



Omaishoidon tuki  
ja  
vapaaehtoistoiminta  
Markin kunnassa

Omaishoidon neuvoja  
Omaishoidon edunvalvoja  
Vapaaehtoistyön koordinoija  
Tavoitat meidät kunnan puhelinvaihteesta  
Puh. 0320 - 21 70 00

## Omaishoidon tuki

Markin kunnalta on saatavissa erilaisia tuki- ja auttamismuotoja niille, jotka auttavat tai hoitavat läheisiään. Omaishoidon tuen tehtävänä on hyvä huolenpito ja oikeanlaisen tuen hahmottelu ja tarjoaminen yhdessä Sinun kanssasi.

- Omaishoitajaryhmät. Näissä on mahdollista tavata toisia vastaavassa tilanteessa olevia.
- Henkilökohtaiset tukipuhelut
- Esitelmillä ja koulutuksella annetaan tukea, tunnustusta ja tietoa
- Kotikäynnit ja informaatio
- Kannustus. Tarjolla on tapahtumia, rentoutumista ja virkistystä.

Maksuton sijainen kotiin voidaan myöntää silloin, kunhoitaja tarvitsee lepoa, omaa aikaa tai kun hän jostain muusta syystä ei voi olla kotona avun tarvitsijan luona.

## Vapaaehtoistoiminta

Käännymme sellaisten ihmisten puoleen, jotka haluavat osallistua vapaaehtoistoimintaan.

Soita saadaksesi lisätietoa oman paikkakuntasi tilanteesta.

Vapaaehtoistoiminta tahtoo saada yhteyden sinuun, jolla on aikaa ja halua lähimmäisyydellä ja kumppanuudella tuoda iloa ja vaihtelua toisten elämään.

- Mukana oleminen jossakin toimintaryhmässä
- Toiminta vapaaehtoisena ohjaajana omaishoitajaryhmissä

Vapaaehtoisena annat oman panoksesi täysin pyyteettömästi, mutta vastineeksi saat tietoa/koulutusta sekä vakuutuksen Markin kunnan kautta.

Vapaaehtoispalvelu täydentää kunnan toimintaa, tuo iloa ja vaihtelua toisten elämään.

*"Jaettu ilo on kaksinkertainen ilo"*