



OMAISET

MIELENTERVEYSTYÖN TUKENA
UUDENMAAN YHDISTYS RY



Toimintakalenteri syksy 2010

Omaiset mielenterveystyön tukena, Uudenmaan yhdistys ry.

Tukholmankatu 2, 7. krs, 00250 HELSINKI | (09) 686 0260

otu@otu.fi | www.otu.fi

SISÄLLYSLUETTELO

Mitä omaisyhdistys tarjoaa?	3
Yhdistyksen jäsenyys	4
Omaisten tuki- ja neuvonta.....	4
Vertaisryhmätoiminta.....	4
Avointa matalan kynnyksen vertaisryhmätoimintaa	5
Ohjatut vertaisryhmät	5
Retket.....	9
Tuettu lomatoiminta.....	9
Teemaluennot	10
Lauantain päiväteemat	10
Tiistain iltateemat.....	11
Aluetoiminta.....	11
Alueseminaarit	11
Alueryhmät.....	12
Ilonan päivä ja eduskuntavierailu	14
Hyväntekeväisyyskonsertti	14
Yhteystiedot	15

Ilmoittautumiset alkavat 9.8.2010!

MITÄ OMAISYHDISTYS TARJOAA?

Omaisien arki on usein rankkaa ja vaatii sekä fyysisiä että psyykkisiä voimavaroja. Jotta arki sujuisi, on joskus hyvä pysähtyä pohtimaan omaa jaksamistaan. Omaiset mielenterveystyön tukena, Uudenmaan yhdistys ry. on mielenterveyskuntoutujien omaisten järjestö, joka tukee toiminnallaan omaisten hyvinvointia.

Yhdistys tarjoaa omaisille ryhmiä, luentoja, opintopiirejä ja kursseja. Vertais-
tukeen perustuvat ammattilaisten ohjaamat ryhmät on tarkoitettu puolisoille, sisaruksille, vanhemmille, lapsille ja aikuisille lähiomaisille. Niissä saa tietoa psyykkisistä sairauksista ja kuntoutuksesta sekä tukea omaan jaksamiseen.

Lisäksi omaisille on tarjolla kahviloita, jotka ovat avoin matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja. Kahviloissa omaisilla on mahdollisuus tavata toisiaan ja yhdistyksen henkilökuntaa.

Toimintaa järjestetään omaisyhdistyksen tiloissa Helsingissä sekä muualla Uudellamaalla.

Yhdistys tekee yhteistyötä kuntien ja muiden järjestöjen kanssa. Yhdistys kehittää hankkeissaan ryhmä- ja kurssitoimintaa ja tutkii työmalleja, joilla mielenterveyskuntoutujaa ja hänen perhettään voidaan tukea.

**Yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous pidetään
torstaina 21.10.2010 klo 17.00 yhdistyksen tiloissa.**

Kaikki jäsenet ovat tervetulleita!

YHDISTYKSEN JÄSENYYS

Vuoden 2010 jäsenmaksu on 18 € yksityishenkilöltä ja 50 € yhteisöltä. Jäsenyys ei riipu kotipaikasta. Myös oikeustoimikelpoinen yhteisö voi olla yhdistyksen jäsen. Jäseneksi voi liittyä maksamalla jäsenmaksun tilille Helsingin OP PANKKI Oyj 572411-243973 (viestitietoihin tulee merkitä jäseneksi liittyvän nimi ja postiosoite).

Jäsenet saavat neljä kertaa vuodessa Omaiset mielenterveystyön tukena keskusliiton julkaiseman Labyrintti-lehden ja kaksi kertaa vuodessa ilmestyvän yhdistyksen toimintakalenterin. Jäsenillä on mahdollisuus osallistua yhdistyksen järjestämään toimintaan.

OMAISTEN TUKI- JA NEUVONTA

Omaisten tuki- ja neuvontapalvelu on ensisijainen tiedon ja tuen hakemisen paikka siinä tilanteessa, kun perhe kohtaa psyykkisen sairauden. Toiminnan tarkoituksena on antaa sairastuneen omaiselle tietoa psyykkisistä sairauksista, tukea perheen jaksamista ja antaa toivoa muuttuneeseen elämäntilanteeseen. Tieto psyykkisistä sairauksista ennaltaehkäisee omaisen omaa uupumista. Palvelu on Raha-automaattiyhdistyksen rahoittamaa toimintaa ja se on maksutonta.

Puhelinneuvonta
Yksilö- ja perhetapaamiset
puh. (09) 6860 2655 tai 045 7731 1042

Tukea ja neuvontaa saa ajanvarauksella arkisin klo 9.00–16.00. Parhaiten meidät tavoittaa **puhelinaikana keskiviikkoisin klo 9.00–11.30**. Jätä tarvittaessa viesti ja yhteystietosi vastaajaan, niin otamme yhteyttä.

VERTAISRYHMÄTOIMINTA

Yhdistys tarjoaa erilaisia vertaisryhmiä. Osa ryhmistä on avoimia, matalan kynnyksen paikkoja, ja osa ohjattuja. Ohjatut ryhmät määrittävät omaissuhteen tai kuntoutujan diagnoosin mukaan. Ryhmiä toteutetaan myös yhteistyössä julkisen sektorin, seurakuntien ja järjestöjen kanssa.

AVOINTA MATALAN KYNNYKSEN VERTAISRYHMÄTOIMINTAA

Omaiskahvila

Tiistaisin klo 14.00–16.00 alkaen 24.8.2010.

Omaiskahvilassa omaisilla on mahdollisuus tavata toisiaan ja yhdistyksen henkilökuntaa avoimessa, ymmärtävässä ilmapiirissä ja saada vertaistukea läheisen psyykkiseen sairauteen liittyvissä asioissa sekä tukea omaan jaksamiseen. Tule, kun sinulle sopii! Voit viipyä hetken tai pidempäänkin. Tule tutustumaan toisiin omaisiin. Ei ennakkoilmoittautumista.

Iltakahvila

Kuukauden viimeisenä tiistaina klo 17.00–19.00. Ensimmäinen tapaaminen on 31.8.2010. Iltakahvila on tarkoitettu lähinnä työssäkäyville, mutta on myös muille avoin. Vetäjänä toimii vertaisohjaaja Raili Alho.

Seniorit

Parillisina viikkoina joka toinen torstai alkaen 9.9.2010 klo 14.00–16.00.

Avoin ryhmä on tarkoitettu yli 65-vuotiaille omaisille, joiden perheenjäsen sairastaa psyykkisesti. Ryhmä toimii omatoimiryhmänä. Ei ilmoittautumista.

Uudet jäsenet tervetuloa.

Lisätietoja: Raila, puh. (09) 488 288

Aikuiset lapsiomaiset (ALO)

Avoin omatoiminen vertaisryhmä on tarkoitettu aikuisille, jotka ovat eläneet lapsuutensa psyykkisesti sairaan vanhemman kanssa. Ryhmä kokoontuu joka kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 17.30–19.30. Ensimmäinen tapaaminen on 1.9.2010.

Tiedustelut: Isto, puh. 050 925 7469

OHJATUT VERTAISRYHMÄT

Vanhemmat, joiden aikuinen lapsi sairastaa psyykkisesti

Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, joiden jo aikuinen lapsi sairastaa psyykkisesti. Se toimii ohjattuna vertaisryhmänä, jossa voi jakaa kokemuksia sekä saada tietoa ja tukea omaan jaksamiseen. Ryhmään otetaan 8 henkilöä. Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 17.00–19.00 yhteensä 8 kertaa. Ensimmäinen tapaaminen on 22.9.2010. Ryhmän ohjaajana toimii perheterapeutti Anne Huolman.

Ilmoittautuminen viimeistään 15.9.2010.
anne.huolman@gmail.com tai puh. 040 350 5474

Vanhemmat, joiden alaikäinen lapsi tai nuori oireilee psyykkisesti

Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, joiden alaikäinen lapsi tai nuori oireilee psyykkisesti. Se toimii ohjattuna vertaistukiryhmänä, jossa voi jakaa kokemuksia sekä saada tietoa ja tukea omaan jaksamiseen. Ryhmään voivat osallistua molemmat tai vain toinen vanhemmista.

Ilmoittautuminen viimeistään perjantaina 17.9.2010:
liisa.hietala@otu.fi tai puh. 045 7731 0989
sirpa.hirvonen@otu.fi tai puh. 050 576 8531

Omaisien ABC

Ryhmä on tarkoitettu omaisille, joiden läheisen sairastumisesta on aikaa korkeintaan kaksi vuotta. Tavoitteena on psyykkisen sairauden herättämien tunteiden työstäminen ja omaisen oman jaksamisen ja elämänhallinnan tukeminen vertaistuen ja asiantuntijatiedon avulla. Ryhmä koostuu kolmesta ryhmätapaamisesta.

1. Tunteiden pyörremyrsky:
läheisen sairastumiseen liittyviä tunteita, kysymyksiä ja ajatuksia
2. Uusia näkökulmia ongelmatilanteisiin
3. Oma jaksaminen ja voimavarat

Alustusten, tehtävien ja keskustelun avulla etsitään välineitä uuteen elämäntilanteeseen sopeutumisessa. Ryhmän ohjaajina toimivat yhdistyksen tuki- ja neuvontapalvelun työntekijä sekä vertaisohjaaja. Ryhmäkoko on 10 henkilöä. Ryhmä toimii suljettuna ryhmänä.

Kokoontumiset keskiviikkoisin 29.9., 6.10. ja 13.10 klo 17.00–19.00 yhdistyksen tiloissa.

Ilmoittautuminen viimeistään maanantaina 20.9.2010:
anne.alakiuttu@otu.fi tai puh. 045 7731 1042.

Depressiokoulu omaisille

Depressiokoulu on tarkoitettu omaisille, jotka kokevat itsensä ajoittain uupuneiksi tai masentuneiksi. Ryhmässä etsitään välineitä masennuksen ennaltaehkäisyyn ja pyritään löytämään voimavaroja arkeen. Keskustelun pohjana käytetään Depressiokoulutyökirjaa (Koffert, Kuusi). Ohjelma edellyttää sitoutumista ryhmätapaamisiin. Kurssiohjelma sisältää kotitehtäviä. Ryhmäkoko

on 8 henkilöä. Ryhmä kokoontuu torstaisin 16.9.2010 alkaen klo 14.00–15.30 yhdistyksen tiloissa.

Ilmoittautuminen viimeistään maanantaina 6.9.2010:
anne.alakiuttu@otu.fi tai puh. 045 7731 1042.

Puolisot

Puolisoryhmä alkaa lokakuussa ja kokoontuu 8 kertaa. Kokoontumiset 7.10.alkaen joka toinen torstai klo 17.00–18.30. Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, jotka elävät parisuhteessa psyykkisistä toimintahäiriöistä kärsivän puolison kanssa.

Ilmoittautuminen viimeistään torstaina 30.9.2010:
sauli.suominen@welho.com tai puh. 045 7731 1042.

Svenskspråkig diskussionsgrupp för anhöriga och närstående.

Behöver Du svar på frågor gällande psykisk ohälsa. Önskar Du en möjlighet att träffa andra anhöriga.

Diskussionsgruppen möts måndagen den 20.9, 25.10 och den 29.11 klo.15.00. Denna höst är sitsarna uppdelade i tre olika diskussionsteman.

20.9. Hur bemästrar familjen situationen då en familjemedlem börjar må psykiskt dåligt.

25.10. Sjukdoms insikt – med eller utan?

29.11. Psykiska funktionshinder.

Föreläsare och gruppledare är Leif Berg, föreningens verksamhetsledare /leg. psykoterapeut.

Valokuvaryhmä

Pysähdymme pohtimaan itseämme ja sitä, mistä saamme iloa elämäämme. Ryhmä on tarkoitettu kaikille, joiden läheinen sairastaa psyykkisesti ja joita kuva kiinnostaa. Työskentely tapahtuu kollaasimenetelmää soveltaen. Materiaalina käytetään valokuvia omasta elämästä tai lehdistä. Työstäminen tapahtuu leikellen, repien, rypistäen sekä muokaten ja liimaten uudeksi kokonaisuudeksi. Toimiston värikopiointikone mahdollistaa alkuperäisten kuvien säilyttämisen.

Mukaan mahtuu 10 osallistujaa. Ryhmä kokoontuu 10 kertaa maanantaisin alkaen 13.9.2010 klo 17.30–19.00.

Ryhmää ohjaa kuvataideterapeutiksi valmistuva Anja Nysten.

Osallistumismaksu 50/€ jäsen tai 75 €/ei-jäsen maksetaan yhdistyksen tilille: Helsingin OP Pankki 572411-243973 (viitetietoihin: kuvaryhmä).

Ilmoittautuminen Anjalle 30.8.–3.9. klo 17.00–20.00, puh. 050 339 7395

Prospect-vertaistukikurssi

Kurssilla käsitellään omaisten kokemuksia, tunnistetaan tunteita ja harjoitellaan niiden ilmaisemista. Tyypillisiä omaisten kokemia tunteita ovat mm. pelko, syyllisyys, viha, rakkaus ja toivottomuus.

Kurssilla käsitellään selviytymiskeinoja, jotka auttavat uudenaikaisessa elämäntilanteessa, opetellaan elämönhallinnan keinoja ja kartoitetaan tukiverkostoja ja -toimia. Tavoitteena on omaisen elämänlaadun parantaminen ja siten mielenterveyskuntoutujan selviytymisessä auttaminen omaisen jaksassa paremmin.

Kokoontumiset maanantaisin klo 17.30–19.00. Joka kokoontumiskerralla yhteiskeskustelua ja pienryhmätyöskentelyä Prospect-ohjaajien alustuksen jälkeen. Kurssi alkaa maanantaina 4.10.2010 klo 17.30 ja kokoontuu 10 kertaa.

Ilmoittautuminen 15.8.–30.9.2010 Prospect-ohjaajille:

Mervi Sandsund: arkisin klo 9–12 puh. 050 325 0614

Nina Jääskä: arkisin klo 17.30–19.30 puh. 050 309 7339

Kirjallisuuspiiri

Syksyn kirjallisuuspiiri kokoontuu Tukholmankadulla keskiviikkoisin klo 17.00–19.00 kerran kuukaudessa. Ensimmäisellä kerralla 8.9.2010 keskustelemme Paolo Giordanon kirjasta Alkulukujen yksinäisyys. Samalla sovimme yhdessä myös seuraavasta kirjasta ja tapaamisesta. Tervetuloa vanhat ja uudet kirjojen ystävät.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen mielellään elokuun aikana, mutta mukaan voitulla myöhemminkin.

Tuula Ahvenvaara puh. 040 549 7211

Hilkka Marttinen puh. 050 548 2968

RETKET

Omaisten syysretki

Yhdistyksen syksyinen jäsenretki tehdään lauantaina 16.10.2010 Loviisaan. Tutustumme taiteilija Riitta Nelimarkan tuotantoon Bongon linnassa ja meillä on kunnia tavata taiteilija itse. Loviisan merelliseen historiaan tutustumme opastetun kiertoajelun aikana. Lounaan (kermainen lohikeitto) nautimme Ulrikakodissa, jonka jälkeen on mahdollisuus piipahtaa pihapiirissä sijaitsevassa käsityö- ja lahjatavaramyymälässä.

Retken aikana pääsemme tutustumaan myös maalaisjuuston valmistukseen Pernajassa, Kuggomin kylän uudessa Toves Gourmet -kotijuustolassa. Juustoa voi ostaa mukaan myös kotiin vietäväksi! Päätämme retken Rutumin Kartanoon, jossa nautimme iltapäiväkahvit suolaisen ja makean kahvileivän kera. Kahvittelun yhteydessä kuulemme kartanon jännittävästä historiasta.

Retken hinta on 40 €/jäsen tai 60 €/ei-jäsen. Hinta sisältää kuljetukset, sisäänpääsyt ja opastukset, kiertoajelun, lounaan ja iltapäiväkahvit. Lähtö Helsingistä Kiasman edestä (vieraslaituri) klo 8.30 ja paluu Helsinkiin n. klo 17.30.

Ilmoittautuminen viimeistään torstaina 30.9.2010:

anne.alakiuttu@otu.fi tai puh. (09) 6860 2655 tai 045 7731 1042

niina.kaksonen@otu.fi tai puh. 045 7731 3400

Ilmoittautuneille postitetaan erikseen päivän ohjelma ja lasku.

TUETTU LOMATOIMINTA

Yhdistyksen jäsen voi hakea tuettua lomaa yksin tai perheen kanssa. Myönteiseen lomapäätökseen vaikuttavat hakijan taloudellinen tilanne, sosiaaliset ja terveydelliset syyt sekä aikaisempi lomatuki.

Vuonna 2010 viiden vuorokauden loman omavastuuosuudet ovat

- kylpyläkohteet 120 €
- hotellit ja muut lomapaikat 80 €
- työttömien lapsiperhelomat 50 €
- terveenä työttömyydestä -lomat 40 €

Tiedustelut tuetuista lomista ja teemoista suoraan lomien järjestäjältä www.solaris-lomat.fi tai puh. 0600 418 200.

Voit hakea tuettuja lomia myös seuraavien yhdistysten kautta:

- A-lomat ry
Ratamestarinkatu 11, 00520 Helsinki
puh. 020 1112 770 (klo 9–12), info@a-lomat.fi
- Lomakotien liitto
Siltasaarenkatu 6, 7. krs, 00530 Helsinki
puh. 010 830 3400, info@lomakotienliitto.fi, www.lomakotienliitto.fi
- Huoltoliitto ry
Sitratori 3 A, 00420 Helsinki
puh. (09) 434 2640, keskustuimisto@huoltoliitto.fi
- Perhelomat ry
Kaisaniemenkatu 3 A 7, 00100 Helsinki
puh. (09) 763 893 tai (09) 769 030
perhelomat@perhelomat.fi, www.perhelomat.fi

Yhdistyksellä ei ole yhteistyösopimuksia näiden järjestäjien kanssa, mutta kuka tahansa voi hakea tuettua lomaa tietyin perustein näiden tahojen kautta.

TEEMALUENNOT

LAUANTAIN PÄIVÄTEEMAT

Klo 10.00–14.00

4.9.2010

Psykoosisairaudet

– **Miksi henkilö ei tunnista omaa sairauttaan?**

toiminnanjohtaja Leif Berg, OTU

Ilmoittautuminen viimeistään keskiviikkona 1.9.2010:

puh. (09) 6860 2620

30.10.2010

Puolisonäkökulma

Puolisoille, joiden parisuhdetta kuormittaa läheisen psyykinen sairaus. Ohjelma sisältää alustuksen sekä keskustelua aiheesta. Päivän ohjaajina toimivat yhdistyksen työntekijä sekä vertaisohjaaja.

Ilmoittautuminen viimeistään maanantaina 18.10.2010:
anne.alakiuttu@otu.fi tai puh. 045 7731 1042

TIISTAIN ILTATEEMAT

Klo 17.00–19.00

7.9.2010

Lastensuojelu

erityissosiaalityöntekijä Tiia Hipp, Itäinen perhekeskus

5.10.2010

Kaksoisdiagnoosi

eli samanaikainen mielenterveys- ja päihdeongelma
sosiaalipsykologi Tuula Seppänen, OTU ry

14.10.2010

Kaksisuuntainen mielialahäiriö

toiminnanjohtaja Leif Berg, OTU ry

9.11.2010

Peliriippuvuus

kehittämiskoordinaattori Tapio Jaakkola, Peliklinikka

14.12.2010

Masennus

toiminnanjohtaja Leif Berg, OTU ry

Ilmoittautuminen puh. (09) 6860 2620

ALUETOIMINTA

ALUESEMINAARIT

Päivä mielen hyvinvoinnille -tietoa palveluista Mäntsälässä

keskiviikkona 13.10.2010 klo 12.00–16.00

Ilmoittautuminen viimeistään keskiviikkona 6.10.2010:

puh. 050 534 8395 tai eija.suominen@otu.fi

Ikääntymisen pyörteissä Espoossa

perjantaina 8.10.2010 klo 9.00–16.00
 Ilmoittautuminen viimeistään torstaina 30.9.2010:
 puh. 050 534 8395 tai eija.suominen@otu.fi

Yleisöluentosarja Lohjalla

keskiviikkoisin klo 17.30–19.00

22.9.2010	Peliriippuvuus ja sen hoitomahdollisuudet
13.10. 010	Skitsofreniaa on pakko hoitaa
3.11.2010	Masennus

Yleisöluento Vantaalla

maanantaina 13.9.2010 klo 17.00–18.30

Mielenterveyskuntoutujien suun terveyden edistäminen

Seminaareihin ei tarvitse ilmoittautua, tilaisuudet ovat maksuttomia.
 Lisätietoja kaikista alueellisista tapahtumista: www.otu.fi

ALUERYHMÄT

Uudenmaan alueella toimii joko avoimia tai suljettuja omaisryhmiä seuraavilla paikkakunnilla: **Espoo, Helsinki, Hyvinkää, Järvenpää, Kellokosken ja Ohkolan sairaala, Lohja, Porvoo, Riihimäki, Tuusula/Hyrylä ja Vantaa**. Kaikki ryhmät ovat maksuttomia.

Lisätietoa alueellisista ryhmistä:

Eija Suominen puh. 050 534 8395 tai eija.suominen@otu.fi

Espoo

Paikka: Matinkappeli, Liisankuja 3, 02230 Espoo
 Ohjaaja: Marja Helin puh. (09) 8050 7902
 Mari Kanerva puh. (09) 8050 7741

Helsinki

Omaisryhmät on tarkoitettu asukkaiden omaisille.

Sepänkoti: Marja-Liisa Virtanen tai Tanja Stark
 puh.(09) 3290 8600

Viertokoti: Anni Murtonen, Lea Rummukainen, Eija El-Gendy
 puh.(09) 2511 1826

Mäkikoti: Minnamari Turtiainen, Miiri Vennervirta
 puh.(09) 3290 8806

- Koskikoti: Bettina Painio, Anne-Mari Majoinen
puh. (09) 7527 9100
- Pekinkoti: Emma Heikkinen, Teija Hartikainen
puh. (09) 2238 1711
- Suutarinkoti: Eveliina Lafghani, Sonja Linnola
puh. (09) 3478 7000
- Tinasepän asumisyksikkö:
Jarno Paasonen, Päivi Tolkkila
puh. (09) 728 7081
- Maisonkoti: Marko Hyvärinen puh. 0400 510 640
- Aarni-hoiva Oy:
Carmela Grasutis, (Vantaa) puh. 040 451 4796
Sirpa Laukkarinen puh. (09) 4250 7521

Hyvinkää

- Paikka: Onnensilta, Siltakatu 6, 05900 Hyvinkää
Ohjaaja: Kyllikki Hypén, puh. 040 813 3930

Järvenpää

- Paikka: Myllytien työ- ja toimintakeskus
Myllytie 11, 04400 Järvenpää
- Ohjaajat: Helena Lainpelto, puh. 040 315 3828
Eija Linna-alho, puh. 040 315 3225
Lea Louhimo, puh. (09) 271 92 665

Lohja

- Paikka: Keskusta seurakuntakeskuksen takkahuone
Sibeliuksenkatu 2, 08100 Lohja
- Ohjaaja: Seija Tammi

Porvoo

- Paikka: Tellervokoti, Mannerheiminkatu 25 B
- Ohjaaja: Seija Öhman, puh 040 734 0757
Mervi Koivunen, puh. 050 462 6968

Riihimäki

- Paikka: Tempelikatu 11, Riihimäki
- Ohjaaja: diakonissa Heini Syrjä, puh. 050 323 7963

Tuusula

- Paikka: Riihikallion seurakuntakoti
Pellavamäentie 3
- Ohjaajat: Raija Wallin, puh. 040 502 7804
Miika Masih

Vantaa

Paikka: Tikkurilan kirkon takkahuoneessa osoitteessa
Asematie 12, 01300 Vantaa.

Ohjaaja: Jussi Lehtinen, puh. 020 754 4653

Kellokosken sairaala

Omaisryhmät on tarkoitettu sairaalan asiakkaiden omaisille

Ohjaaja: Minna Mankinen, puh. (09) 2716 3456

Ohkolan sairaala

Ohjaaja: Satu Karttunen, puh. (09) 2716 5508

ILONAN PÄIVÄ JA EDUSKUNTAVIERAILU

Perjantaina 8.10.2010

Kokoonnumme eduskuntatalon portaille **klo 11.00**. Iltajuhla on aikaistettu alkavaksi **klo 17.00 Hotel Arthurissa**, jolloin koko juhlan loppumisaika on n. **klo 20.00**. Tapahtumassa omaiset pääsevät osallistumaan varta vasten heille räätälöityyn lukudraamaan, kuuntelemaan kaunista live-musiikkia ja nauttimaan juhlabuffetista. Buffetin lisäksi juhlassa on kahvitarjoilu.

Eduskuntavierailun yhteydessä on mahdollisuus päästä tutustumaan eduskuntaan. Kierroksille otetaan yhteensä 200 osallistujaa. Paikkoja on tällä hetkellä jäljellä **74 halukkaalle**. Valitettavasti kierrosten osallistujamäärä on rajoitettu, joten ilmoittautumisia otetaan vastaan niiden tulojärjestyksessä. Viimeinen ilmoittautumismahdollisuus on **perjantaina 13.8.2010 toimistosihteerin Jaana Humaltolle**, toimistosihteerin@omaisten.org tai 050 464 2739. Eduskuntaan pitää ilmoittaa etukäteen kierroksille osallistujien nimet, joten ilmoitathan ne ilmoittautumisen yhteydessä. Kierroksia järjestetään alkaen **klo 13.30**. Eduskunnassa on myös mahdollista mennä seuraamaan täysistuntoa, joka alkaa **klo 13**. Täysistunnon kesto on noin 30 minuuttia ja sinne pääsevät kaikki kiinnostuneet.

HYVÄNTEKEVÄISYYSKONSERTTI

Lauantaina 9.10.2010 Helsingin kulttuuritalolla

Lääkäriliitto järjestää virallisena Ilonan päivänä 9.10.2010 hyväntekeväisyyskonsertin Helsingin kulttuuritalolla. Solisteina ovat mm. Paula Vesala ja Mira Luoti (PMMP), Kerkko Koskinen ja Kuopion nuorisokuoro. Tämä on hyvä mahdollisuus jatkaa Ilonan päivän viettoa edellispäivän eduskuntavierailun ja iltajuhlan yhteydessä. Tiedote konsertista löytyy

Lääkäriliiton Internet-sivuilta osoitteesta www.laakariliitto.fi kohdasta tiedotteet.

Konsertin tuottojen kohteena ovat

- Omaiset mielenterveystyön tukena keskusliitto ry
- Sairaalaklovnit ry
- Suomen Mielenterveysseuran Monimuotoinen perheterapia käytös- ja päihdeongelmallisille nuorille -hanke

Liput Lippupisteestä

YHTEYSTIEDOT

Omaiset mielenterveystyön tukena, Uudenmaan yhdistys ry.

Tukholmankatu 2, 7. krs,
00250 HELSINKI

(09) 686 0260

otu@otu.fi

www.otu.fi

<p>Hallituksen puheenjohtaja Marianna Sorvali marianna.sorvali@ituspy.com</p> <p>Toiminnanjohtaja Leif Berg 050 301 9179</p> <p>Toimistopäällikkö Pirjo Haapamäki (09) 6860 2640 (09) 6860 2620</p> <p>Aluetyö Eija Suominen Kuntayhteistyö ja asumispalvelut 050 534 8395</p> <p>Omaisten tuki- ja neuvonta Anne Alakiuttu, sosionomi (AMK) (09) 6860 2655 045 7731 1042</p>	<p>Paula – lapsiperheverkostojen moniammatillinen kehittämishanke Bitta Söderblom projektivastaava 050 553 1788</p> <p>Niina Kaksonen projektityöntekijä 045 7731 3400</p> <p>Vanhempi ja lapsen psyykinen oireilu Tuula Seppänen, projektivastaava 040 584 2154</p> <p>Liisa Hietala, projektityöntekijä 045 7731 0989</p> <p>Sirpa Hirvonen projektityöntekijä 050 576 8531</p>
---	---

Sähköposti etunimi.sukunimi@otu.fi

Pyydämme teitä kertomaan odotuksistanne ja toiveistanne liittymisen toimintaamme kotisivuillamme www.otu.fi (Yhteystiedot-palaute) tai sähköpostilla otu@otu.fi. Mahdollisista muutoksista toimintakalenterissa ilmoitamme kotisivuillamme www.otu.fi.



Omaiset mielenterveystyön tukena
Uudenmaan yhdistys ry.

(09) 686 0260

otu@otu.fi

www.otu.fi

