



# OmaTyky

## Hyvä vastaanottaja,

Tämä on OmaTyky -hankkeen neljäs uutiskirje kaikille omaishoitajien työllisyyden ja hyvinvoinnin edistämisestä kiinnostuneille. Kaksi kertaa vuodessa ilmestyvään uutiskirjeeseen kokoamme koosteen toteutetusta toiminnastamme ja luomme katsauksen tulevaan.

### Hankkeen tavoite

OmaTyky -hankkeen tavoitteena on edistää työikäisten omaishoitajien työelämävalmiuksia, työkykyä ja hyvinvointia sekä kehittää tarpeisiin pohjautuvaa palvelutarjontaa yhdessä omaishoitajien kanssa. Hankkeen kohderyhmänä ovat Varsinais-Suomessa asuvat omaishoitajat, jotka huolehtivat säännöllisesti läheisestään ja haluavat kouluttautua tai työllistyä nyt tai tulevaisuudessa. Omaishoitajuuden ei tarvitse olla kokopäiväistä. Mukaan pääsevät myös etäomaishoitajat ja osaviikkoisesti läheistään hoitavat. Lisätietoa:

[www.turkuamk.fi/omatyky](http://www.turkuamk.fi/omatyky)

### Kooste syksyn 2021 toiminnasta

OmaTyky-hankkeen toiminta on ollut aktiivista. Syksyn tarjonta on jatkunut entiseen tapaan yksilö- ja ryhmäohjauksin sekä etälähetysin. Etätapahtumien teemat ovat liittyneet mm. työnhakuvalmiuksiin, työelämätaitoihin ja hyvinvoinnin tukemiseen. Lisäksi kehittämistyö on jatkunut ideatyöpajoissa tuloksellisesti. Osallistajat ovat edenneet hyvin tuloksin kouluttautumis- ja työllistymispolulla:

”Koen, että olen saanut uutta energiaa päivittäiseen elämään. Olen energisempi ja positiivisesti ajattelen, että uusilla ideoillani, työnantaja vielä löytyy. Olen ollut alusta asti tyky toiminnassa aktiivisesti mukana. Suuret kiitokset, että saan olla mukana toiminnassa.”

”Osallistuin 2020-2021 OmaTyky -hankkeen luennoille ja lasten omaishoitajille suunnattuun keskusteluryhmään, jossa käytiin monia mielenkiintoisia keskusteluita. Keskusteluryhmästä tuli minulle merkityksellisempi kuin oletin. Minun on välillä haastavaa asettaa itse ohjattavaksi, mutta osaava ohjaaja osasi asiansa ja tuloksia myös tuli. Koin tullessi kuulluksi ja nähdyksi. Ohjaus laittoi myös pisteen loputtomalle ja päämäärättömälle spekulatiolle ja sai tarttumaan tauolle jääneisiin opintoihin. Olen oppinut itsestäni uusia asioita tässä prosessissa ja niiden asioiden työstö toki jatkuu vielä pitkään.”

### Tulevat tapahtumat

Kevään 2022 tapahtumatarjonnassa on huomioitu hankkeessa mukana olevien omaishoitajien tuomia näkökulmia ja tarpeita. [Tutustu kevään 2022 tarjontaan oheisen linkin kautta.](#)

# OmaTyky

## Omaishoitajien rekrytointi jatkuu. Tule mukaan!

OmaTyky-hanke jatkuu vuoden 2022 loppuun ja mukaan pääsee 2022 syksyyn asti. Etsimme edelleen uusia osallistujia hankkeeseemme. Jaathan Uutiskirjettä ja tietoa hankkeestamme verkostoillesi ja kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Jos olet työkäinen ja huolehdit läheisestäsi, olet lämpimästi tervetullut mukaan OmaTyky -hankkeeseen!  
Ilmoittautumiset: [kirsi.karlsson@turkuamk.fi](mailto:kirsi.karlsson@turkuamk.fi)

## Hyvää Joulua ja onnea uudelle vuodelle!

OmaTyky-tiimi toivottaa sinulle ja läheisillesi rauhallista ja hyvää joulua sekä onnea vuodelle 2022.

*Joulukuuisin terveisin,  
OmaTyky-tiimi*

