

Omaishoitajien ja hoidettavien **VOIMAANTUMISPÄIVÄT**

Taukokankaalla Oulaisissa
(kuntoutumis- ja hyvinvointipalvelukeskus)
Kurssit 20.-23.9.2010 tai 25.-28.10.2010

Kurssien tavoitteena on mm. tukea omaishoitajaa selviytymään jokapäiväisissä toiminnoissaan mahdollisimman hyvin niin fyysisesti kuin psyykkisestikin hoitaessaan apua tarvitsevaa omaistaan.

Kursseille valitut kutsutaan noin puolenvuoden kuluttua seurantajaksoille.

Hakemuksia ja lisätietoja Voimaantumispäivistä saa Projektin toimistolta Kalajoentie 5, tai soittamalla Annelle Puh. 040 535 7991 tai Arjalle Puh. 044 2100280, tai kotisivuiltamme **www.kotinet.com/omaishoitajat**

Hakemukset lähetettävä **27.8.** mennessä osoitteeseemme: Utta Potkua projekti Anne/Arja Kalajoentie 5, 85100 Kalajoki.

Alavieskan, Kalajoen, Oulaisten, Ylivieskan, Sievin ja Merijärven alueelta osallistujien omavastuu on



TAUKOKANGAS

**Utta potkua - voimaantumiprojekti Ylivieskan
Seutukunnan Omaishoitajat ja Läheiset ry.**

*Tule hakemaan kotona ja arjessa jaksamiseen
utta potkua, yhdessä hoidettavasi kanssa!*