

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Projektin taustaa, tavoitteet ja kohderyhmä</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Projektin toimintamuodot</b>	<b>2</b>
<b>2.1</b>	<b>Hyvinvointipiste</b>	<b>2</b>
2.1.1	Turvallisen kotona-asumisen tukeminen, Mellunmäki-pilotti	2
2.1.2	Opiskelijat hyvinvoinnin tukena	5
2.1.3	Vapaaehtoistoiminta voimavarana	8
2.1.4	Fyysisen toimintakyvyn tukeminen	10
<b>2.2</b>	<b>Verkostotoiminta</b>	<b>13</b>
2.2.1	OHOI-omaishoitajien toimintakeskus	13
2.2.2	Kuntoutusinfo- verkkolehti	13
2.2.3	Apuva-verkosto	14
<b>2.3</b>	<b>Tiedottaminen</b>	<b>14</b>
<b>2.4</b>	<b>Arviointi osana projektin toimintaa</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Projektin onnistumisen arviointia</b>	<b>15</b>
<b>4</b>	<b>Kiitokset yhteistyökumppaneille</b>	<b>17</b>

Lisämateriaalia löytyy projektin kotisivustolta osoitteesta:

<http://www.turvaverkko.net/>

sekä

<http://www.turvaverkko.net/turva/index.htm>



## **1 Projektin taustaa, tavoitteet ja kohderyhmä**

### **Taustaa**

Vanhusten tapaturmat, terveysriskit, turvattomuus, vaaratekijät sekä yksinäisyys aiheuttavat mittavasti fyysisiä, sosiaalisia sekä psyykkisiä haittoja, jotka tulevat yhteiskunnalle sekä vanhukselle itselleen erittäin kalliiksi.

Näitä haittoja ja tapaturmia kyetään ennaltaehkäisemään aktivoimalla ikäihmisiä itsenäiseen toimintaan mm. luomalla yhteisöllisyyttä sekä tukemalla heidän omatoimista elämäänsä. Vanhuksella on oikeus:

1. Turvalliseen ympäristöön sekä fyysiseen ja psyykkiseen turvallisuuteen.
2. Mahdollisuuteen elää ja liikkua pelotta omassa ympäristössään.
3. Saada apua mahdollisten vaara-, kriisi- ja tapaturmatilanteiden ennaltaehkäisyyn.
4. Kuulua hänen ympärillään olevaan yhteisöön.

### **Tavoitteet ja kohderyhmä**

Projektin päätavoitteena oli luoda yhteisöllinen turvamalli vanhuksille. Lisätavoitteina projektissa olivat:

1. Turvallisen kotona asumisen tukeminen ( mahdollistaa kotona asumisen pidempään).
2. Ennaltaehkäistä ja lieventää fyysistä sekä psyykkistä turvattomuutta ja niistä johtuvia lieveilmiöitä. (elämänlaadun heikentyminen: masennus, yksinäisyys, syrjäytyminen )
3. Ennaltaehkäistä tapaturmia ja terveysriskejä.

Projektin toiminta-alueena oli pääasiallisesti itä-Helsinki. Verkostotyön puitteissa toimintaa oli myös muualla Helsingissä. Projektin rahoittajana toimi Raha-automaattiyhdistys. Turvaverkko-projektin toiminnasta vastasi Itä-Helsingin lähimmäistyö Hely ry. Kohderyhmänä oli kotona sekä että palveluasunnoissa asuvat vanhukset.

Projektin esittely, kuvamateriaalia, toiminnot, toteutuksien arvioinnit sekä kuvaukset löytyvät osoitteesta: <http://www.turvaverkko.net/>



## 2 Projektin toimintamuodot

### 2.1 Hyvinvointipiste

Hyvinvointipiste tarjosi asiakkaalle ennaltaehkäiseviä palveluja. Palvelut olivat pääsääntöisesti joko asiakkaaseen itseensä tai asiakkaan ympäristöön kohdistuvaa toimintaa. Edellä mainittu käsittää oman fyysisen hyvinvoinnin ylläpidon ja jälkimmäinen painottuu asiakkaan kotiympäristöön, turvallisuuteen ja sosiaalisiin verkostoihin.



Asiakastyön viitekehystenä toimivat eettiset periaatteet, jotka perustuvat kansainvälisen sosiaalityöntekijäjärjestö IFSW:n eettiseen ohjeistoon. Hyvinvointipisteen toiminta-ajatuksena olivat asiakaskeskeisyys, ehkäisevä toiminta, varhainen havaitseminen, matala kynnys, verkostoituminen sekä alueellisuus.

#### 2.1.1 Turvallisen kotona-asumisen tukeminen, Mellunmäki-pilotti

##### Tavoite ja kohderyhmä

Mellunmäki-pilotin tavoitteena oli turvallisen kotona asumisen tukeminen, sosiaalisten sekä liikunnallisten toimintamuotojen löytäminen ja vapaaehtoistoiminnan kehittäminen. Kohteena oli Helsingin kaupungin sosiaaliviraston omistama vanhusten palvelutalo, joka muutettiin vanhus-ten asuintaloksi vuonna 2005. Muutoksen jälkeen taloon ei jäänyt pysyvää henkilökuntaa ja talossa tuotetut palvelut päättyivät. Talo siirtyi yksityiselle kiinteistöyhtiölle. Talon iäkkäät asukkaat tunsivat turvattomuuden tunnetta tapahtuneen muutoksen johdosta. Pilotissa oli mukana 32 asukasta. Keski-ikä 82 vuotta.

##### Toimintamallin toteutus

Itä-Helsingin lähimmäistyö Hely ry:n (myöhemmin Hely ry) hallinnoima Turvaverkko-projekti otti yhteyttä Itäiseen sosiaali- ja lähityön yksikköön ehdottaen yhteistyötä tilanteen helpottamiseksi. Yhdessä laadittiin toimintasuunnitelma sekä tehtävänjako. Tämän lisäksi suunniteltiin tilastointi- sekä arviointimenetelmät. Toimintamalli toteutettiin vuonna 2006. Talon asukkaille tarjottiin mahdollisuus osallistua fysioterapeutin tekemään fyysisen toimintakykyyn arviointiin (toimintakykyyn arviointi oli myös tapa päästä koteihin ja tavoittaa todelliset avuntarvitsijat). Toimintakykyyn



arviointiin sisältyi voimavarojen kartoitus (mm. ravinto, uni, muisti, turvallisuuden tunne). Tätä varten pilotille luotiin oma toimintakyvynarviointilomake, joka sisälsi myös voimavaramittarin.

Fysioterapeutti kartoitti toimintakyvyn lisäksi asumisen epäkohtia (apuvälineet, kodin turvallisuus ja mahdolliset muut epäkohdat). Toimintakyvyn arvioinnin ohessa esiin tulleet sosiaali- tai terveysongelmat informoitiin lähityöntekijälle, joka järjesti asian itse tai ohjasi asiakkaan eteenpäin asianmukaiselle taholle. Kuukauden välein työryhmä kokoontui arvioimaan toimintaa sekä käsittelemään asiakkaille tehtäviä toimenpiteitä.

Yleisempiä tehtyjä toimenpiteitä olivat: kodin turvallisuuteen liittyvät toimet, apuvälinehankinnat sekä ohjaus ja neuvonta toimintakykyyn liittyvissä asioissa. Asukkailla ilmeni myös avuntarvetta toimeentuloon sekä terveyteen liittyvissä asioissa. Työryhmä järjesti talossa teematapahtumia ja ryhmätoimintoja. Lisäksi kehitettiin vapaaehtoistoimintaa. Pilotin päätyttyä kaikki osallistujat laativat yhdessä loppuarvioinnin toiminnasta.

### **Vastuualueet ja yhteistyötahot**

Työjako ja vastuualueet määriteltiin mahdollisimman selkeästi. Hely ry:n projektisihteeri vastasi kokonaisuuden suunnittelusta, koordinoinnista sekä dokumentoinnista Hely ry:n osalta. Lisäksi hänelle kuului toimintaan osallistuminen sekä toiminnasta kertovan Web-sivuston rakentaminen. Fyysisen toimintakyvyn osa-alueesta vastasi Tmi: Fysioterapeutti Nina Hiekkänen, jolta turva-verkko-projekti osti palvelun. Hänen tehtäviinsä kuului projektitiimiin kuulumisen lisäksi toteutuksen suunnittelu yhdessä projektisihteerin kanssa, kotikäynnit, koulutus, apuvälinehankinnat sekä toimintakyvynarviointit. Itäisen sosiaali- ja lähityön yksikön sosiaaliohjaaja vastasi yksilö- ja yhteistyöstä sekä yhteydenpidosta viranomaistahoihin. Vapaaehtoistoiminnan kehittämisestä vastasi Helsingin kaupungin Vapaaehtoistyön keskus VaTi. Tärkeäksi yhteistyökumppaniksi nousi Helsingin kaupungin Myllypuron sairaalan apuvälinelainaamo. Sen avulla saatiin nopeasti ja joustavasti apuväline-asiat hoidettua.





## Tuloksia ja arviointia

Kotona asumista uhkaavia tekijöitä kyettiin poistamaan tai vähentämään suurimmalta osalta asukkaista. Asukkailla on nyt käytössään asianmukaiset apuvälineet. Koteihin hankittiin suihku-tuoleja, wc-korotuksia, liukuestemateriaalia sekä muuta turvalliseen asumiseen tarvittavaa materiaalia. Liikkuminen kotona tehtiin ergonomisesti mahdollisimman helpoksi. Kiinteistöyhtiö osti kaikkiin asuntoihin ja yleisiin tiloihin palohälyttimet. Asukkailla on myös mahdollisuus ostaa edullisesti perinteinen turvapuhelinpalvelu.

Kokeilun aikana löydettiin asukkaita, joilla ei ollut riittävää toimeentuloa tai tarpeellisia palveluja. Heidän asiansa hoidettiin kuntoon ennen elämän kriisiytymistä. Talossa syntynyt yhteisöllisyyden tunne lisäsi tasa-arvoa, vuorovaikutusta ja yhteenkuuluvaisuutta. Yhteisöllisyys toteutui muun muassa yhdessä tekemisessä sekä osallistumisena yhteisten asioiden hoitoon. Asukkaat alkoivat ottaa vastuuta itsestään sekä muista asukkaista. Yhteisöllisyys vähensi turvattomuuden tunnetta, lisäsi arkielämän mielekkyyttä, poisti yksinäisyyttä ja aktivoi osallisuuteen.

Pilotin mukaan iäkkäiden asukkaiden turvallisuuden tunnetta, turvallisuutta sekä toimintakykyä lisäävät seuraavat asiat:

1. Asukkaalle on järjestetty hyvät turvaratkaisut omassa kodissaan.
2. Asukkaalle on järjestetty riittävät apuvälineet sekä opastus niihin.
3. Esteetön ympäristö ja viihtyisä piha.
4. Nimetty henkilö johon vanhus voi tarvittaessa ottaa yhteyttä.
5. Nimetty henkilö joka seuraa selviytymistä, koordinoi sekä delegoi tehtävät muille ammattiryhmille.

Pilotti osoitti että tämänkaltainen moniammatillinen yhteistyö palvelee hyvin iäkkäiden tarpeita. Yhteistyö ja eri ammattiryhmien osaamisalueet ovat tarpeellisia luomaan toiminnallisesti sekä henkisesti turvallisen asuinympäristön.

Toimenpiteet, aikataulut, mainonta sekä verkostot suunniteltiin huolella etukäteen. Toimintaa varten suunniteltu, selkeä ja kuvaava tilastointi toimi käytännön työn tukena. Epäkohtana voi mainita sen, että pilotissa ei osattu ennakoida kokonais-





työmäärää aivan oikein. Myös pilottiin varattu aika laskettiin alakanttiin. Syiksi voi mainita että apuväline- sekä kodinturvallisuusasiat veivät paljon enemmän aikaa kuin oli osattu ajatella. Lisäksi kotikäynnit poikivat monia lisäkäyntejä asiakkaan luokse.

Yhteistyö verkoston kanssa sujui tehokkaasti. Yhteistyökumppaneiksi oli osattu valita oikeat tahot. Valitettavasti Helsingin kaupungin kotihoidon edustajaa ei saatu mukaan tiimiin, mutta häneenkin saatiin toimiva väylä sosiaaliohjaajan kautta. Selkeä työnjako, säännölliset arviointi- kokoukset sekä kumppanien sitoutuminen toimintaan myös organisaatiotasolla mahdollisti onnistuneen lopputuloksen. Mallia on kehitetty edelleen ja sitä on toteutettu Helsingissä sijaitsevassa Veteraanitalossa.

Toiminnan kuvaus: <http://www.turvaverkko.net/turva/mellu.pdf>

## 2.1.2 Opiskelijat hyvinvoinnin tukena

### Tavoite ja kohderyhmä

Päätavoitteena oli että lähihoitajaopiskelijat oppivat huomioimaan ikääntyvän asiakkaan avun- tarpeen ja hyvinvoinnin kokonaisvaltaisesti. Haluttiin myös antaa opiskelijoille mahdollisuus perehtyä kolmannen sektorin tuottamaan toimintaan sekä Helsingin kaupungin vapaaehtoin- nankeskuksen VaTin vapaaehtoistoimintaan. Lisätavoitteena haluttiin myös tuoda esille positiivista näkemystä vanhustyötä kohtaan "Vanhustyön ei tarvitse olla tylsää". Kohderyhmänä olivat Helykotien asiakkaat sekä muut itähelsinkiläiset vanhukset.

### Toimintamallin toteutus

Vuoden 2004 alussa turvaverkko-projekti otti yhteyt- tä Helsingin Diakoniaopistoon ja ehdotti yhteistyöko- keilua. Diakoniaopisto halusi lähteä mukaan kokei- luun ja keväällä laadittiin yhteinen arviointi- ja toimin- tasuunnitelma jaksolle.

Jakso toteutettiin ajalla elokuu – joulukuu 2004. Elo- kuussa opettajat ja opiskelijat perehdytettiin Turva- verkko-projektin toimintaan. Opiskelijat toimivat kol-





messa ryhmässä ja ryhmät toimivat vuorollaan eri kohteissa. Jakso sisällytettiin opiskelijoiden opintosuunnitelmaan. Opiskelijoiden toimipaikkoina olivat Kontulan ja Myllypuron Helykodit, vanhusten asuintalo Mellunmäessä sekä Helsingin kaupungin Vapaaehtoistoiminnan keskus Vati (myöhemmin Vati). Jokaisessa toimipisteessä oli opiskelijoita varten nimetty ohjaaja. Toiminnasta sekä opiskelijoiden ohjauksesta vastasivat projektin vetäjät yhteistyössä oppilaitoksen aineopettajien kanssa.

Jakso toteutettiin koulun opintosuunnitelman mukaisesti, koska toteutettavat aihealueet korvasivat teorialunteja. Opiskelijat toteuttivat käytännössä seuraavia aihealueita: koti- ja laitoshoido, kotisairaanhoido, palvelujärjestelmät, kuntoutusmenetelmät, kolmas sektori ja verkostoituminen, ammatillinen kasvu, ammattietikka, avuntarve ja hoitaminen, ryhmän ohjaus ja luova toiminta.

Toteutuksessa pyrittiin löytämään mahdollisimman monipuolisia toimintoja. Tällä haluttiin näyttää että vanhustyön kentällä on muitakin mahdollisuuksia kuin pitkäaikaisosastot. Opiskelijoille annettiin mahdollisuus pitää Helykodeissa ohjatusti asiakasvastaanottoa. Asiakkaat saivat vastaanotolta verenpainemittausta, verensokerin mittausta sekä terveysohjausta. Lisäksi opiskelijat osallistuivat fysioterapeutin mukana fyysisen toimintakyvyn tukemiseen. Vatissa opiskelijat hoitivat vapaaehtoispäivystystä, järjestivät teematapahtumia, osallistuivat ryhmiin ja muuhun toimintaan. Mellunmäessä sijaitsevassa vanhusten asuintalossa järjestettiin terveyspäivä asukkaille.

### Esimerkki opiskelijoiden päivästä

#### **Ryhmä 1** Myllypuron Helykoti Asiakasvastaanotto

- verenpaineen mittausta
- verensokerin mittausta
- terveysohjausta
- asiakasseurantalomakkeen täyttäminen

Päivän loppuksi palautekeskustelu ohjaajan kanssa.

#### **Ryhmä 2** Mellunmäki/vanhusten asuintalo Terveyspäivä

- verenpaineen mittausta
- verensokerin mittausta
- ulkoiluhetki
- toimintakyvyn arvioinnit (mukana fysioterapeutti)

Päivän loppuksi palautekeskustelu ohjaajan kanssa.

#### **Ryhmä 3** VaTi Vapaaehtoistoiminta

- perehdytys
- puhelinpäivystys
- omaishoitajien ryhmä
- riimukurssi
- leipominen omaishoitajien juhlaan

Päivän loppuksi palautekeskustelu ohjaajan kanssa.



## Vastuualueet ja yhteistyötahot

Kaikki yhteistyötahot kuuluivat suunnittelu- sekä arviointityöryhmään. Taitoverkko-projektin projektisihteeri vastasi toiminnan koordinoinnista sekä dokumentoinnista Hely ry:n osalta. Lisäksi hän osallistui opiskelijoiden ohjaukseen sekä muuhun toimintaan. Hely ry/ Tmi: Fysioterapeutti Nina Hiekkänen vastasi fyysisen toimintakyvyn ohjauksesta ja koulutuksesta. VaTi:n vapaaehtoistyön koordinaattorille kuului opiskelijoiden ohjaus omassa toimipisteessään. Helsingin Diakoniaopiston opettajat koordinoivat ja ohjasivat opiskelijoiden toimintaa oppilaitoksen roolissa.

## Tuloksia ja arviointia

Arvioinnissa keskityttiin jakson tavoitteiden toteutumisen arviointiin, yhteistyön toimivuuden arviointiin sekä toteuttamistavan onnistumiseen. Suunnitteluvaiheessa sovittiin että opiskelijat tekevät jaksosta oppimiskansion arvioitavaksi. Arvioinnissa kiinnitettiin huomiota oppimisprosessin kuvaukseen ja itsearviointiin, aineiston sisältöön sekä perusteluihin aineiston valinnassa. Jakson loppuvaiheessa opiskelijoille jaettiin palautelomakkeet toiminnan arvioimiseksi. Luku-kauden lopussa jakson vetäjät, opettajat ja opiskelijat kokoontuivat yhteiseen loppuseminaariin sekä palautekeskusteluun.

Opiskelijoiden oppimiskansiot olivat monipuolisia ja niihin oli paneuduttu huolella. Opiskelijoilta saatu palaute oli pääasiassa hyvää. Opiskelijat kokivat että jakson järjestelyt olivat onnistuneet. Jakso oli heidän mielestään mielenkiintoinen ja käytännönläheinen. Moni koki saaneensa ”uutta potkua” opiskeluun. Muutamat oppilaista kaipasivat kuitenkin perinteistä hoitotyötä jaksolle enemmän. Lisäksi muutamat kokivat jaksolle perehdyttämisen jääneen liian lyhyeksi ajaltaan. Vanhuksilta saatu suullinen palaute oli myös hyvää. Aikataulu ja järjestelyt sujuivat suunnitelman mukaan. Järjestelyt olivat kuitenkin arvioitua työläämmät. Kokonaisuutena jakso oli innostava ja onnistunut kokemus.

Kehittämiskohteitakin löytyi. Toteuttamisessa ja suunnittelussa tuli kiire. Jakson toimintasuunnitelma laadittiin vasta keväällä kun se olisi ollut järkevää laatia jo vuoden alussa. Tämä johtui osittain koulun byrokratiasta sekä siitä että liik-





keelle oli lähdetty muutenkin lyhyellä varoitusajalla. Oppilaiden perehdyttämiseen olisi myös ollut hyvä varata enemmän aikaa. Yhteistyön toimivuudessa oli joitakin ongelmia. Vastuualueet olisi pitänyt määritellä oppilaitoksen kanssa tarkemmin. Jakso oli paljolti opettajien oman innostuksen varassa. Oppilaitos ei organisaationa sitoutunut asiaan mikä vaikeutti jatkomahdollisuuksia. Mahdollista jatkoa varten tarvitsisi resursseja myös oppilaitoksesta. Jakso vie paljon henkilötyötunteja ohjaajilta. Malli ei juurtunut käytäntöön.

Toiminnan kuvaus: <http://www.turvaverkko.net/turva/opiskelijat.pdf>

### 2.1.3 Vapaaehtoistoiminta voimavarana

#### Tavoite ja kohderyhmä

Tavoitteena oli kehittää yhtenäinen vapaaehtoistoiminnan malli palvelutaloihin: palvelutaloissa toimiva vapaaehtoispankki sekä vapaaehtoistoiminnan työkalupakki.

Kohteena olivat Helsingin itäisen ja kaakkoisen alueen palvelutalot. Lisäksi kohderyhmänä olivat palvelutalojen henkilökunta sekä asukkaat. Palvelutaloihin haluttiin saada mm. kerhoisäntiä, atk-oppaita, liikunta-avustajia, seuranpitäjiä sekä esiintyjiä.

#### Toimintamallin toteutus

Pilotti toteutettiin yhdessä Vanhusten palvelutaloyhdistyksen sekä Vatin kanssa. Toimintasuunnitelma pilotille laadittiin keväällä 2005. Hanke ei kuitenkaan edennyt täysin toimintasuunnitelman mukaisesti. Toimintaympäristössä tapahtui muutoksia eikä toteutusajankohta näin ollen ollut paras mahdollinen. Osa suunnitelmasta kuitenkin saatiin toteutettua ja toimintaa juurtui käytäntöön. Suunnitelman mukaan pilotti oli tarkoitus käynnistää aluksi 3 -5 palvelutalossa. Valittuihin palvelutaloihin olisi tehty yhtenäiset vapaaehtoistoiminnan perehdyttämiskansiot. Jokaisesta talosta olisi mallin mukaan valittu yksi työntekijä vapaaehtoistoiminnasta vastaavaksi.

Pilotin ajatus oli että jokainen palvelutalo sitoutuisi toimimaan samojen periaatteiden mukaisesti. Näin toimintamalli olisi jatkossa helppo siirtää uuteen taloon. Pilotin vetäjät toimisivat henkilökunnan sekä vapaaehtoisten tukena kunnes toiminta vakiintuisi. Pilotin käynnistäminen oli suunniteltu tapahtuvan seuraavasti:



### Vaihe 1

- ▶ Infotilaisuus palvelutalojen johtajille
  - pilotin toiminta- ajatus sekä vapaaehtoistoiminnan periaatteet
  - henkilökunnan sitouttaminen toimintaan
  - palvelutalojen omien tarpeiden kartoittaminen vapaaehtoistoiminnan suhteen.

### Vaihe 2

- ▶ Perehdytys palvelutalojen henkilökunnalle
  - vapaaehtoistoiminnan periaatteet
  - vapaaehtoistyöntekijä palvelutalossa
  - vapaaehtoisen opastus.

### Vaihe 3

- ▶ Vapaaehtoisten rekrytointi, tukeminen ja kurssitus

## Vastualueet ja yhteistyötahot

Toteutuksesta ja suunnittelusta vastasivat:

Itä-Helsingin lähimmäistyö Hely ry:n projektisihteerit (suunnittelutyöryhmä, dementia- koulutus sekä liikuntakoulutus). Vanhusten Palvelutaloyhdistys ry: projektityöntekijä (suunnittelutyöryhmä, kohderyhmän koulutus.) Helsingin kaupungin Vapaaehtoistyön keskuksen koordinaattori (suunnittelutyöryhmä, vapaaehtoistoiminnan koulutus ja ohjaaminen).

## Tuloksia ja arviointia

Pilotin tavoite toteutui pääosin, vaikka toteutus ei tapahtunut täysin suunnitelman mukaisesti. Osa käynnistysvaiheesta jäi toteuttamatta. Myöhemmin Vanhusten palvelutaloyhdistys toteutti mallin omissa palvelutaloissaan onnistuneesti.

Toteuttamista vaikeutti Helsingin kaupungin sosiaaliviraston organisaatiomuutos. Organisaatiomuutos aiheutti suuria henkilöstösiirtoja joiden vuoksi palvelutalojen johtajien sekä henkilökunnan kouluttaminen jäi toteutumatta. Lisäksi sosiaaliviraston alueellinen suurpiirijako muuttui ja yhteistyökumppanikin siirtyi fyysisesti sekä organisatorisesti muualle. Toiminta olisi ollut järkevää siirtää vuodella parilla eteenpäin. Resurssien puutteen vuoksi sitä ei kyetty tekemään. Vapaaehtoisia kuitenkin saatiin koulutettua ja heitä jäi mukaan toimintaan. Suurin osa heistä



toimii VaTin kautta alueen palvelutaloissa. VaTi myös kouluttaa heidät sekä toimii työnohjaajina. Hely ry:n yhteistyö VaTin kanssa on edelleenkin aktiivista ja uusia vapaaehtoistoiminnan muotoja kehitetään.

Toiminnan kuvaus: <http://www.turvaverkko.net/turva/vapa.pdf>

#### 2.1.4 Fyysisen toimintakyvyn tukeminen

##### Tavoitteet ja kohderyhmä

Tavoitteina olivat vanhusten fyysisen toimintakyvyn tukeminen sekä vanhusten turvallisen kotona asumisen tukeminen. Kohderyhmänä olivat Helykotien asiakkaat sekä muut itähelsinkiläiset vanhukset.

##### Toimintamallin toteutus

Fysioterapeutilla oli asiakasvastaanotto Helykodin Hyvinvointipisteessä Kontulassa. Vastaanottoa varten oli varattu yksi päivä viikossa. Vastaanotto toiminnan lisäksi fysioterapeutti teki kotikäyntejä asiakkaiden luokse sekä antoi konsultaatiota henkilökunnalle sekä yhteistyökumppaneille. Tehdyt toimenpiteet jakautuivat seuraavasti:

##### **Apuvälinetarpeen arviointi, suunnittelu, seuranta:**

Sisälsi apuvälinetarpeen arvioinnin, johtopäätökset sekä suunnitelman tai suosituksen siitä, millaista apuvälinettä asiakas tarvitsee ja mihin tarkoitukseen. Tämä sisälsi lisäksi myös seurannan siitä, miten suunnitelmat ovat toteutuneet ja vastasivatko apuvälineet asiakkaan tarvetta.

##### **Apuvälineen valinta ja hankinta:**

sisälsi apuvälineen valinta- ja hankintaprosessiin liittyvät tehtävät, mahdollisen sovituksen ja kokeilun sekä kokeilun perusteella tehdyn suositusten (mm. yhteydenotto palveluntuottajaan, kuljetus tai sen järjestäminen).





### **Apuvälineen lainaus, käytön ohjaus ja harjoittaminen:**

sisälsi apuvälineen luovuttamisen lyhyt- tai pitkäaikaiseen käyttöön ja tarvittavan käytön opastuksen tai käytön harjoittamisen.

### **Arvio elinympäristössä selviytymisestä:**

sisälsi arvion ja mahdollisen suosituksen asuin- ja elinympäristössä tarvittavista muutostöistä. Yhteistyötä tehtiin tarpeen mukaan muiden asiantuntijoiden kanssa. Arvion pohjana oli usein asiakkaan toimintakyvyn edellytysten arviointi (turvallisuusnäkökohdat, kaatumisonnettomuuksien ennaltaehkäisevät toimet).

### **Apuvälineen korjaus- ja huoltotehtävät:**

sisälsi pienet korjaus-, säätö- ja huoltotehtävät

### **Toimintakykyä edistävä ohjaus ja neuvonta:**

mm. liikeohjaus ja liikuntaohjaus

### **Koulutus**

Kohderyhmänä olivat alueen vanhukset, Hely ry:n henkilökunta sekä yhteistyökumppanit. Asiantuntijoina toimivat mm. Tmi: Nina Hiekkänen, Oriola, aluepoliisi, Mielenrauha Oy, Näkövammaisten keskusliitto, Helsingin Alzheimer-yhdistys ry. Koulutusaiheet:

1. Apuväline tarpeen arviointi, välineiden huolto ja hygienia
2. Aktivointi ja apuvälineet kotihoidossa (kurssi)
3. Näkö ja näön apuvälineet
4. Ryhdy apuvälinevastaavaksi (kurssi)
5. Tasapaino ja pystyssä pysymisen salat (kurssi)
6. Aktivointi dementiahoidossa, dementia ja lääkehoito
7. Vanhusten turvallisuus kotona ja ulkona
8. Henkilökunnan turvallisuus
9. Siirtymisen ergonomia ja hoitajan apuvälineet
10. Työssä jaksaminen

Lisäksi järjestettiin teematapahtumia, opiskelijaohjausta sekä ryhmätoimintaa.



## Tuloksia ja arviointia

Lähtöoletuksena oli että kysytyimmäksi toiminnaksi nousevat liikuntaohjaus ja toimintakykyyn arvioinnit. Oletus oli virheellinen sillä yllättäen apuvälinetarpeet nousivat suureksi osaksi toimintaa. Tämän lisäksi kotien turvallisuuspuutteet nousivat esille. Oli myös varauduttu siihen, että kohderyhmän tavoittaminen veisi aikaa. Kohderyhmä kuitenkin tavoitettiin odotettua nopeammin ja asiakkaitakin tuli odotettua enemmän.

Edessä oli uudelleensuunnittelua ja suunnanmuutos. Vastaanotto toiminnan painopiste muuttuikin kotikäynneiksi eikä yksi päiväkään aivan enää riittänyt. Apuvälinetarpeeseen kyettiin vastaamaan hyvin vaikka alun perin siihen ei oltu varauduttu siihen niin suuressa mittakaavassa. Onneksi fysioterapeutilla oli auto käytössään koska muuten olisi ollut edessä ongelmia. Asiakkaita asui pitkin Itä-Helsinkiä. Apuvälineitä kuljetettiin apuvälinekeskuksesta asiakkaille ja päinvastoin. Joskus vaati todellista mielikuvitusta saada mahtumaan kaikki apuvälineet auton takakonttiin.

Näkyvimpinä tuloksina voi mainita seuraavat: asiakkaille hankittiin asianmukaiset apuvälineet sekä ohjaus niiden käyttämiseen. Tapaturmia ehkäistiin kohentamalla kotien turvallisuutta. Tietoa apuvälineistä sekä kodin turvallisuudesta vietiin vanhuksille sekä omaisille. Koulutuspaketti: palvelutalojen jokaiseen yksikköön koulutettiin apuvälinevastaavat. Teemojen ja tapahtumien avulla saatiin yhdessä olemisen ja liikunnan iloista viestiä vietyä eteenpäin. Luotiin seuranta- ja dokumentointimenetelmä. Menetelmä toimi tilaston lisäksi arviointivälineenä koko projektin ajan.

Haasteita riittää vielä tulevaisuudessakin sillä toiminnan perusteella voi päätellä, että vanukset ja heidän omaisensa eivät osaa hakea eivätkä tiedä tarpeeksi apuvälineistä. Näyttää siltä että apuvälinepalveluja on kyllä hyvin saatavilla mutta niitä ei osata hakea. Asiakkailta löydettiin jopa vaarallisen huonokuntoisia apuvälineitä. Jonkinlainen ”apuvälinekoordinaattori” olisi tarpeellinen vanhusten sekä omaisten avuksi. Myös eräänlainen alueellinen apuvälineiden katsastuspäivä pitäisi järjestää säännöllisesti jotta apuvälineet pysyisivät kunnossa. Apuvälinetukea ei kyetä valitettavasti jatkamaan projektin päätyttyä. Tietoa saatavilla olevista palveluista jaetaan.

Toiminnan kuvaus: <http://www.turvaverkko.net/turva/fyysinen.pdf>



## 2.2 Verkostotoiminta

### 2.2.1 OHOI-omaishoitajien toimintakeskus

Hely ry on toiminut aktiivisesti alusta alkaen mukana Sosiaaliviraston koolle kutsumassa Ohoi-toiminnassa. Tavoitteena on ollut auttaa omaishoitajia jaksamaan paremmin arjessa. Toiminnassa oli mukana alueen järjestöjä sekä seurakunta. Turvaverkko-projektin projektisihteeri on ollut mukana toimintakeskuksen ohjaus- sekä tukiryhmässä kehittämässä toimintaa.

Vuoden 2005 aikana tukiryhmä päätti hakea Ohoi-toiminnalle Urban-rahoitusta joka myönnettiin syyskuussa 2005. Tällöin Sosiaalivirasto palkkasi projektityöntekijän vetämään hanketta. Verkosto toimii yhä mukana ohjaus- sekä tukiryhmässä.

Turvaverkko-projektin puitteissa järjestettiin Omaishoitajien toimintakeskuksen asiakkaille toimintakyvyn arviointeja, koulutuksia sekä ensitietoluentoja. Asiakkaila oli myös mahdollisuus saada tarvittaessa kotikäynti jossa arvioitiin kodin turvallisuus ja hoidettiin jatkotoimenpiteet.

Vuonna 2001 alkanut omaishoitajien OHOI-tukiryhmä on saanut työnsä päätökseen ja tehnyt visiostaan totta. Järjestöjen sekä sosiaaliviraston vapaaehtoisin voimin aloitettu toiminta sai päätepisteen vuonna 2007. Toiminnasta tuli osa Helsingin kaupungin sosiaaliviraston palvelutarjontaa. Näin yhteinen visio toteutui ja toiminta juurtui käytäntöön.

Toiminnan kuvaus: <http://www.turvaverkko.net/turva/ohoi.pdf>

### 2.2.2 Kuntoutusinfo- verkkolehti

Kuntoutuksen edistämisyhdistys kehitti vuonna 2005 ammatillisten verkostojen ja työntekijöiden tiedottamisen tehostamiseksi verkkokirjeen, Kuntoutusinfon Uutiskirjeen, joka on ilmestynyt kuusi kertaa marraskuun 2005 - joulukuun 2007 aikana. Turvaverkko-projektin projektisihteeri toimii lehden toimituskunnassa sekä on projektiryhmän jäsen.

Kirjeen levikki on tällä hetkellä lähes 300 tilaajaa. Artikkelit koskettavat sekä järjestömaailmaa että Helsingin kaupungin toimintaa.

Vuoden 2008 alusta Kuntoutusinfon Uutiskirje jatkoi ilmestymistään uudella nimellä KeyNet-Uutiskirje.

<http://www.keynet.fi/Ajassa/uutiskirje/default.aspx>



### 2.2.3 Apuva-verkosto

Apuva-verkosto oli projekteissa toimivien henkilöiden epävirallinen yhteistyö- ja avunantofoorumi. Ryhmä perustettiin vuonna 2005. Ryhmän koko oli rajattu. Uudet jäsenet kutsuttiin ryhmään. Tavoitteena oli arvioida ja kehittää yhteistyössä projektityöskentelyä sekä meneillään olevien projektien sisältöä. Apuva-ryhmä toimi myös jäsenten vertaistukena sekä työnohjauksellisena foorumina. Verkosto teki opintokäyntejä eri kohteisiin pääkaupunkiseudulla.



Verkostolla oli käytössään mm.virtuaalinen työtila Stakesin Sosiaaliportissa. Vuoden 2007 aikana toiminta hiipui. Osa verkoston jäsenistä vaihtoi työpaikkaa tai toimenkuva muuttui. Mukana toimivat Hely ry:n lisäksi Vanhusten palvelutaloyhdistys ry /projektitoiminta, Käpyrinteen palvelutalo /projektitoiminta, Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja läheiset Polli, Kantti ry sekä Kuntoutuksenedistämisyhdistys ry/projektitoiminta.

### 2.3 Tiedottaminen

Tiedottaminen oli merkittävä osa projektin toteuttamista. Sen avulla vauhditettiin hankkeen käynnistymistä ja tehostettiin yhteistyötä. Lisäksi tiedottaminen oli väline hankkeesta saatujen tuloksien tunnetuksi tekemiseksi. Tiedottaminen lisäsi myös toiminnan avoimuutta ja näkyvyyttä.

Turvaverkko-projektissa keskityttiin lähinnä sähköiseen tiedottamiseen. Se on edullista ja sen avulla tieto saadaan nopeasti esille. Internet-sivusto oli ja on yksi tärkeimpiä tiedottamisen välineitä. Tavoitteena on antaa kävijälle kokonaiskuva Turvaverkko-projektin toiminnasta, käytettyä materiaalista sekä tuloksista. Sivuston rakentamisessa on pyritty huomioimaan esteettömyys. Muina tiedotusvälineinä käytettiin esitteitä, lehtimainontaa sekä tapahtumissa näkymistä.

### 2.4 Arviointi osana projektin toimintaa

Projektin jokaiseen osa-alueeseen liittyi arviointi. Arvioinnin avulla seurattiin saavuttiko projekti sille asetetut tavoitteet (vastaako toteutus suunnitelmaa ja oliko toteutustapa sopiva). Projektin arviointimenetelmänä oli sisäinen arviointi ja välineinä olivat tilastointi, seurantalomakkeet, asiakaspalautteet, mittaustulokset sekä työntekijöiden itsearviointi. Projektissa arvioitiin saavuttiko projekti kohderyhmänsä ja saivatko asiakkaat tarvitsemansa tuen ja avun.



Tilastointi rakennettiin niin että se oli suora arvioinnin väline. Näin nähtiin heti mihin suuntaan projektissa on kuljettava ja mitä muutetaan. Osaprojekteille oli laadittu omat toiminta- ja arviointisuunnitelmansa.

Projektisihteeri on ollut mukana Järvi-hankkeessa kehittämässä arvioinnin työvälineitä. Hankkeesta saadaan lisäosaamista arvioinnin tehostamiseksi sekä toimintojen kehittämiseksi.

### **3 Projektin onnistumisen arviointia**

Projektin käynnistyessä toteutettiin Helsingin kaupungin sosiaalivirastossa suuri organisaatiomuutos. Projektin toimintaympäristö muuttui siltä osin täysin. Silloisen toimistopäällikön kanssa tehdyt suunnitelmat ja ennalta sovitut toiminnot hävisivät alta. Henkilöstö vaihtui suurilta osin, suurpiirijako meni uusiksi ja osastot muuttuivat.

Projektisuunnitelmassa sovitut yhteistyökuviot oli luotava uudelleen uusien esimiesten ja työntekijöiden kanssa mikä viivästytti ja hankaloitti projektin toiminnan käynnistymistä. Samoin toiminnot oli suunniteltava uudelleen. Projektille asetetut tavoitteet saavutettiin mutta hieman eri tavalla miten oli ajateltu. Kun kuviot oli luotu uudelleen niin toiminta käynnistyi hyvin. Toimintaan yritettiin saada mukaan myös alueen kotihoitoa mutta kotihoidon resurssipulan vuoksi se ei onnistunut. Suurta haittaa siitä ei seurannut sillä yhteydenpito sinne järjestettiin sosiaaliohjaajien kautta.

#### **Projektin onnistumista puolestaan edesauttoivat seuraavat tekijät:**

- Aktiivinen ja sitoutunut alueellinen yhteistyöverkosto.
- Etenkin sosiaaliviraston panos ja aktiivisuus toiminnassa oli erittäin tärkeä tekijä jotta saatiin näin hyviä tuloksia.
- Yhteistyöverkostosta löytyi "tuutoreita"joiden kanssa saattoi peilata ja arvioida toimintaa.
- Toimintasuunnitelmassa tavoitteet ja toteutusajatus oli laadittu selkeästi ja konkreettisesti.
- Ammattitaitoinen sekä yhteistyökykyinen henkilökunta.
- Johdon tuki toiminnalle.
- Hely ry on aluellaan tunnettu vanhusjärjestö joten yhteistyöhaluukutta löytyi ja kontakteja oli helppo luoda.
- Hely ry:llä on ennestään vankka projektitoiminnan kokemus.



- Järvi-hanke antoi eväitä oikeanlaiseen arviointitapaan mikä osaltaan edesauttoi tavoitteiden saavuttamista.

### Projektin tuomaa oppia:

- Verkostyössä on sovittava tarkkaan jokaisen roolit sekä sitoutuminen toimintaan.
- Sitoutumisen pitää tapahtua henkilökohtaisen sitoutumisen lisäksi myös organisaatitasolla.
- Suunnitteluun ja toteutukseen kannattaa varata kunnolla aikaa.
- Yllätyksiin kannattaa varautua.
- Arvioinnin pitää olla säännöllistä sekä suunnitelmallista jotta se tukee toimintaa.
- Syrjäytyneiden löytäminen tapahtuu parhaiten pääsemällä ihmisten koteihin niihin olosuhteisiin joissa he elävät.



### Projektin kantavat ohjenuorat :

- Pyörää ei tarvitse keksiä uudelleen mutta kaikkea voi kehittää.
- Järjettömyys on sitä kun tekee asioita yhä uudelleen ja uudelleen samalla tavalla ja odottaa eri tuloksia.
- Eteenpäin!" sano mummo ku suohon juuttu.
- Koskaan ei ole myöhäistä tehdä jotakin mikä tuottaa mielihyvää.
- Luovuutta ei kannata säästää eikä tietoa pihdata.



#### 4 Kiitokset yhteistyökumppaneille

- Helsingin kaupunki / Vapaaehtoistyönkeskus VaTi  
<http://www.hel.fi/vapaaehtoistyö/>
- Kuntoutuksen edistämisyhdistys ry /  
Ikäihmisten kuntoutusneuvola-projekti / kuntoutusinfo
- <http://www.keynet.fi>
- Helsingin sosiaalivirasto  
Itäinen vanhuspalvelujen sosiaali- ja lähityön yksikkö  
<http://www.hel.fi/sosv/vanhukset/sosiaalityo/ita/index.htm>
- Vanhusten palvelutaloyhdistys ry /projektitoiminta  
<http://www.vanhustenpalvelutaloyhdistys.fi/>
- Näkövammaisten Keskusliitto /senioripalvelut  
<http://www.nkl.fi/palvelut/seniori/yhteys.htm>
- Käpyrinteen palvelutalo /projektitoiminta  
<http://www.kapyrinne.fi/>
- Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja läheiset Polli ry  
<http://www.polli.fi/>
- Myllypuron terveysasema / apuvälinelainaamo
- Helsingin apuvälineyksikkö
- Helsingin Diakoniaopisto/ opiskelijatoiminta.  
<http://www.diak.fi/>
- Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto  
<http://www.valli.fi/>





Kiitos mielenkiinnosta Turvaverkko-projektia kohtaan