

Tampereen kaupungin
kotihoidon
kuvapuhelinpalvelun sisällöt

Terhi.koskinen@tampere.fi

Kuvapuhelinpalvelun ohjelmat

- Asiakkaana kotihoidon etähoivan asiakkaat
- Palvelu- ja hoitosuunnitelmaan kirjattu suunniteltuina etäkäynteinä (hoitajasoitto)
- Maksu määräytyy kokonaistuntimäärän ja tulojen mukaan
- Mahdollisuus osallistua kuvapuhelimen ohjelmiin
- Omaisyhteydet
- Kuvapuhelinpalvelun ohjelmien tavoitteena kotihoidon asiakkaan toimintakyvyn tukeminen ennaltaehkäisevänä palveluna
- Sisällöt suunnitellaan fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja kognitiivisen toimintakyvyn näkökulmasta
- Vuorovaikutuksellisia ja esityksellisiä ohjelmia ja ryhmiä
- Myös tallenteita
- Asiakkaiden toiveet huomioidaan

Psyykkinen toimintakyky

Liittyy elämänhallintaan, mielenterveyteen ja psyykkiseen hyvinvointiin:

- Arjen elämänhallinnan parantamista
- Mielekästä tekemistä
- Osallisuutta
- Yksinäisyyden tunteen karkottamista
- Turvattomuuden tunteen karkottamista
- Muistin aktivointia

Hengellisen toimintakyvyn tukeminen

- Tunnistetaan asiakkaan moraaliset ja uskonnolliset periaatteet
- Huomioidaan myös hengelliset tarpeet riippumatta kuuluuko johonkin uskontokuntaan tai ei

- Lähteet: Heikkinen, Jyrkämä & Rantanen 2013



Sosiaalinen toimintakyky

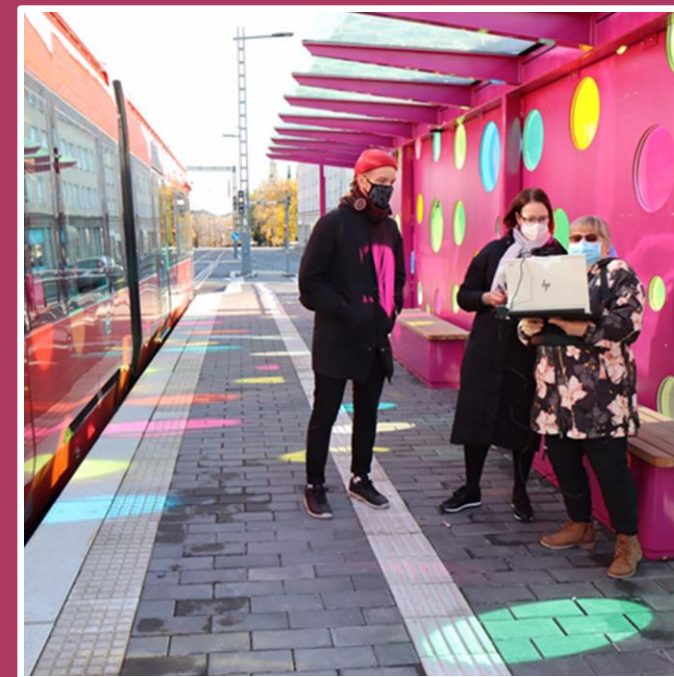
- Suoriutumista erilaisista rooleista ja olla toimijana yhteisössä ja ympäristössä:
 - Sosiaalisten suhteiden tukemista
 - Osallistumisen ja toimijuuden tukemista
 - Yhteisöllisyyttä
 - Ryhmään kuulumista
 - Arjen elämänhallinnan parantamista



Psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky

MITEN KUVAPUHELIMESSA:

- Omaisyhteydet
- Tiedon ja arjen kokemusten jakamista
 - Luennot lähitoreilta ja hyvinvointikeskuksesta: esim. ravitsemus, edunvalvontavaltuus
 - Erilaiset kokemukset palveluista tms. (siivous, ruokailu, liikkuminen...)
 - Tutustumista paikan päällä, esim. lähitorit (miten pääsee, henkilökunnan esittelyä, mitä palveluja saatavilla...)
 - Tutustumista asiakkaiden toivomiin kohteisiin (ratikka, museot, kauppahalli, Cafe Katto...)
- Muistin aktivoitua
 - Muistelut ja keskustelut
 - Erilaiset muistijummat, tietovisat
- Keskustelut ja ryhmätoiminnot
 - Mielihyvän löytämistä, onnistumiset esiin
 - Kuulumisia, ajankohtaisia ja mielessä olevia asioita
 - Aktivoita osallistujat mukaan
 - Ryhmään kuulumista ja vertaistukea
- Hengelliset ohjelmat
 - Srk:n ohjelmat
 - Hengelliset aamunavaukset
 - Raamatulliset tietovisat
 - Erilaiset hengelliset tallenteet



- Liittyy tarkkaavuuteen, toiminnanohjaukseen, havaitsemiseen ja tarkkaavaisuuteen, ajatteluun ja muistiin
 - Vaikeuksia muistia ja hahmottamista vaativista päivittäisistä toiminnoista (mm. pukeutuminen, ruoan laitto, kommunikointi toisten kanssa)
 - Uusien asioiden omaksuminen vaikeutuu, tutut sujuvat rutiinilla
 - Sairaudet (myös heikko ravitsemustila) heikentävät
 - Kasvojen ja ilmeiden tunnistamisen vaikeus
 - Vaikeus ymmärtää toisten tunteita ja ajatuksia
 - Yksityiskohtiin takertumista
 - Oman kehon hahmottaminen vaikeutuu (mm. tasapainoon ja liikkumiskykyyn)
- Kognitiivista toimintakyvyn heikkemistä voidaan hidastaa
 - Sosiaalisella, psyykkisellä ja fyysisellä aktiivisuudella
 - Mm. ystävien tapaamisella, uutisten katsomisella ja lukemisella
 - Aktiivisella toimintatavalla
 - Harrastuksilla
 - Ravitsemuksella ja unella
- Miten kuvapuhelimessa:
 - Omaisyhteydet ja erilaiset ryhmät
 - Kannustetaan, tuetaan asiakasta liikuntaan ja omatoimisuuteen
 - Muistijumpat, tietovisat ym.
 - Päivän peili –ohjelmassa keskustellaan päivän polttavat asiat ja uutiset
 - Kirjan lukua asiakkaiden toivomasta kirjasta
 - Luennot ja infotilaisuudet
 - Vierailut eri kohteissa



Fyysinen toimintakyky

Fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen liittyy

- Liikkumiskyvyn menetykseen
- Kaatumisriski lisääntyy
- Sosiaaliseen syrjäytymiseen
- Elämänlaadun heikkenemiseen
- Avuntarpeen lisääntymiseen

Miten kuvapuhelimessa:

- Fysioterapeutin tuolijumpat (lihaskuntoharjoitteet) lähitorilta
- Lähihoitajien kevyempi tuolijumppa
- Rentoutushetket
- Videot
- Luennot, tiedotus ja keskustelut aiheista: ravitsemus, apuvälineet, jalkineet, jne.
- Innostaminen liikuntaan



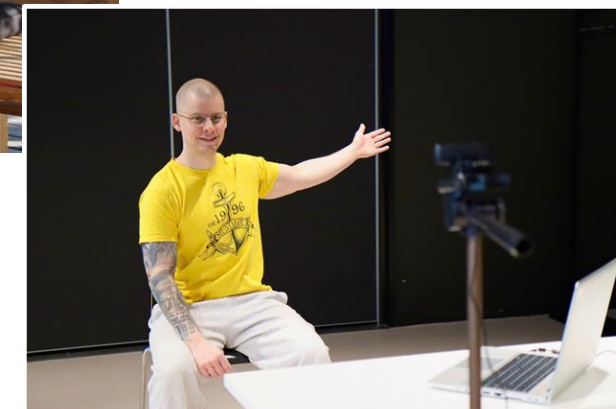
Asiakaspalaute asiakasohjaajalta

- ”Keskustelin tuossa juuri yhden tyytyväisen kuvapuhelin-asiakkaan kanssa. Hänellä päästiin kesällä kotihoidon käynnit päättämään ja kuvapuhelin jätettiin tukipalveluksi, jotta pääsee ohjelmiin osallistumaan. Kertoi päivittäin ohjelmiin osallistuvansa ja niistä nauttivansa kovasti. Hän oli jonossa päiväkeskukseen, mutta totesi nyt, kun paikkaa hänelle tarjosin, ettei sitä tarvitse, koska pääsee kuvapuhelimen välityksellä ohjelmiin osallistumaan.”
- ”Yksi toive hänellä tosin ohjelmia koskien olisi, toivoo enemmän musiikkipitoisia ohjelmia ja erityisesti haluaisi kuulla mieskuoron laulua, naisten laulua ohjelmista löytyy kuulemma tällä hetkelläkin, mutta tuo mieskuoro olisi siis toivelistalla. 😊



2021 Kuvapuhelinohjelmien tilastoa

- Lähetyksiä tammi-joulukuulla 673 kpl (n. 13 lähetystä/viikko)
- Osallistujia yhteensä 4894 (7,2 osallistujaa/lähetys)
- Liikunnalliset ohjelmat
 - Villen tuolijumppa 65 x (1-6 / 122 x ja 7-12 / 43 x)
 - Muut liikuntaohjelmat 20 x
- Pispan päiväkeskuksen 2. päivä etänä 13 x
- Kotikuntouksen Parkinson ryhmä 3 kk jakso 2 x vko
- Muistia aktivoivat
 - Muistijumppat, tietovisat ym. 146 x
- Keskusteluryhmät
 - Mitä kuuluu, ym. 51 x
- Ajankohtaiset aiheet
 - Päivä Peili, ym. 78 x
- Yhteislaulu ilman säestystä 12 x
- Hengelliset ohjelmat
 - Hengellinen aamunavaus 19 x
 - Vieras kirkonmäeltä 10 x (Harjun srk)
- Yhteistyö
 - Perjantai pysäkki 8 x :KoiIiskeskuksen hyvinvointikeskus
 - Musiikkituokit 28 x :Tampereen kaupunkikulttuuriyksikkö
 - Runopiirin harjoitukset 6 x : Tampereen kaupunkikulttuuriyksikkö
 - Milavida, Nottbeckin hautausmaa, lainattavat luontopakettien esittely, Peräkonttimuseo, yht. 11 x: Eri museot
- Tampere tutuksi 13 x
 - Kirjaston kotipalvelun esittelyt 2 x
 - Juicen kirjasto
 - Keskustorin kulttuuriraitti
 - Tornihotelli + Moro Sky Bar
 - Tallipiha
 - Pate Mustajärven Ikuri
 - Tammerkosken rannalla
 - Koiramäki Särkänniemessä
 - Tutustuminen Tuulentien tilaan (laamat, alpakat, villisiat)
 - Tutustuminen Liutun maalaistaloon
 - Nekalan siirtolapuutarha
 - Ponifarmi Teiskossa
 - Viikinsaari
 - Pyynikin näkötorni
 - Ratikkaretki Pyynikin tori –Hervanta
- Joulukalenteri arki-aamuisin 1.-23.12. yht. 114 osallistujaa
- Videot



Sisällöntuottajat

Sisällöntuottajat:

- Sähköiset tukipalvelut
 - Mari Sassi-Latva
- Kotikuntoutus
 - Arja Mäkinen, Arja Hemmo & Sisko Taipale
 - (Anne Rieki & Margit Nieminen)
- Lielahden lähitori
 - Sirpa-Maija Hakala, Paula Saarijoki & Tiia Keskinen
- Pispän lähitori
 - Fysioterapeutti Ville Mäkinen
- Oman työn ohessa
- Tavoitteellista ja suunniteltua toimintaa
- Yhteispalaverit 3 viikon välein
- Vuorovaikutuksellisia ja esityksellisiä ohjelmia
- Ohjelmat asiakkaiden toiveiden mukaan



Kiitos!

