

Tuhkakeskiviikkona 13.2.2013

Hyvää Alkanutta Vuotta 2013!

Talven selkä on taantumassa ja valo lisääntyy. Kevät on toivon aikaa!

Aloitamme tämän vuoden yhteiset tapaamishetkemme Kirkkopäivällä 24.4.2013.

Kirkkopyhän ohjelma:

- Klo 10.00 kokoonnumme Laukaan seurakuntatalolle aamupalalle yhdessä Jyväskylän rovastikunnan omaishoitajien kanssa. Saamme vieraita Muuramesta, Toivakasta, Uuraisilta sekä Jyväskylästä ja mahdollisesti muitakin omaishoitajaryhmiä.
- Seurakuntatalon aulassa myös Laukaan Apteekin hyvinvointituotteiden esittely.
- Klo 12.00 Jumalanpalvelus
- Klo 13.30 Ruokailu seurakuntatalolla, jonka jälkeen monipuolista ohjelmaa.



Laukaan Omaishoitajat SAMARIA juhlii tänä vuonna kymmenvuotista taivaltaan.



- Olemme järjestämässä 10-vuotisjuhlaa 15.5. klo 13.00 alkaen Hotelli Vuolakkeeseen. Tarkemmasta ohjelmasta ilmoitamme myöhemmin. Seuraa myös Laukaa-Konnevesi –lehden seuratoimintapalstaa sekä nettisivujamme: www.laukaanomaishoitajat.fi



Tule mukaan vertaisryhmään!

- Ryhmä kokoontuu joka kuukauden ensimmäinen torstai klo 18.00 Arwidssonintie 15-17:ssä seurakunnan diakoniatoimitiloissa. **Kahvitellaan ja rupertellaan!**

Jäsenetuihin on tullut uusi etuus

- Tästä lähtien voit ostaa kotipalvelua **liitteenä olevan** listan palveluntarjoajilta 100 euroon asti vuodessa. Maksettua laskua vastaan palautamme rahat tilillesi.
- Muut edut säilyvät ennallaan.

Kirpputoriltamme voit käydä noutamassa Laukaan kunnan ikäihmisten palveluoppaan vuodelle 2013. Myymälässä voit tehdä myös edullisia ostoksia, tai tuoda sinulta tarpeettomaksi jäänyttä tavaraa myytäväksi. Tervetuloa käymään!



Lähde lomalle!

Omaishoitajaloma tuo pienen tauon arkeen. Loma kokoaa yhteen samankaltaisessa tilanteessa olevia tai samoista asioista kiinnostuneita omaishoitajia. Osa lomista on tarkoitettu omaishoitajalle ja apua tarvitsevalle läheiselle yhdessä.

➤ Loman antia:

"Toivoin lomaltani rentoa yhdessäoloa samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa, vertaistukea, aikaa itselle, lomaa arkisista askareista, saada mennä valmiiseen ruokapöytään ja nauttia kiireettä valmiista ruoasta, tietoa oikeuksista ja vinkkejä arkea helpottamaan ja uusia ystäviä. Sain myös kaikkea näitä ja paljon enemmän."

- Tutustu Omaishoitajien Lomat ja Kuntoutuskurssit v.2013 - vihkoon. Vihko on liiton julkaisu ja postitettu jäsenille kotiin.
- Omaishoitaja ja Läheiset –Liitto ry järjestää Avainapteekkien tuella **opinto- ja virkistysristeilyn Tukholmaan 16. - 18.4. 2013**. Ilmoittautuminen **vain** postikortilla 11.3. mennessä osoitteella:

Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry
"Omaishoitajaristeily"
Hämeentie 105 A 18
00550 HELSINKI

Kirjoita korttiin nimi, osoite, syntymäaika, mahdolliset erityistoiveet ja rajoitukset (esim. liikuntaeste yms.) sekä osallistutko kiertoajelulle. Hoidettavia ei valitettavasti voi ottaa mukaan. Omavastuuosuus 30 €. Tarkemman ohjelman saat tilisiirtolomakkeen yhteydessä. Lisätietoja Juha Viitaselta puh. 020 780 6544

- **Peurungassa järjestettävät Kelan kuntoutuskurssit:**
 - ✓ Omaishoitajalle 15.4.–19.4.2013
 - ✓ Parikurssi 29.4.–3.5.2013
 - ✓ Lisätietoja Marjo-Riitta Anttilalta puh. 020 751 6835, Teija Hurtalta 020 751 6721
 - ✓ Kuntoutuskurssit ovat nähtävissä myös Kelan nettisivuilla www.kela.fi
- **Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry** järjestää Raha-automaattiyhdistyksen ja Solaris-lomien kanssa "Kanssasi kuljen" –teemaloman 18.-23.8.2013 Ikaalisten kylpylässä. Loma on tarkoitettu omaishoitajille ja apua tarvitseville läheisille. **Ilmoittautuminen 30.5.2013 mennessä osoitteeseen:**
Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry/ omaishoitolomat
Hämeentie 105 A 18
00550 HELSINKI

Lisätietoja ja hakulomakkeita voi tilata liitosta p. 020 7806 533 / Kaisu Ylikoski

Talviterveisin



Laukaan Omaishoitajat Samaria ry:n hallitus

Puheenjohtaja Eila Naukkarinen puh. 050 581 2168

Varapuheenjohtaja Erkki Nieminen

Rahastonhoitaja Armi Puttonen puh. 050 336 7425

Sihteeri Raija Haapala puh. 040 965 8377

Muut jäsenet: Eila Pulkkinen, Ritva Markkanen, Mikael Hammarén, Tuula Pekonen