset pe 11.12. mennessä

Mirjalle 050 464 1889 tai
Millalle 050 449 1178

Paikallisesti neuvotellut edut jäsenillemme

Kauneushoitola Ihana Valo

Kauppakatu 39, Varkaus

Neurosonic -hoito 15 €

”Neurosonic menetelmä toimii niin, että se lähettää kehoon matalataajuista värähtelyä, mikä edistää kehon luonnollisia korjaavia ominaisuuksia erityisesti unen laadun ja tehon kannalta
Neurosonic luo mekaanisesti meditaation kaltaisen tilan ja mielen ei tarvitse työskennellä rentoutuakseen. Stressiperäiset oireet kuten ahdistus ja unihäiriöt helpottuvat, asiakkaiden mukaan myös kipu helpottuu.
Menetelmä sopii kaikenikäisille ja sitä on turvallista käyttää “

Varaa aikasi soittamalla numeroon: 050 549 6655

Kuvaria

(ent. Foto-Ritva)

Pirnankatu 4, Kauppakeskus Forum

15 % alennus
valokuvaamon hinnoista
(passi ym. valokuvat)

Yhteystiedot: 040 418 0121

Paikallisesti neuvotellut edut jäsenillemme

Jalkahoitaja ja hoivapalvelu
Satu Vasarainen

Kauppakatu 35, Varkaus

Perusjalkahoito 45 €
kynsien lakkauksen kanssa 50 €
(ei kotikäyntejä)

Yhteystiedot: 0400 834 917

Kauneushoitola Weera

Kauppakatu 35, Varkaus

Kasvohoito 80 €

sis. kuorinnan, seerumin, hieronnan, naamion ja loppuvoiteet
(ei kotikäyntejä)
-Kasvohoidon yhteydessä
ripsien JA kulmien kestovärjäys 25 € (norm. 32 €)
ripsien TAI kulmien kestovärjäys ja muotoilu 15 € (norm. 20€)
Hoitoa varattaessa mainittava omaishoitajaetu

Yhteystiedot: 045 161 9570

Paikallisesti neuvotellut edut jäsenillemme

Kotipalvelu Verenpisara Oy

Vattuvuorenkatu 1 a 3, 78200 Varkaus

Omaishoitajaetu: Saat -10 % alennuksen itsemaksettavista palveluistamme

Hinta edulla: 39,60 €/h (norm. 44 €/h, alv 0 %)

Etu koskee: kotihoitoa, kotisiivousta, ikkunanpesua, kodinhoitoa, asioimispalvelua ja virkistyspalveluja.
Tästä palvelusta saat myös kotitalousvähennyksen!

Mainitse omaishoitajaetu varauksen yhteydessä!
Etu ei koske palvelusetelillä ostettua palvelua!

Etu on voimassa 31.12.2026 saakka!

Yhteystiedot:050 5812031

Jalkahoitola Balance

Pirtinranta 6 lh. 11

Jalkahoito 58 € (norm. 60 €)

Laitos- tai kotikäynteihin + 10 €

Yhteystiedot: 040 655 1409

Paikallisesti neuvotellut edut jäsenillemme

Vyöhyketerapeutti Kaarina Rastas

Peltotie 22, 78500 Varkaus

Omaishoitajaliiton jäsenkorttia näyttämällä kaikista palveluista -15%

Vyöhyketerapia

Terapialla hoidetaan erilaisia kiputiloja, immuunipuolustuksen ja aineenvaihdunnan häiriöitä, stressiperäisiä ja hormonaalisia häiriöitä. Auttaa kehoa aktivoimaan omat parantavat voimavaransa.

Kuumakivihieronta a´la Kaarina

Tämä kuumakivihieronta sisältää myös hiukan vyöhyketerapiaa ja perinnehierontaa, mikä tekee tästä kuumakivihieronnasta ainutlaatuisen kokemuksen.

Perinnehieronta

Lempeä hieronta, joka avaa lihasjumeja ja rentouttaa

Yhteystiedot: +358405142889

VERTAISTUKIRYHMÄT SYKSY 2026

Säännöllisesti kokoontuvat omaishoitajien ryhmät sopivat kaikille, jotka kaipaavat pysyvämpää vertaisjoukkoa ja hieman piristystä päivää. Näissä ryhmissä saat vertaistukea toisilta omaishoitajilta ja ehkä hieman nauruakin on luvassa. Tule katsomaan, mitä voimme sinulle tarjota.

Ryhmät jatkuvat taas helmikuun alusta, mikäli rahoitus jatkuu 😊

Omaisoiva vertaistuki tapaaminen Joroisissa

JOROINEN, OMASP KERHOHUONE (MUTALANTIE 1)

Maanantai	2.11.2026	13-15	
Maanantai	14.12.2026	13-15	

Omaisoiva vertaistuki tapaaminen Heinävedellä

HEINÄVESI, PITOPALVELU JUHLAN TILOISSA (KERMANTIE 6)

Tiistai	10.11.2026	13-15	
Tiistai	8.12.2026	13-15	Jouluruoka

Omaisoiva vertaistuki tapaaminen Leppävirralla

LEPPÄVIRTA, KIRJASTO

Keskiviikko	21.10.2026	13-15	
Keskiviikko	18.11.2026	13-15	
Keskiviikko	16.12.2026	13-15	Joulupuuro

Omaisoiva vertaistuki tapaaminen Varkaudessa

VARKAUS KUUKAUSITAPAAMINEN, OMAISHOITAJIEN TOIMISTO

Torstai	15.10.2026	13-15	Pohjois-Savon Hyvinvointialue, Kati Hynninen
Torstai	12.11.2026	13-15	Diakoni Petra Mykrä kertoo Diakonityöstä, Bingo
Torstai	10.12.2026	13-15	

Tuolijooga

Tuolijooga joka toinen keskiviikko omaishoitajien ryhmätilassa Kauppakatu 43. Jokainen joogaa oman kuntonsa mukaan. Vetäjänä vapaaehtoisemme Riitta Haukijärvi. Ilmoittautumiset Mirjalle tai Jaanalle kahvituksen vuoksi.

Joogan hinta 3 €/kerta

Keskiviikko	14.10.2026	13-14.30
Keskiviikko	28.10.2026	13-14.30
Keskiviikko	11.11.2026	13-14.30
Keskiviikko	25.11.2026	13-14.30
Keskiviikko	9.12.2026	13-14.30

Joogaa vetämässä vapaaehtoinen

Riitta Haukijärvi

Omaishoitajien vesijumppa

Omaishoitajien vesijumppa joka keskiviikko Varkauden uimahallin alakerrassa. Jumppa-aika 45 min (9.00-10.30 koko aika sisältäen pesun ja pukeutumisen).

Vesijumpan hinta 3,50/kerta tai 45 €/koko syksy

Keskiviikko	14.10.2026	9-10.30
Keskiviikko	21.10.2026	9-10.30
Keskiviikko	28.10.2026	9-10.30
Keskiviikko	4.11.2026	9-10.30
Keskiviikko	11.11.2026	9-10.30
Keskiviikko	18.11.2026	9-10.30
Keskiviikko	25.11.2026	9-10.30
Keskiviikko	2.12.2026	9-10.30
Keskiviikko	9.12.2026	9-10.30
Keskiviikko	16.12.2026	9-10.30

Omaishoitajien kuntosali

Omaishoitajien kuntosali **joka tiistai klo 13-14 Kunnonsalilla** (Ahlströminkatu 23, Varkaus)

Ei tarvitse olla omaishoidon tuen saaja vaan kaikki omaishoitajat ovat tervetulleita kuntoilemaan. Jokainen kuntoilee omien voimiensa ja jaksamisensa mukaan.

Mukaan mahtuu uusiakin 😊

Pidetään aurinkoa ja virkeää mieltä yllä läpi vuoden, yhdessä kuntoilemalla, nauttimalla liikunnan iloista ja hyvänmielen tunteesta

Toimisto avoinna/OmaisOiva kahvila

PERJANTAIKAHVILA KLO 10 – 14

Perjantaikahvilamme ovat kaikille avoimia kohtaamispaikkoja, joissa voit saada tietoa omaishoidosta, tutustua yhdistyksemme toimintaan ja jakaa ajatuksia sekä kokemuksia muiden omaishoitajien kanssa. Lämpimästi tervetuloa nauttimaan päiväkahvista – yksin tai yhdessä hoidettavasi kanssa!

Aamupäivisin olet tervetullut piipahtamaan kahville, juttelemaan ja vaihtamaan kuulumisia myös silloin, kun et halua osallistua päivän teemaan.

KAHVILAT

perjantai	16.10.2026	10-14	Onnenpyörä, maksu 2€
perjantai	23.10.2026	10-14	
perjantai	30.10.2026	11-12	Bingo
perjantai	6.11.2026	10-14	
perjantai	13.11.2026	12 eteenpäin	Elokuva iltapäivä: Kääntöpiste
perjantai	20.11.2026	11-13	Joulukortti askartelua halukkaille
perjantai	27.11.2026	11 eteenpäin	Yhdessä kokkailua (ruokaisa salaatti + patonki)
perjantai	4.12.2026	10-14	
perjantai	11.12.2026	10-14	Joulumyyjäiset
perjantai	18.12.2026	11-12.30 ja 13-14.30	Joulupuuro

HINNASTO

Kahvi & leivonnainen	2 €
Tee & leivonnainen	1,50€
Kahvi	1€
Tee	0,50€
Pillimehu	0,50€
Leivonnainen	1€
Santsikuppi	Ilmainen

OivaHetki

Kaipaatko hetkeä, jossa joku pysähtyy kuuntelemaan?

Voit varata itsellesi henkilökohtaisen OivaHetken, kun kaipaat keskusteluseuraa, kuuntelijaa tai mahdollisuutta jakaa omia ajatuksiasi. OivaHetkessä voit puhua juuri niistä asioista, jotka ovat sinulle tärkeitä – olipa kyse sitten arjen kuulumisista, ilonaiheista tai mieltä painavista ja haastavammista asioista.
OivaHetki voidaan toteuttaa sinulle sopivassa paikassa. Voimme tavata kotonasi, toimistollamme tai vaikka rauhallisessa kahvilassa. Sinä saat valita paikan, jossa sinun on hyvä olla.
OivaHetki tarjoaa pienen hengähdystauon arjen keskellä. Hetken, jolloin saat pysähtyä omien ajatustesi äärelle, tulla kuulluksi ja jakaa sitä, mitä mielessäsi liikkuu.

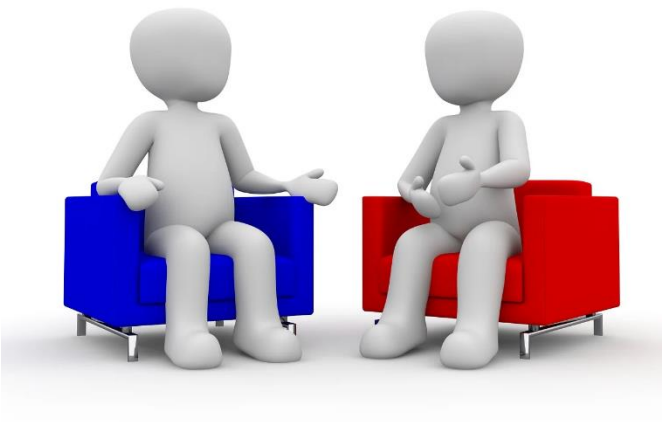
OivaHetket ovat maksuttomia eivätkä vaadi sitoutumista! Varaa vain aika Mirjalta tai Millalta puhelimitse tai sähköpostitse. Voit halutessasi tilata meidät juttelemaan yhdessä tai erikseen. 😊

Muistathan myös, että emme ole terapeutteja vaan neuvomme/autamme oman tiedon ja taidon mukaan.

Millalta saatavissa digineuvontaa hänen oman osaamisensa mukaan.

Mirja (050 464 1889 / varkaudenseudunomaishoitajat@outlook.com)

Milla (050 449 1178 / varkaudenseudunomaishoitajat1@outlook.com)



JÄSENTIETOA

Liitto toimii omaishoitajien aseman parantamiseksi valtakunnallisella tasolla mm. antamalla lausuntoja sekä vaikuttamalla lainsäädäntöön ja mielipideilmaisuun. Liittymällä jäseneksi lisäät painoarvoa; **yhdessä olemme enemmän**! Liiton sääntöjen mukaan henkilöjäsen liittyy paikallisyhdistyksen jäseneksi. Jäseneksi voi liittyä olemalla yhteydessä Varkauden Seudun Omaishoitajat ry:n työntekijöihin (yhteystiedot sivun lopussa) tai ottamalla yhteyttä Omaishoitajaliittoon. Jäsenyyden vahvistamisen jälkeen saat noin viikon kuluessa tervetulokirjeen, laskun, jäsenkortin, tietoa tuetuista lomista, sekä palveluoppaan postitse.

Vuonna 2026 jäsenmaksu on 30 euroa.

JÄSENEDUT:

- Lähellä-lehti (4 numeroa vuodessa)
- Palveluopas
- Vaihtuvia yhteistyökumppaneiden etuja:
  - Synsam, Viking Line, Edis, LakiMari, KotiData, Greenstar Hotellit, Kunnonpaikka ja Polku hotelli, Digihappy, Nallikari, Turvan vuoksi

LIITY JÄSENEKSI:

Soittamalla numeroon **050 464 1889** (Mirja) **050 449 1178** (Milla) tai sähköpostitse **varkaudenseudunomaishoitajat@outlook.com** tai **varkaudenseudunomaishoitajat1@outlook.com** TAI

Soittamalla numeroon **020 7806 500** ma-to klo 9-15. (omaishoitajaliitto) tai laittamalla sähköpostia

anu.nurmi@omaishoitajat.fi

Jäsenrekisteriselosteeseen voit tutustua verkossa: https://omaishoitajat.fi/wp-content/uploads/2020/01/J%C3%A4senrekisteriseloste.pdf

Omaishoidonneuvontapuhelin liitto

Omaishoidon kysymyksissä voit soittaa liiton ilmaiseen neuvontapuhelimeen

p. 0800 390 229 ti - to klo 9-12.

YHTEYSTIEDOT

Varkauden Seudun Omaishoitajat / OmaisOiva

Mirja Hakkarainen

Toiminnanjohtaja

Kauppakatu 43, 78200 Varkaus

78200 Varkaus

050 464 1889

varkaudenseudunomaishoitajat@outlook.com

Airi Hirvonen

Puheenjohtaja

Pohjoiskyläntie 125, 78480 Timola

040 037 2911

airi.hirvonen@pp.inet.fi

Milla Hakonen

Toiminnanohjaaja

Kauppakatu 43, 78200 Varkaus

050 449 1178

varkaudenseudunomaishoitajat1@outlook.com

Varkauden Seudun
Omaishoitajat ry.