



Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry yhteistyökumppaneineen järjestää erityislapsiperheille suunnattua toimintaa keväällä 2026 - tervetuloa yli kuntarajojen!

Erityislasten vanhempien vertaistukiryhmä Keravalla

Maanantaisin 12.1., 26.1., 9.2., 23.2., 9.3., 23.3., 20.4., 4.5. ja 18.5. klo 17.30–20

Onnilan tiloissa (kirjaston 2 krs.), os. Paasikivenkatu 12, Kerava

Onko perheessäs erityisen ihana lapsi? Vertaistapaamisissa erityisten lasten perheet pääsevät tapaamaan toisiaan ja jakamaan kokemuksia. Mukaan voi tulla niille kerroille, jotka itselle sopivat. Ryhmä järjestetään yhteistyössä Onnilan kanssa ja sitä ohjaavat vapaaehtoiset Eve ja Krista. Pyrimme järjestämään tarvittaessa maksuttoman lastenhoidon iltoihin, **varmistathan tämän etukäteen** Onnilan koordinaattoreilta. Marika: puh. 044 766 1811 ja Hannele: puh. 044 364 5302.

Erityislapsiperheiden vertaisillat Mäntsälässä

Tiistaisin 24.2., 31.3., 28.4. sekä 26.5. klo 17.30–19

Metsätontun perhetuvalla, os. Keskuskatu 21, Mäntsälä

Vertaistapaamisissa erityistä tukea tarvitsevien lasten perheet pääsevät tapaamaan toisiaan ja jakamaan arjen kokemuksia. Mukaan voi tulla niille kerroille, jotka itselle sopivat. Toiveesta ryhmään voidaan pyytää vierailijoita tai asiantuntijoita. Ryhmätoiminta järjestetään MLL Mäntsälän yhdistyksen, Mäntsälän kunnan Metsätontun perhetuvan ja Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry:n kumppanuudella. Tervetuloa mukaan vanhemmat/huoltajat itsekseen tai yhdessä lasten kanssa - yli kuntarajojen! **Ei ennakkoilmoittautumisia, lisätietoja:** heidi.puumalainen@omaisoiva.net / puh. 0503066812

UUTTA! Liikuntaseikkailut – tapahtumaillat erityistä tukea tarvitsevien lasten perheille

- **Torstaina 5.3. klo 17.30–19 Tuusulassa, Riihikallion koulu, os. Pellavamäentie 15**
- **Tiistaina 12.5. klo 17.30–19 Järvenpäässä, Oinaskadun päiväkodin liikuntasali, os. Vanha yhdystie 25**

Tervetuloa liikuntaseikkailun maailmaan yhdessä koko perheen voimin! Tapahtumassa lapsilla on mahdollisuus kokeilla hauskoja ja monipuolisia harjoitteita, jotka tukevat motorisia taitoja ja toimintakykyä. Samalla perheet pääsevät viettämään iloisen ja liikunnallisen hetken yhdessä.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset Tuusulan tapahtumaan ma 2.3. mennessä ja Järvenpään tapahtumaan to 7.5. mennessä: heidi.puumalainen@omaisoiva.net / puh. 050 3066812.

Liikuntaseikkailut järjestetään yhteistyössä Keusoten koordinoiman Hyvinvoiva omaishoitoperhe -hankkeen kanssa, joka saa sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta.

Ennakkotieto: Hyvä arki läheishoitoperheessä - tapahtuma Järvenpäässä

lauantaina 18.4. klo 10–14 välillä

Myllytien toimintakeskuksen eri tiloissa, os. Myllytie 11 (kulku takapihan C-ovesta)

Monipuolinen tapahtumapäivä kaikenikäisille läheishoitoperheille, soveltuu erityisesti erityistä tukea tarvitsevien lasten perheille. Suunnitelmissa mm. tietoisuuksia, Nalle-neuvola, soveltavan liikunnan kokeilumahdollisuuksia, moniaistinen rentoutustila, pientä tarjoilua ja paljon muuta. **Lisätietoja ja ennakkoilmoittautumiset heidi.puumalainen@omaisoiva.net** (puh. 0503066812) *Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Keusoten koordinoiman Hyvinvoiva omaishoitoperhe -hankkeen kanssa, joka saa sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta*

Tapaukmat jatkuvat kääntöpuolella →

Hyvänmielen elokuvaelämys Nurmijärven kirkonkylällä

Lauantaina 9.5. (päivänäytös)

Kino Juha, os. Keskustie 7, Nurmijärvi

Nurmijärven elokuvateatteri kutsuu läheis- ja omaishoitoperheet kanssamme etuhintaiseen elokuvaan. Elokuvatapahtuman tarkemmat tiedot, kuten kellonaika, lipun omavastuuhintaa ja valittu elokuva tarkentuvat kevään ohjelmiston julkaisun myötä. Elokuva tulee olemaan kotimainen koko perheen elokuva, ja kyseessä on yksityisnäytös. Yhdistyksen tapahtumaan ovat tervetulleita mukaan eri kunnista kaikenikäiset omaishoitajat yksin tai yhdessä hoidettavan läheisen tai koko perheen kanssa. Leffaherkkujakin voi halutessaan ostaa omakustanteisesti elokuvateatterin kioskista. **Ilmoittautumiset 2.5. mennessä:** heidi.puumalainen@omaisoiva.net (puh. 0503066812). *Laitamme tapahtuman vahvistuneet tiedot ilmoittautumisten yhteydessä.*

Sydänlämpöinen Kungsbackan kotieläinpihavierailu

Lauantaina 6.6. klo 11 alkaen

Kungsbackan Kotieläinpiha, os. Sikiläntie 609, 07280 Ilola

Tervetuloa omin kyydein koko perheen voimin kanssamme yhdistyksen kotieläinpihavierailulle ulkoilemaan ja ihaillemaan eläimiä. Varaamme janojuomaksi mehua, ja nuotiossa palaa tuli varaamillamme pienille grillattaville. Alkuopastuksen jälkeen luvassa rentoa omatoimista aikaa nauttia maatilan tunnelmasta. Kotiinlähtö omien aikataulujen mukaan. **Lisätiedot mahdollisesta omavastuuhinnasta ja tarkemmasta aikataulusta ilmoittautumisten yhteydessä torstaihin 28.5. mennessä:** heidi.puumalainen@omaisoiva.net / puh. 050 306 6812. *Ryhmävaraukseen on mahdollista ottaa maksimissaan 20 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä.*

Ennakkotieto: Iloa ja iltapalaa – vertaisilta erityislapsiperheille Nurmijärvellä

Torstaina 17.9. klo 16.30–19.30

Nurmijärven seurakuntakeskuksen tiloissa, os. Kirstaantie 5–7, Nurmijärvi

Lämpimästi tervetuloa rentoon ja maksuttomaan lapsiperheiden vertaisiltaan ja istahtamaan iltapalalle. **Ilmoittautumiset erityisruokavaliointeen toimistosihteeri Taina Rauhalalle sunnuntaihin 13.9. mennessä taina.rauhala@evl.fi**

Ennakkotieto: Liikkeelle SuperPark Sveitsiin Hyvinkäälle

Maanantaina 19.10. klo 17–20

SuperPark Sveitsi, os. Härkävehmaankatu 4, Hyvinkää

Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry ja Uudenmaan epilepsia yhdistys ry järjestävät yhteistyössä erityislapsiperheiden liikunnallisen illan SuperParkissa. Liikuntapuisto on varattu vain meidän käyttöömmek. Sopii myös liikuntaesteisille. Tilaisuus on maksuton. Yhdistykset tarjoavat sisäänpääsymaksun, omakustanteisesti voi ostaa pientä purtavaa. Alueella on maksuton pysäköinti. Hyvinkään rautatieasemalta pääsee paikallisbussilla suoraan Viihdekeskuksen ovelle. Tervetuloa! **Lisätietoja ja ennakoilmoittautumiset** heidi.puumalainen@omaisoiva.net / puh. 0503066812

Tervetuloa mukaan yhdistyksemme kaikenikäisille suunnattuun muuhunkin toimintaan!

KEVÄTKAUDEN KAIKKI TAPAHTUMAMME JA LISÄTIETOJA

Internetsivuiltamme: www.keskiuudenmaanomaishoitajat.fi

Facebook - ja Instagram-sivuiltamme: Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry

Yhdistyksemme työntekijöiltä: Heidi Puumalainen, puh. 0503066812 ja Päivi Suutari, puh. 0503203962, etunimi.sukunimi@omaisoiva.net