

**ESPOO
ESBO**

omnia
aikuisopisto

Vanhusten
vapaaehtoistoiminnan hanke:
Espoon kaupunki ja
Omnia aikuisopisto

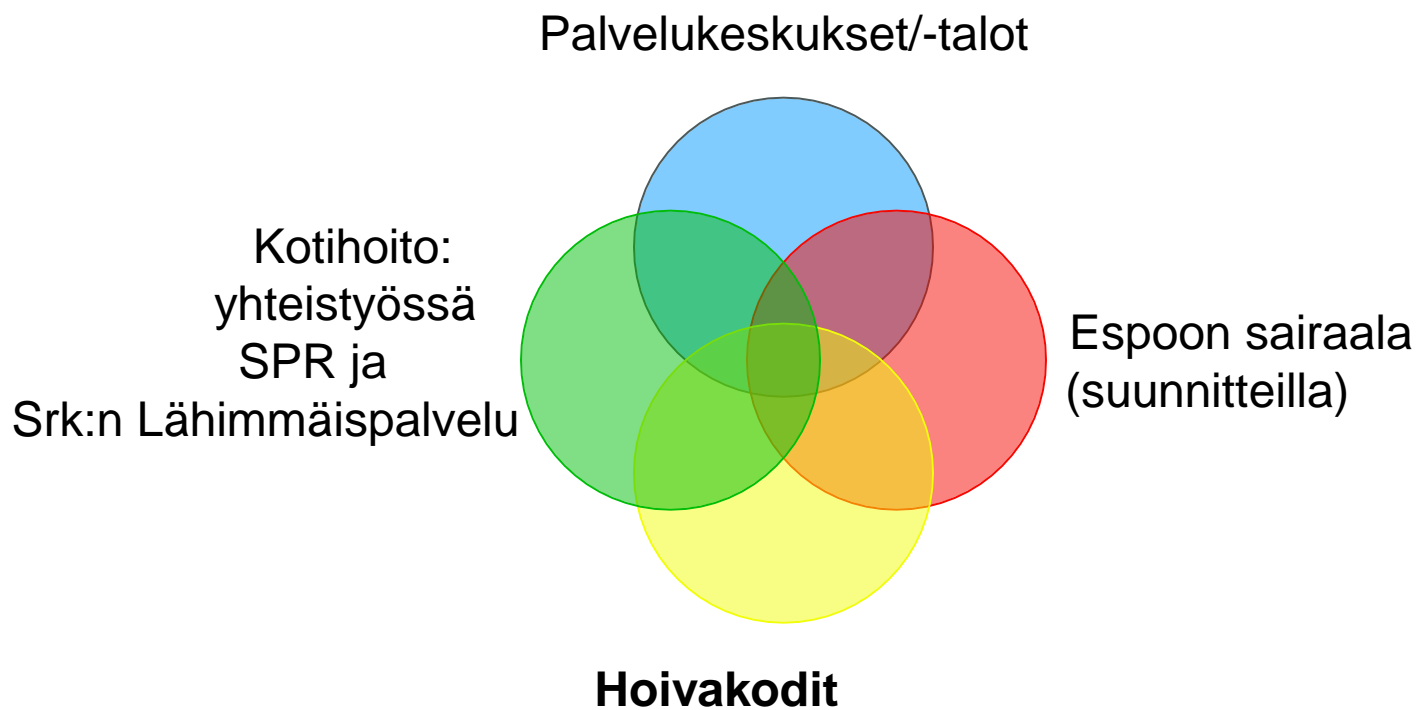


Opiskelijoiden perehdytys 19.8.2010

Espoon kaupunki / Vanhusten palvelut
Vapaaehtois- ja ryhmätoiminnan koordinointi ja kehittäminen
Kirsi Koivula 2010



Vapaaehtoistoiminnan kenttä Espoon kaupungin vanhusten palveluilla





ESPOO
ESBO

Palvelutalot/-keskukset, hoivakodit, sairaala

Palvelutaloissa asuu ikäihmisiä, jotka tarvitsevat ympärivuorokautista apua.

Palvelukeskukset ovat senioreiden kohtaamispaikkoja, jonne voi tulla ruokailemaan, harrastamaan, viettämään aikaa ja osallistumaan virkistys-, kulttuuri- ja liikuntatoimintaan.

Kotihoidon palveluilla tuetaan asiakkaan kotona selviytymistä.

Kaupungilla on **hoivakoteja** runsaasti apua tarvitseville ikäihmisille ja jo työikäisenä vammautuneille.

Espoon sairaalaan kuuluvat Puolarmetsän sairaalan geriatriset kuntoutusosastot, terveyskeskuksen akuuttihoito-osastot Jorvissa ja avosairaanhoidon yksikkö, joka sisältää Muuralan päiväsairaalan, kotisairaalan ja geriatrisen poliklinikan toiminnot.





ESPOO
ESBO

Mitä vapaaehtoistoiminta on?

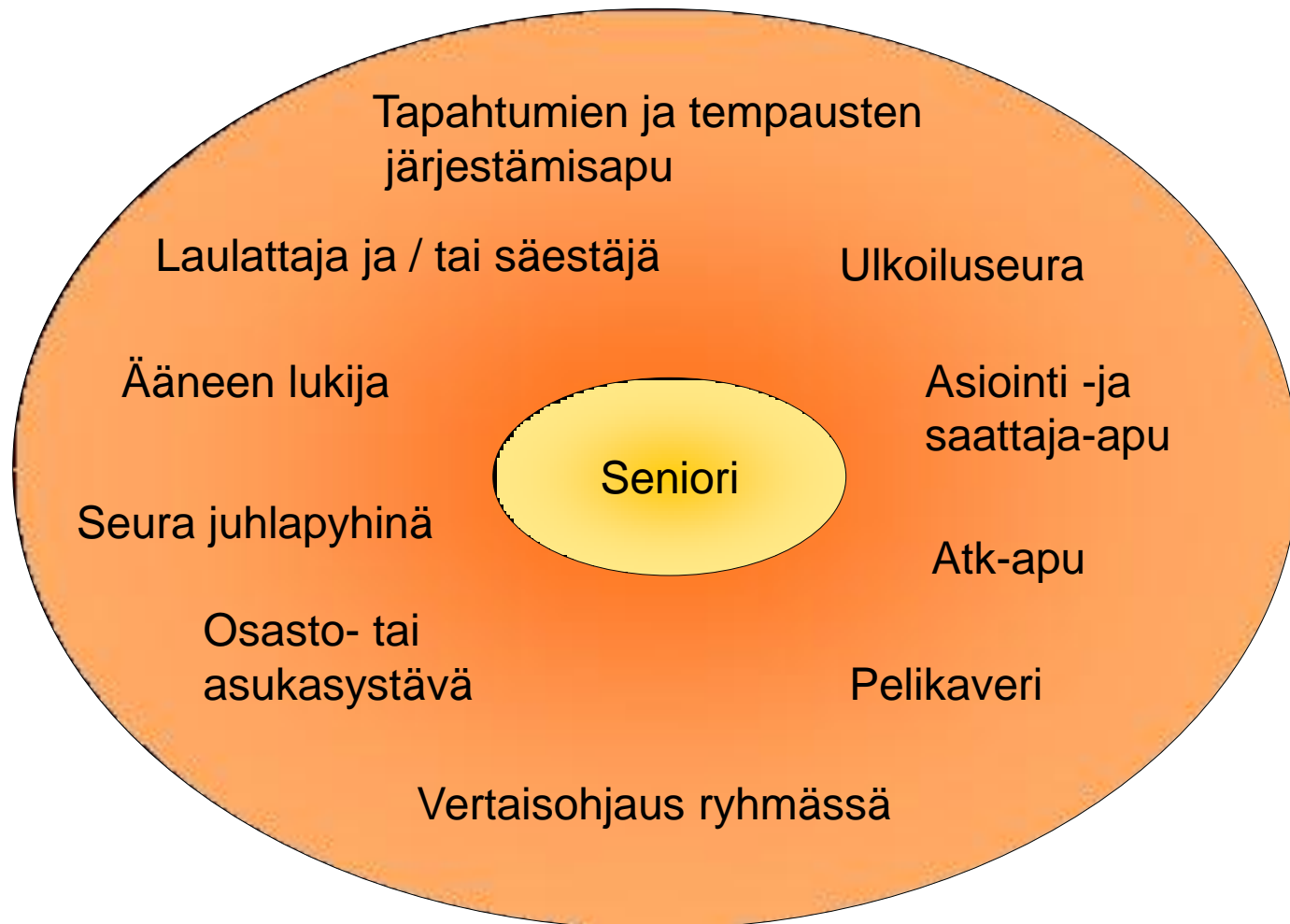
- Vapaaehtoistoiminta on yksittäisten ihmisten ja yhteisöjen hyväksi tehtyä toimintaa, josta ei saada rahallista korvausta.
- Tehdään ilman pakkoa ja ilman velvollisuutta perhettä tai sukua kohtaan.
- Vapaaehtoistoiminta voidaan jakaa kolmeen alueeseen:
 - 1) vertaistoiminta
 - 2) palvelutoiminta (toisten auttaminen)
 - 3) yhteiskunnallinen osallistuminen (kansalaisvaikuttaminen)





ESPOO
ESBO

Vapaaehtoistoiminnan tarjotin vanhusten palveluilla





ESPOO
ESBO

Vapaaehtoinen ystävöiminta

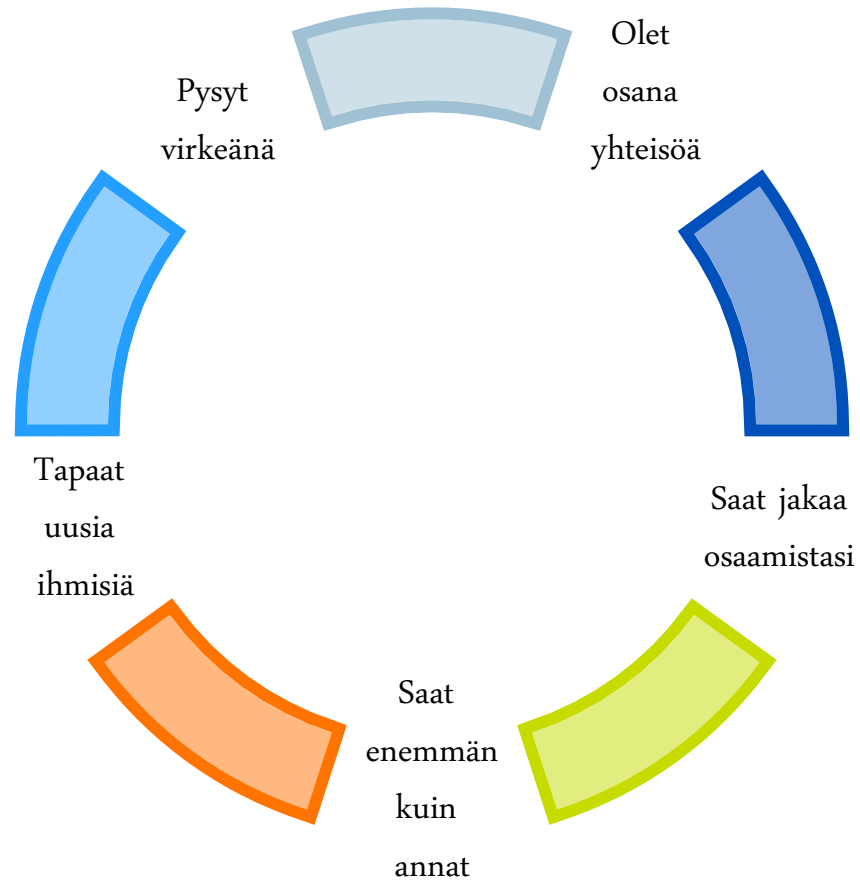
- Kuuntelu, keskustelu
- Kädestä pitäminen - > kosketus tuettavan ehdoilla
- Yhdessä ulkoilu
- Ajan antaminen
- Tuettavan yksinäisyyden lievittyminen
- Tuettava sekä vapaaehtoinen saavat sisältöä ja iloa päiväänsä





ESPOO
ESBO

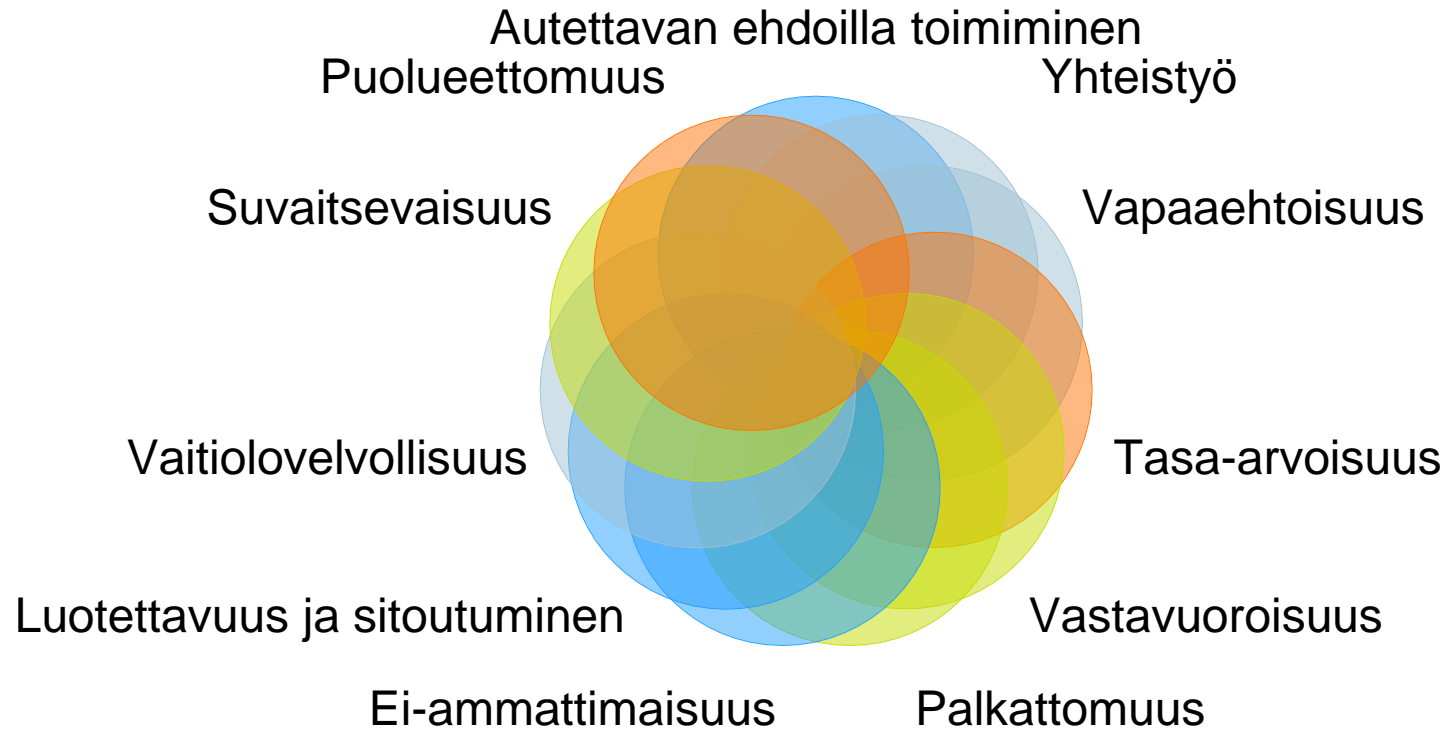
Miksi vapaaehtoiseksi?





ESPOO
ESBO

Vapaaehtoistoiminnan periaatteet





ESPOO
ESBO

Vapaaehtoistoiminnan periaatteista

- **Vapaaehtoisuus:** Henkilön oma tahto ja halu tehdä ja olla mukana toiminnassa.
- **Tasa-arvoisuus:** Vapaaehtoistoiminnassa kaikki osapuolet kohtaavat tasa-arvoisina.
- **Vastavuoroisuus:** Toiminnan tavoitteena on tuottaa hyvää mieltä kaikille siihen osallistuville.
- **Palkattomuus:** Palkkio on toiminnasta saatu hyvä mieli.
- **Ei-ammattimaisuus:** Vapaaehtoinen ei koskaan korvaa alan ammattityöntekijää.
- **Luotettavuus ja sitoutuminen:** On arvioitava omat voimavarat, jotta ei lupaa enemmän kuin jaksaa. Teet sen mitä lupaat ja ilmoitat, jos et pääse/pysty. Voit itse määrittellä kuinka pitkän ajan olet käytettävissä.
- **Vaitiolovelvollisuus:** Vapaaehtoinen on vaitiolovelvollinen eikä levittele saamiaan tietoja. Ongelmatilanteessa vapaaehtoisella on velvollisuus keskustella tilanteesta ammattilaisen kanssa.
- **Puolueettomuus:** Vapaaehtoinen ei asetu kenenkään puolelle.
- **Autettavan ehdoilla toimiminen:** Vapaaehtoinen ei voi tehdä päätöksiä kenenkään puolesta.
- **Yhteistyö:** Vapaaehtoinen toimii tuettavien, ammattityöntekijöiden, omaisten ja ystävien tukena ja kumppanina.





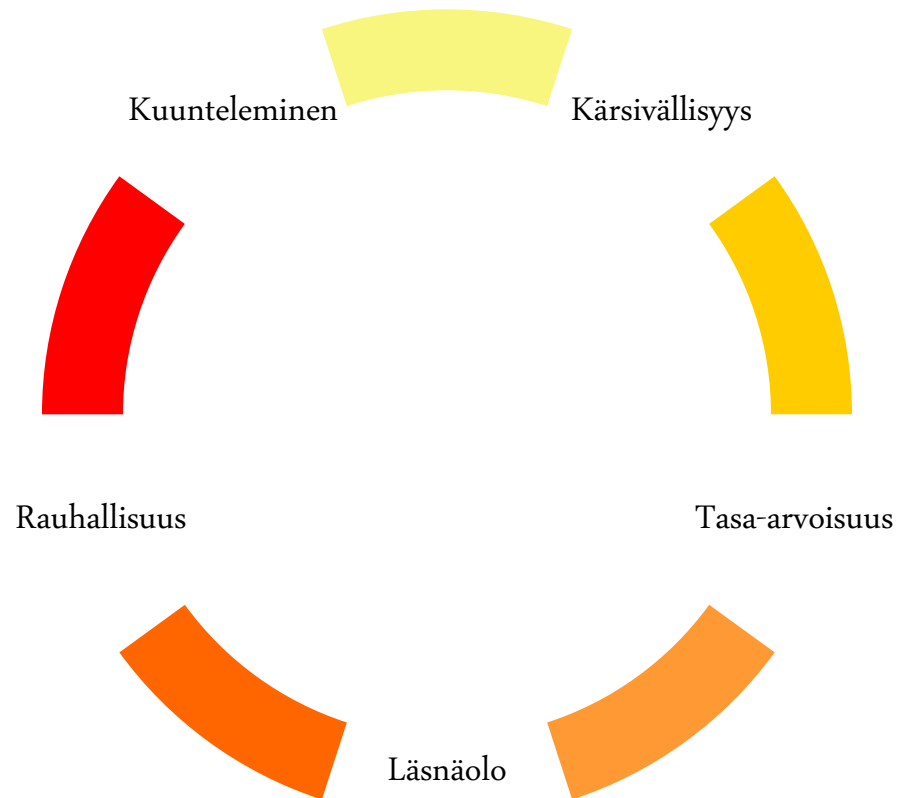
ESPOO
ESBO

Arjen käytännöt



- *Vaitiolovelvollisuus* koskee vapaaehtoisia: tuettavien nimistä ja asioista ei puhuta tehtävän ulkopuolella. Näistä asioista voi keskustella henkilökunnan ja opettajien kanssa.
- Kunnioitamme asukkaiden *yksityisyyttä*, huoneisiin mennään vain tuettavan tai hoitajan luvalla.
- Vapaaehtoiselle *eivät kuulu hoitotoimenpiteet eivätkä siirtymisissä avustamiset*.
- Vapaaehtoistoiminnasta *ei makseta palkkaa/korvausta*. Tuettavalta *ei voi ottaa vastaan rahaa eikä lahjoja*.
- *Kunnioitamme tuettavan vakaumusta, emme tuputa omaa uskonnollista tai poliittista vakaumustamme*. Uskonto ja politiikka ovat arkoja puheenaiheita, näistä keskustelemme vain tuettavan tehdessä aloitteen.
- (Vapaaehtoiset käyttävät *nimikylttiä*, jossa lukee vapaaehtoinen ja etunimi).
- **Jos vapaaehtoisena toimiessasi koet Sinua ahdistavia / koskettavia asioita ja haluat puhua niistä, ota yhteys joko hoitohenkilökuntaan ja / tai opettajaan tai vapaaehtoistoiminnan koordinaattoriin, puh. (09) 8163 1917.**

Ihmisen kohtaaminen – hyvä vuorovaikutus





ESPOO
ESBO

Muistihäiriöisen kohtaaminen

- Luo katsekontakti. Puhu selkeästi ja rauhallisesti.
- Esittele itsesi aina, kun saavut paikalle. Varaudu siihen, että tuettava ei muista sinua.
- Käytä lyhyitä lauseita ja iäkkäälle tuttuja sanoja.
- Tehosta puhetta eleillä. Näytä esimerkiksi kädellä tuoli, johon toivot hänen istuutuvan. Vältä äkkinäisiä liikkeitä ja toimi rauhallisesti.
- Anna positiivisia ohjeita. Vältä kieltoja ja älä-sanoja.
- Muista ystävällisen ilmeen ja hymyn merkitys.
- Menneet asiat ja muistot ovat hyviä keskustelun aiheita. Muistelu lisää arvostuksen ja hyvän olon tunnetta. Musiikki on myös erinomainen kommunikaatiokeino.
- Apuna voit käyttää valokuvia ja muita esineitä.
- Muistihäiriöisellä voi olla tarve koskettaa toista ihmistä esim. kättä tai päätä silittämällä, kosketus on heille tärkeää. Monet muistihäiriöiset pitävät esim. hiusten kampaamisesta ja kädestä pitämisestä, huomioithan aina tuettavan toiveet.



ESPOO
ESBO

Toimipisteiden yhteystiedot:

- **Aurorakoti** (os. 3, 4, 5):
Helena Kilpeläinen,
puh. 050-5202314
Osoite: Kuninkaantie 43
- **Esponlahden hoivakoti**
(3. krs):
Päivi Panula, Marjo
Rantakaulio
puh. (09) 8164 7630
Osoite: Merikansantie 4
- **Puolarkoti** (os. 4E):
Outi Karjalainen,
puh. (09) 8164 7351
(kanslia)
Osoite: Puolarinportti 1
- **Vapaaehtoistoiminnan
koordinaattori:**
Kirsi Koivula,
puh. (09) 8163 1917



ESPOO
ESBO

Entä, jos haluan projektin jälkeen jatkaa vapaaehtoisena...

- Ota yhteys toimipaikan yhteyshenkilöön, hän tekee kanssasi vapaaehtoistoiminnan sopimuksen ja ohjaa sinua.
- Voit kysyä lisää vapaaehtoistoiminnasta ja muista toimipisteistä vapaaehtoistoiminnan koordinaattorilta: kirsi.koivula@espoo.fi tai (09) 8163 1917.



ESPOO
ESBO

Tervetuloa vapaaehtoiseksi ja yhteiselle matkalle!

