

# Vertaistuki omaishoitopareille tärkeää

**KANNUS**  
Anni Heikkilä

Omaishoitoparien virikeryhmien paikalliset kevätkokoukset huipentuivat viime torstaina Kitinkannuksessa järjestettyyn kesäjuhlaan.

Kokkolanseudun omaishoitajat ja Läheiset ry:n järjestämään juhlaan saapui pariskuntia ympäri lähiseutua. Iäkkäistä pariskunnista koostuvan juhlaväen joukossa tunnelma oli leppoisa. Tuulettumaan olivat tulleet myös kannislaiset **Jorma** ja **Arja Matintupa**. Arja on toiminut miehensä Jorman omaishoitajana nyt muuntaman vuoden ajan, ja pari on ollut mukana myös virikeryhmien toiminnassa.

- Ihana, että on toimintaa. On tärkeää nähdä ja tavata toisia pareja, jotka käyvät läpi samoja asioita kuin mekin, Arja Matintupa kertoo.

## PAREILLE KAKSI VIRIKERYHMÄÄ

Tänä keväänä Kannuksessa on toiminut kaksi omaishoitopareille tarkoitettua virikeryhmää, joissa molemmissa on ollut mukana kuutisen pariskuntaa. Kokkolanseudun omaishoitajat ja Läheiset ry:n projektipäällikkö **Kaarina Niemi** mukaan palaute ryhmien toiminnasta on ollut pelkästään positiivista.

- Pari ovat kokeneet vertaistuen hyvin myönteisenä asiana. Olemme myös rohkaissut hoitajia tulemaan kokoontumisiin yksin, jos hoidettava on liian huonossa kunnossa, Niemi kertoo.



Omaishoitajaparien juhlaa. Juhlaväki sai yhdessäolon lisäksi lettujen paistosta sekä kauniista. Kuvassa Jorma ja Arja Matintupa.

## YHDISTYSTUKEE JÄSENIÄÄN

Kokkolanseudun omaishoitajat ja Läheiset ry toimii omaishoitajien ja heidän perheidensä puolesta ajamalla heille tärkeitä asioita sekä paikallisella että valtakunnallisella tasolla. Yhdistys järjestää jäsenilleen erilaisia kokouksia, matkoja ja tuettuja lomien sekä järjestää ja hallinnoi monia omaishoitajuutta tukevia hankkeita, kuten käynnissä olevaa Aktivia-hanketta. Kyseisen hankkeen päämääränä on tukea omaishoitoperheiden kotona selviytymistä ja ehkäistä syrjäytymistä. Juuri syrjäytymistä ja uupumista vastaan tehtävä työ onkin tärkeää, sillä omaishoitajat ovat työssään kiinni vuorokauden ympäri. Hoitajien omat menot ja tapaamiset jäävät

tästä johtuen huolestuttavan vähäisiksi.

- Enemmän sitä jättää lomat pitämättä ja on kotona toisen kanssa, kun tietää, että siellä toisella on paras olla, Arja Matintupa sanoo. Kannuksessa näyttäisikin olevan tarvetta omaishoitopotilaille suunnatulle päivätoiminnalle, jolloin hoitaja saisi muutaman tunnin aikaa itselleen ja hoidettava virikkeellistä tekemistä yhdessä toisten potilaiden kanssa. Kokkolasta vastaavanlaista toimintaa löytyy ja sitä käytetään paljon. Miksei päivätoimintaa sitten Kannuksessa järjestetä?

- Kunnan pitäisi tulla tässä asiassa vastaan, Niemi toteaa.