V Yhteystiedot

Heidi Pukkila

Vastaava ohjaaja (hoitovapaalla) Neuropsykiatrinen valmentaja p. 040 558 7598 heidi.pukkila@omapolku.fi

Nina Tikkanen

Ts. vastaava ohjaaja Neuropsykiatrinen valmentaja p. 040 708 4030 nina.tikkanen@omapolku.fi

Niina Piira

Yksilö- ja ryhmävalmentaja p. 040 558 7598 niina.piira@omapolku.fi

Hanna Untala

Neuropsykiatrinen valmentaja p. 040 146 9555 hanna.untala@omapolku.fi







Neuropsykiatrista ohjausta, valmennusta ja vertaistukea

Tietoa Omavoimasta

Omavoima tarjoaa

järjestölähtöistä matalan kynnyksen ohjausta ja valmennusta sekä vertaistukea neuropsykiatrisia oireita omaaville yli 15-vuotiaille pirkanmaalaisille henkilöille. Yläikärajaa ei ole.

Omavoiman tuki on tarkoitettu

neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaaville ihmisille. Yleisimpiä diagnooseja ovat Adhd, Add ja Asperger.

Omavoiman tuen piiriin voi hakeutua

ilman lähetettä ja myös ilman virallista diagnoosia itse ohjautuen tai työntekijän yhteydenotolla. Omavoiman työntekijät kartoittavat yhdessä asiakkaan kanssa tukimuotojen soveltuvuutta hänen tarpeisiinsa.

Omavoima on osa OmaPolku ry:tä. Omavoiman toimintaa rahoittaa Ray ja tukitoimet ovat asiakkaille maksuttomia.

Tarkempaa tietoa toiminnasta saa hankkeen nettisivuilta, facebook-sivuilta sekä työntekijöiltä.

Tukimuodot

Yksilövalmennus

on yli 18-vuotiaille tarkoitettu yksilöllinen ratkaisu- ja voimavarakeskeinen tukimuoto, joka tapahtuu pääasiallisesti tukikeskusteluiden muodossa. Valmennus on terapeuttinen ja kuntouttava työskentelytapa, jossa etsitään ratkaisuja ja vaihtoehtoja elämän haasteisiin.

Yksilövalmennuksen kesto on yleensä 3-24 kuukautta asiakkaan tarpeen mukaan.

Ryhmävalmennus

on yli 15-vuotiaille tarkoitettua ennaltaehkäisevää ja kuntouttavaa toimintaa, jonka tavoitteena on itsetuntemuksen ja sosiaalisten taitojen vahvistuminen. Intensiiviryhmät ovat tietyn teeman ympärille koottuja suljettuja pienryhmiä. Alkavista ryhmistä ja niiden hakuajoista tiedotetaan Omavoiman nettisivuilla.

Avoin vertaistukitoiminta

on vertaisille avointa säännöllistä ryhmätoimintaa, johon voi osallistua oman tarpeen mukaan. Vertaistuki perustuu samanlaisia asioita omaavien ihmisten tasa-arvoisuuteen, kuulluksi ja ymmärretyksi tulemiseen sekä kohtaamiseen ja keskinäiseen tukeen. Vertaistukiryhmät ovat joko vertaisten tai työntekijöiden ohjaamia.