

# OVET - VALMENNUS MIELENTERVEYSOMAISILLE ®

## MITÄ?

Ovet-valmennus tukee omaishoitajuuden tunnistamista, omaishoitajuutta ja arjessa jaksamista.

Valmennuksessa käsiteltäviä aiheita ovat mm. omaistilanteen kuormittavuus, arjen haastavat tilanteet, omaisen voimavarat sekä sosiaali- ja terveyspalvelut.

Valmennus on maksuton.

## KENELLE?

Ovet-valmennukseen ovat tervetulleita kaikki, jotka kantavat huolta sairastuneesta läheisestään ja auttavat läheistään.

Sinun ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen osallistuaksesi valmennukseen.

## MILLON?

Valmennus toteutuu neljänä perättäisenä maanantai-iltana 4.-25.5.2020 klo 16:30-20. Toivomme osallistujia sitoutumaan kaikkiin neljään tapaamiseen.

## MISSÄ?

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry:n toimisto, Huhtalantie 2, 3. krs, 60220 Seinäjoki

## ILMOITTAUTUMISET

Voit lähettää täytetyn hakulomakkeen sähköpostitse toimisto@finfamiep.fi tai postissa FinFami Etelä-Pohjanmaa ry. Huhtalantie 2, 60220 Seinäjoki. Voit myös hakea valmennukseen toimittamalla kaikki vastaavat tiedot sähköpostiviestillä.

Mukaan otetaan 14 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Viimeinen hakupäivä on 24.4.2020. Valmennuksen peruuntuessa, ilmoitetaan siitä hakijoille henkilökohtaisesti

Kokoontumisissa on kahvitarjoilu, joten mainitsethan myös mahdollisista ruoka-aine allergioistasi.

## LISÄTIEDOT

Miisa Lamminen p. 040 587 6762 Lakeuden Omaishoitajat  
Noora Nieminen p. 050 348 3676 FinFami Etelä-Pohjanmaa

