

PÄIVÄKUMMUN Sanomat

ASIAKAS- JA HENKILÖKUNTALEHTI 1 • 2022

ELÄMÄNILON TYÖMAALLA

Päiväkumpu työnantajana
Henkilöstön uratarinat

UNELMIEN VUORANTA

KOTIPOLKU 30 VUOTTA



- 3 PÄÄKIRJOITUS**
- 4 ELÄMÄNILON TYÖMAALLA**
- 6 TUIJAN URAA** on ohjannut halu vaikuttaa asukkaiden elämään kokonaisvaltaisesti
- 8 KOTIPOLKU 30 V**
- 10 SARAH SAI UUSIA NÄKÖKULMIA** työhön Amian Erikoismuistihoitaja-koulutuksesta
- 14 MUSIIKIN MERKITYS** MUISTISAIRAALLE
- 16 STINA ARVOSTAA KIIREETTÖMIÄ** ASIAKASKOHTAAMISIA
- 18 UNELMIEN VUORANTA**



s. 10 Päiväkummun visiona on toimia edelläkävijänä hoitotyön uudistamisessa. Haluamme, että laadukkaan perushoidon lisäksi asukkaiden elämässä on merkityksellisyyttä ja elämäniloa, myös hoitokodissa asuessa. Osaava henkilö-kunta on voimavara, johon haluamme erityisesti panostaa.

Hoitoalan työntekijöiden lisäksi meillä Päiväkummussa työskentelee joukko ravintola- ja ravitsemus-, kiinteistö-, puhtaanapidon ja hallinnon ammattilaisia.

s. 4



Viime vuonna voimaan tuleen vanhuspalvelulain muutoksen myötä, ikäihmisten palvelutarve on jatkossa määritettävä RAI-arviointivälinettä (Resident Assessment Instrument) käyttäen.

s. 28



Taidehetki tarkoittaa kuvataiteeseen ja askarteluun liittyvää käsillä tekemistä, keskustelua, kuuntelua ja katselua.

s. 32

- | | |
|--|--|
| 20 ELÄMÄNILOISTA TOIMINTAA
MALMINKARTANOSSA | 28 OMAN TOIMINTAKYVYN
JA TARPEEN
MUKAISTA PALVELUA
RAI-tietoa hyödyntäen |
| 22 Työniloa ilahduttamisesta
– JUKIS NAUTTII
MONIPUOLISESTA TYÖSTÄÄN
KEITTIÖ KARPALOSSA | 30 OMAISTEN TYYTYVÄISYYS ohjaa
toimintaamme |
| 24 TOMPAN KÄDENJÄLKI NÄKY
PÄIVÄKUMMUN KIINTEISTÖISSÄ | 32 TAIDEOHJAAJANA
Päiväkummun asukkaille |
| 26 ILOA KOTEIHIN
SIIVOUSPALVELUILLA | 34 ENSIMMÄINEN KESÄTYÖPAIKKANI |

MERKITYKSELLINEN TYÖ ON MONILLE TÄRKEÄ OSA HYVÄÄ ELÄMÄÄ

HYVÄ ELÄMÄ muodostuu meille kaikille erilaisista asioista. Aristoteleen mukaan ihmiset ovat yksimielisiä siitä, että onnistunutta elämää voidaan kutsua onniseksi ja että hyvä elämä ja onnellisuus ovat sama asia. Aristoteles huomasi kuitenkin onnellisuuden sisältöä koskevat mielipiteet ristiriitaisiksi. Onnellisuutena saatettiin hänen mukaansa pitää esimerkiksi nautintoa, kunniaa tai rikkautta. Jopa saman henkilön mielipiteet näyttivät vaihtelevan tilanteen mukaan.

Aristoteles tutki sitä, mitä hyvään elämään kuuluu. Hän tuli siihen tulokseen, että näkemykset, joiden mukaan hyvä elämä on nautintoa, kunniaa tai rikkautta, eivät ole täysin väärä vaan vain yksipuolisia. Aristoteleen mukaan ihmisen onnellisuus on sen sijaan jotakin juuri ihmiselle ominaista, vaikeasti pois otettavaa mutta ihmisen omalla vastuulla olevaan ja itsensä takia tavoiteltua. Onnellisuus voidaan Aristoteleen mukaan määritellä tyydyttävästi, jos se liitetään ihmisen tehtävään ja sitä vastaavaan hyveeseen. Hyve tarkoittaa yksinkertaisesti valmiutta toteuttaa jokin tehtävä hyvin.

Japanilaiseen ajatukseen hyvästä elämästä puolestaan sisältyvät läsnäolo, luovuus, sitkeys, kauneuden ja pienten yksityiskohtien arvostaminen. Näkemys hyvästä elämästä on pitkälti myös kulttuurisidonnainen asia.

Meillä Päiväkummussa keskustellaan usein hyvästä elämästä ja elämäniloa tuovista asioista. Näissä keskusteluissa olen myös huomannut, että onnellisuuden lähteet vaihtelevat, mutta monille hyvä elämä on hyviä suhteita toisiin ihmisiin. Entäpä mikä saa aikaan kokemuksen merkityksellisestä elämästä? Mistä ammennamme kiitollisuuden tunteita?

Minulle hyvä elämä koostuu perheestä, läheisistä ja ystävistä, merkityksellisestä työstä ja liikunnasta – usein luonnon helmassa. Haluan tuottaa muille hyvää elämää ja elämäniloa. Haluan osaltani olla rakentamassa hyviä yhteisöjä.

Tämän lehden sivuilla pääsemme kurkistamaan monen työntekijämme tunnelmiin – heille monille merkityksellinen työ on tärkeä osa hyvää elämää ja työntekijämme todella kokevat, että Päiväkummussa tehdään merkityksellistä työtä; henkilöstökyselyssämme se sai arvosanan 4.7/5. Tässä lehdessä pääsette kurkistamaan myös mm. uuteen muistiosaamiskeskukseemme, Kotipolun 30-vuotiseen taipaleeseen ja tulevaan Vuorannan yksikköömme.

Mielenkiitoisia lukuhetkiä teille kaikille Sanomien lukijoille!

ANNE KANGAS
toimitusjohtaja



ELÄMÄNILON TYÖMAALLA

SOTE-ala on huikea esimerkki siitä, miten paljon työntekijöitä on jäänyt viime vuosina ansaitulle eläkkeelle. Kasvava palvelujen tarve tämän yhteydessä saa aikaan sen, että hoitohenkilökunnasta on pula niin päivystyksessä, sairaaloissa, kotihoidossa kuin hoivakodeissakin. Hoitoalan työntekijöiden lisäksi meillä Päiväkummussa työskentelee joukko ravintola- ja ravitsemus-, kiinteistö-, puhtaanapidon ja hallinnon ammattilaisia. Myös monista näistä ammattilaisista on maassamme pulaa.

TEKSTI ANNE KANGAS • **KUVA** IRMA VÄÄTÄINEN JA GETTYIMAGES

Olemme yhteisen haasteen edessä, koska työvoimapula koskettaa monia aloja. Mistä saamme tulevaisuudessa riittävästi työntekijöitä? Mitkä ovat sosiaali- ja terveysalan omat veto- ja pitovoimatekijät? Mistä löydämme upeat ammattilaiset Päiväkumpuun ja miten saamme heidät viihtymään Päiväkummussa?

Päiväkummussa olemme yli 20 vuoden ajan pitäneet punaisena lankanamme elämänilon toimintafilosofiaa. Se on tärkeässä roolissa myös tämän päivän työyhteisömme ja kulttuurimme rakentamisessa. Elämänilon toimintafilosofiamme mukaan tavoittelemme sitä, että meillä Päiväkummussa on tyytyväiset asukkaat ja asiakkaat, työntekijät ja muut sidosryhmät. Perimmäisenä päämääränä meillä on elämänilon tuottaminen yhteisössämme. Sanotaan, että

tyytyväiset työntekijät saavat aikaan myös tyytyväiset asiakkaat. Päiväkummun henkiöstö ja sen hyvinvointi on avainasemassa siihen, että asiakkaamme saavat hyvää palvelua ja voivat elää mahdollisimman hyvää elämää.

Miten meillä Päiväkummussa rakennetaan hyvää työkuiluuuua ja pidetään yllä hyvää työtyytyväisyyttä? Se on monen asian summa; se vaatii huolellista yhteistä suunnittelua, toteutusta, seuranta ja arviointia ja edelleen kehittämistä. Suunnittelun pohjaksi keräämme kattavasti tietoa tiimipalaverissa, työtyytyväisyyskyselyiden avulla ja kehityskeskusteluista. Työhyvinvointi tehdään yhdessä. Sen edistäminen kuuluu koko työyhteisölle. Henkilöstö- ja koulutus suunnitelman laadimme vuosittain, mutta suunnittelua ja pohtimista työ-

hyvinvoinnin äärellä tehdään jatkuvasti – joka ikinen päivä.

Työssämme on se ihana asia, että me todella tiedämme, mikä on työmme merkitys ja miksi tulemme aamuisin töihin. Elämänilon, hyvän palvelun ja hyvän kohtaamisen tuottaminen tuo asiakkaillemme hyvää mieltä. Sitä kautta saamme kokea myös itse työn ilo. Välillä toimimme saat-tajina ja hoivaajina myös autettaviemme viimeiselle matkalle. Työn merkityksellisyyskokemus on läsnä päivittäisessä työssämme.

SOTE-alan palkoista on käyty tänä vuonna tiivistä keskustelua. Palkkojen korotuksista on jo sovittu yksityisen sosiaalialan työehtosopimuksessa, joka meillä Päiväkummussa on käytössä sote-alan työssä. Kuntapuolella Super ja TEHY eivät hyväksyneet sopimusta vaan haluavat neuvotella omat erilliset korotuksensa. Yksityisen sosiaalialan työehtosopimukseen tuli merkittäviä korotuksia. Useiden työsuhte-etujen lisäksi olemme tänä vuonna ottaneet Päiväkummussa entistä vahvemmin käyttöön erilaisia tehtävä- ja vastuu-lisiä. Palkkaus on erittäin tärkeä osa työtä, mutta myös moni muu asia vaikuttaa työhyvinvointiin ja työssä viihtymiseen.

Työn riittävä resursointi on välttämätöntä laadukkaasti hoivatyön sekä työssä jaksamisen ja viihtymisen kannalta. Etenkin hoiva-alalla on puhuttu paljon siitä, mikä on oikea ja riittävä henkilöstömitoitutus. Ikääntyneiden ja alle 65-vuotiaiden monisairaiden palveluissa on Helsingin sopimuksissa noudatettu jo pidemmän aikaa 0,7 mitoitus. Espoossa ja Vantaalla



siirrytään vasta ensi keväänä noudattamaan 0,7 mitoitusta. Tämä tulee haastamaan koko alueen hoitajien riittävyyttä. Mitoituksen lisäksi tehtäväkuvat on oltava kunnossa, kuten myös työn organisointi. Tämä on ollut Päiväkummussa keskeinen osa johtamistyötä.

Jokaiselle meille on tärkeää myös työn ja muun elämän yhteensovittaminen. Päiväkummussa työskennellään vuoden jokaisena päivänä ja jokaisen tuntina. Se vaatii joustavuutta ja huolellista suunnittelua, jotta saamme sovittelua yhteen niin työntekijöiden työaikatoiveet kuin asiakkaidenkin tarpeet palvelulle. Työvuorolistojen laatiminen on aina mielenkiintoinen palapeli, sillä pyrimme mahdollistamaan työntekijöiden toiveet hyvin. Meillä on myös useita osa-aikaisia työntekijöitä – heidän omasta toiveestaan.

// Koulutussuunnitelmamme lähtee hyvästä perhedytyksestä ja etenee ammattiosaamisen varmentamiseen."

Työntekijöillä on suuri vastuu oman työkykynsä ja ammatillisen osaamisensa ylläpitämisestä. Myös Päiväkumpu tekee paljon näiden asioiden eteen. Meillä on käytössä hyvä ja kattava työterveyshuolto, josta saamme tarvittaessa apua ja tukea. Vuosittain laadimme henkilöstö- ja koulutussuunnitelman, jossa käydään läpi hyvin kattavasti ammatillisen osaamisen ylläpitämistä, ylläpitämistä ja kehittämistä. Koulutussuunnitelmamme lähtee hyvästä perhedytyksestä ja etenee ammattiosaamisen varmentamiseen. Ammatillisen osaamisen kehittämistä tehdään erilaisin koulutuksin ja kehittämispäivin. Hyvä johtaminen on keskeinen tekijä työssä viihtymiseksi. Esimiesten osaamista kehitetään erilaisissa koulutuksissa, kehittämispäivillä ja vertaiskeskusteluissa.

Ammatillisen osaamisen kehittämisessä Päiväkummulla on tänä vuonna hoitoko-

tien puolella kattavat osaamisen kehittämishankkeet RAI-arvioinneissa yhteistyössä GeroFuturen kanssa ja muistisairauksien osalta Amia Akatemian kanssa. Omaa ammatillista osaamista pääsee kehittämään myös meidän pitkään toimineissa teematiimeissä. Esimerkiksi työhyvinvointiasioista kiinnostuneet työntekijät voivat hakeutua tyhy-tiimiin, jossa on edustus kaikista yksiköistämme. Siellä käydään yhteistyössä läpi työyhteisömme ja -paikkamme kehittämistä. Työsuojeluorganisaatio on osa tätä tiimiä ja esimerkiksi työsuojeluvaltuutetuille ja luottamusmiehillä on omat kattavat koulutusohjelmansa. Muita teematiimejä hoitokotimme puolella ovat esimerkiksi hoitopalvelutiimi HOPA ja ateria- ja asumispalvelutiimi ASU. Elämänilon tiimimme puolestaan tukee ryhmäkotitiimejä asukkaiden sisältörikkaan elämän rakentamisessa. Näissä kaikissa tiimeissä tarvitaan erilaista osaamista.

Osalle uralla eteneminen on tärkeää. Kannustamme päiväkumpulaisia avoimeen keskusteluun omista toiveista ja haaveista uran suhteen, niin pystymme yhdessä vaikuttamaan heidän kehittymiseen! Esimerkiksi nykyinen kotipalveluidemme johtaja Maiju Suomela on aloittanut Päiväkummussa hoitajana ja työskennellyt sen jälkeen ryhmäkotivastaavana, henkilöstösihteerinä, yksikönjohtajana ja nykyisin hän toimii kotipalveluiden palvelupäällikkönä. Voit lukea lehdestämme mm. yksikönpäällikkö Tuija Raidan pitkästä urasta SOTE-alalla. Kerromme myös mm. kotihoidon sairaanhoitaja Stina Kärkkäisen, kiinteistövästava Tom Åbergin ja keittiöpäällikkö Matti Mattisen arjesta - ja tässä vain muutamia esimerkkejä tarjoamistamme mahdollisuuksista!

Seuraamme työtyytyväisyyttä ja työhyvinvointiamme säännöllisesti tiimeittäin. Edellisessä kyselyssämme työvireemme oli erinomainen 4.0/5. Vahvuuksina koetaan se, että yritykssessämme tehdään merkityksellistä työtä (4.7/5), päiväkumpulaiset tietävät, mitä heiltä odotetaan työssä (4.5/5) ja että roolit ja vastuut ovat selkeitä (4.4/5). Kehitettävää meillä on edelleen palautteen



annossa (3.4/5) ja siinä, miten henkilöstöä rohkaistaan kehittämään työssä (3.8/5). Kyselyissä tulee aina jonkin verran eroavaisuuksia myös tiimeittäin, joten onkin tärkeää, että kaikki vastaavat aktiivisesti hyvinvointia koskeviin kyselyihin, jotta saamme tietoa työyhteisömme kehittämiseksi. Muistakaahan kaikki taas tänä syksynä vastailla!

Uudet työntekijät ovat kertoneet syikseen hakea Päiväkumpuun muun muassa ystävien suositukset, hyvän maineen, joustavuuden, hyvän työterveyshuollon ja hyvän esimiestyön. Myös tällä hetkellä etsimme ammatillaisia eri tehtäviin. Nettisivujemme rekryosiosta löytyy kaikki avoimet tehtävämmme. Kannattaa vinkata niistä tutuille ja kannustaa heitä hakeutumaan elämäniloiseen työyhteisöömme! Vakinaiseen työsuhteeseen johtaneesta suosituksesta maksamme työntekijälle suositte-lupalkkion.

Saamme säännöllisesti ja runsaasti positiivista palautetta siitä upeasta työstä, jota meillä tehdään. Joskus palautetta tulee myös niistä hetkistä, jolloin emme ole onnistuneet parhaalla mahdollisella tavalla. Tämäkin palaute on arvokasta toimintamme kehittämiseksi. Yhdessä keskustellen ja asioita eteenpäin vieden rakennamme parempaa elämää sekä itsellemme, työyhteisöllemme että asiakkaillemme. Sydämelinen kiitos koko Päiväkummun henkilöstölle siitä arvokkaasta, tärkeästä ja merkityksellisestä työstä, jota meillä tehdään joka hetki. 

TUIJAN URAA ON OHJANNUT HALU VAIKUTTA ASUKKAIDEN ELÄMÄÄN KOKONAISVALTAISESTI

Yksikönjohtaja Tuija Raita aloitti Päiväkummun Länsi-Pasilan yksikössä sairaanhoitajana syksyllä 2017. Pian työnkuva laajeni ryhmäkotivastaavaksi, ja edelleen yksikönjohtajaksi. Oli kulunut useampi vuosikymmen vuotta siitä, kun Tuija aloitti 17-vuotiaana sairaala-apulaisena ensimmäisessä työpaikassaan Meilahden sairaalassa.

TEKSTI RIIKKA MÄYRÄNEN • KUVAT STUDIO VILJA HARALA JA RIIKKA MÄYRÄNEN

Lapsena Tuija haaveili kättilön ammattista. Hoitoalalle oli tuolloin vaikea päästä. Kiinnostus alaa kohtaa sai nuoren Tuijan hakeutumaan aluksi sairaala-apulaisen tehtävään. Hän työskenteli aluksi Meilahden sairaalassa ja siirtyi sen jälkeen sairaala-apulaiseksi Tilkan sotilassairaalaan. Tilkassa työskennellessään Tuija hakeutui apuhoitajakouluun, ja onnistui saamaan opintopaikan kaksi päivää kestäneiden valintakokeiden kautta. Opintovapaan avulla Tuija opiskeli apuhoitajaksi 80-luvun lopulla. Hän kuului viimeiseen apuhoitajan nimikkeellä valmistuneeseen ikäluokkaan.

Apuhoitajaksi valmistumisen jälkeen Tuija työskenteli aluksi perushoitajana Nummelan terveysaseman poliklinikalla ja osastolla. Ensimmäisen kosketuksen vanhustyöhön hän sai seuraavassa työpaikassaan Hoivakoti Val-kamassa. Silloinen esimiehensä,

Valkaman toimitusjohtaja Pekka Riihimäki näki toimeliaan, ulospäinsuuntautuneen ja sosiaalisen Tuijan potentiaalin, ja kannusti häntä jatkamaan opintojen parissa. Ajatus jatko-opinnoista oli käynyt uteliaan ja uusista haasteista innostuneen Tuijankin mielessä, ja hän hakeutui sairaanhoitaja-opintojen pariin. Opiskelu mahdollistettiin työn ohessa työaikajärjestelyin, ja valmistumisen jälkeen Tuija työskenteli useita vuosia vastaavan sairaanhoitajan tehtävässä.

Päiväkummussa Tuija aloitti aluksi sairaanhoitajan tehtävässä. Tuijan asukaslähtöinen, asioihin tarttuva, vastuullinen ja elämäniloa välittävä työskentelytapa huomattiin heti. Länsi-Pasilan yksikön ryhmäkotivastaavan toimenkuvan tullessa avoimeksi, oli Tuija luonteva valinta tehtävään. Sittemmin hänelle tarjottiin myös yksikönjohtajan roolia.

Oppimishaluinen Tuija tarttui innolla uusiin haasteisiin. Päätöstä edesauttoi myös se, että työnantaja

järjesti ja mahdollisti osallistumisen Lähiesimies-koulutuksen. Yksikönjohtajan roolin Tuija näkee mahdollisuutena muuttaa visioita ja sanoja todeksi arjen tasolla.

Yksikönjohtajan työhön siirtyminen on ollut Tuijan mielestä hänen uransa suurin käännekohta. Sairaanhoitajan työhön verrattuna toimenkuva muuttui täy-

sin. Yksikönjohtajan tehtävässä korostuu hallinnollisen työn osuus. Vaikka Tuija on edelleen mukana myös hoitotyössä, on sen osuus arjessa aiempaa vähäisempi. Yksikönjohtajan tehtävässä Tuikkua innostaa erityisesti mahdollisuus vaikuttaa asukkaiden elämään entistä kokonaisvaltaisemmin. Tuija myös pitää haasteista. Hän uskoo vahvasti, että jokaiseen ongelmaan löytyy ratkaisu, se pitää vain keksiä. Yhdessä tekemisestä, asioiden järjestykseen laittamisesta ja luottamuksellisen hoitosuhteen rakentamisesta asukkaan ja omaisten kanssa saa palkitsevan ja hyvän mielen. Mieleenpainuvimmat onnistumiset Tuija kokee saaneensa tilanteissa, joissa hoitoa vastustanut asukas, tai kriittinen omainen on antanut aidosti kiitosta ja palautetta hyvin suju- neesta hoidosta. Asukkaiden ilahtuneet ilmeet ja tervehdykset aamulla töihin tullessa antavat sellaista työniloa, jota ei saa Tuijan mukaan mistään muualta.

Puutarhan hoitoa rakastava Tuija vertaa hoitokodin työyhteisöä puutarhaan, jossa asukkaat ovat kukkasia. Työyhteisön tehtävä on saada kukkasat kukoistamaan. Tähän tarvitaan erilaisia työvälineitä, eli työntekijöitä ja yksikönjohtajan rooli on toimia puutarhurina, joka pitää näistä työvälineistä hyvää huolta. Esimiehenä hän haluaa toimia mahdollistajana, kannustaa ja motivoida henkilöstöä kanavoimaan potentiaaliaan oikeaan suuntaan, ja tukea heidän yksilöllisiä toiveitaan. Joskus tarvitaan myös herättelyä siitä, miten hyvin asiat meillä ovat.

Tiedon jakaminen työyhteisössä on Tuijan mielestä erityisen tärkeää. Jokaisella

Elämäniloa Tuikulle tuottavat erityisesti lapset, lastenlapset, perhe, koti meren äärellä, puutarha ja työ





Tuija Raita ja ryhmäkotivastaava Tuire Eerola ohjaamassa asukasta VR-laseilla toteutetulla kuukävelyllä.

on omat vahvuutensa, ja niiden jakamisesta ja yhdistämisestä syntyy paras lopputulos. Hän on huomannut, että esimerkiksi vastavalmistuneita saattaa pelottaa uuteen työhön ryhtyminen. Koulutuksen avulla sokkeli on tehtynä, mutta talon rakennus vasta alkaa. Yksikönjohtajana hän haluaa auttaa vastavalmistuneita keräämään rakennusaineita, sekä neuvomaan, auttamaan ja tukemaan niiden käytössä.

Päiväkummussa Tuija on arvostaa erityisesti toimintakulttuuria, jossa näkyy vilpitön halu tehdä hyvää työtä. Asukkaiden

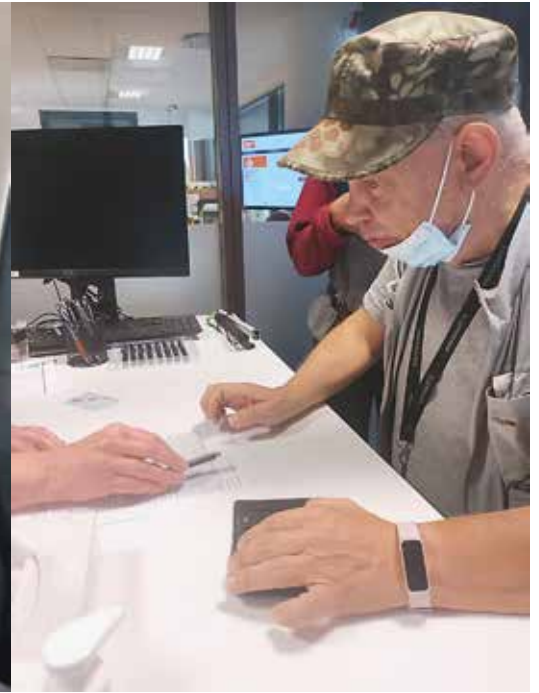
puolesta tehdään se mitä luvataan. Päiväkummun parhaiksi puoliksi Tuija listaa myös myönteisen suhtautumisen toiminnan kehittämiseen: aina saa kokeilla uutta, ja tiimeillä on mahdollisuus kehittää toimintaa entistä paremmaksi. Kuulluksi tuleminen ja mahdollisuus omien kehitysideoiden toteutukseen on mahdollistanut Tuijan mielestä työyhteisön jatkuvan kehittymisen ja oppimisen. Matala hierarkia helpottaa asioiden eteenpäin viemistä, ja johto on tukena, rinnalla ja helposti saavutettavissa. Myös kouluttautumiseen suhtaudu-

taan erittäin myönteisesti.

Tuijan elämänsenteesta huokuu oppimisen ilo ja kiinnostus uusia asioita kohtaan. Merkittävimpana monipuolisen uran mahdollistajana hän pitää perhettään ja työnantajiaan, jotka molemmat ovat mahdollistaneet opiskelun työn ohella. Koskaan ei ole liian myöhäistä aloittaa. Vaikka työvuosia on Tuijalla takana enemmän kuin edessä, haaveilee hän uusista opinnoista vielä eläkepäivinäkin – entä mitä hän haluaisi opiskella? Jotain hoitoalaan liittyvää, tietenkin! 🎓



Asukas muuttomatalla uuteen kotiin Jätkäsaaren sukupolvienkortteliin.



Uuden kodin avaimia lunastamassa.

KOTIPOLKU 30 VUOTTA

Kotipolun ryhmäkodin toiminta alkoi viisipaikkaisena ryhmäkotina Malmilla tavallisen asuinkerrostalon alimmassa kerroksessa vuonna 1992. Ryhmäkoti toiminnan lisäksi toimintaan kuului kuusi tukiasuntoa. Osa kuudesta tukiasukkaasta asui tukiasunnoissaan jo ennen ryhmäkodin perustamista ja osa muutti tukiasuntoihin hieman myöhemmin. Toiminta laajentui kolmella paikalla Kotipolun ryhmäkodissa alkuvuodesta 1996. Kotipolun ryhmäkoti on tarjonnut palveluasumisen ja tukiasumisen palveluja kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille jo lähes 30 vuoden ajan.

TEKSTI ANNE KANGAS • **KUVA** KATJA VESTERELVE

Kotipolun ryhmäkodin perusti Airi Perko. Airi oli Helsingin kaupungilla töissä ja tuolloin laman vuoksi työntekijöitä kannustettiin ryhtymään yrittäjäksi. Airi oli ensimmäisiä, jotka lähtivät perustamaan yritysmuotoista hoitokotia. Alkuaikoina hän sai kohdata jonkin verran ennakkoluuloja ja vastoinkäymisiä, mutta laadukas toiminta ja Helsingin kaupungin johdon tuki sekä hyvä palaute omaisilta kannustivat eteenpäin.

1.12.1992 Kotipolulla aloitti työskenteleensä myös Airi Järvinen. Airi Perko kuuli

luotettavan kollegan kautta tasokkaasta ja toimeliaasta Järvisen (silloisesta Siiskosen) Airista, joka oli tuolloin töissä toisessa kehitysvammaisten asuntolassa. Koska asuntola piti käynnistää hyvin nopeasti, Airi Siiskosen piti tehdä nopea päätös lähtemisestä mukaan. Airi teki päätöksen tunnissa ja siitä lähtien eli viimeiset 30 vuotta hän ollut mukana Kotipolun toiminnassa. Alkuun Airi toimi ohjaajana ja vuodesta 2008 lähtien hän on toiminut Kotipolun vastaavana ohjaajana, varavastaavana tai yksikönjohtajana – tehtäviä tilanteen mukaan vaihdellen.

Järvisen Airi kertoo, että hän teki päätöksen mukaan lähtemisestä nopeasti, vaikka ei tiennyt, mihin on ryhtymässä. ”Läheiset ja ystävät olivat hiukan ihmeissään, koska yritystoiminta sosiaalipuolella ei ollut siihen aikaan mitenkään yleistä”, Airi muistelee. ”30 vuotta on tässä vierähtänyt, enkä ole päätöstä katunut. Kotipolku on ja on ollut hyvä työpaikka”, hän toteaa.

Hoitokoti Päiväkumpu osti Kotipolun ryhmäkoti Oy:n osakekannan vuonna 2008 Airi Perkon jäädessä eläkkeelle ja

yritystoiminta fuusioitiin osaksi Päiväkummun toimintaa loppuvuonna 2009.

Osa Kotipolun asukkaista, omaisista ja työntekijöistä on ollut osa Kotipolun elämää kaikki nämä 30 vuotta. Osa on liittynyt mukaan hieman myöhemmin. Kotipolku on ollut laadukas esimerkki ryhmäkodin toiminnasta jo alusta alkaen. Kotipolulla on osattu elää yhdessä, jakaa arjen iloja ja huolia, tehdä työtä yhdessä, viettää vapaa-aikaa, retkeillä nauttia ryhmäkodin jäsenten laulun ja soiton lahjoista.

Kotipolun ryhmäkodin yhteisö koki suuren muutoksen tänä syksynä juuri 30 vuotissyntymäpäivänsä alla, sillä oli tullut aika muuttaa uusiin modernimpiin tiloihin! Kotipolun ryhmäkoti tunnetaankin nykyisin Kotipolun palveluasuntolina ja ne löytyvät Malmin sijaan Jätkäsaaresta. Kotipolun toiminta siirtyi Jätkäsaareen Sukupolvienkortteliin.

Korttelissa on luotu tilat ja toimintamalli asukaslähtöiselle, monisukupoliselle ja kansainväliselle kortteliasumiselle, jossa ytimenä ovat korttelin sisäkatu, yhteispiha ja keskitetyt palvelut sekä kerrokseen rauhoitettu asuminen. Kortteliin toteutettiin monipuolista kaupunkiasumista: vuokra-asuntoja opiskelijoille, seniorille ja vammaisille sekä Hitas-omistusasuntoja.

Sukupolvienkortteli on valmistunut viisivuotta sitten ja siellä on Setlementtiasuntojen omistamassa talossa 20 asuntoa, jotka on osoitettu erityisryhmien asumiseen. Nämä Kotipolun käytössä olevat asunnot ovat 35-44 neliötä. Yksi asunnoista toimii Kotipolun asukkaiden yhteistilana, joten jatkossa Kotipolun palveluasunnoissa voi asua 19 asukasta. Henkilökunnan käytössä on sosiaalitila ja toimisto.

Jätkäsaaren Sukupolvienkorttelissa on tiloja monenlaiseen vapaa-aikaan ja tekemiseen. Kolmen rakennuksen läpi kulkee esteetön reitti, jota pitkin pääsee suurimmaksi osaksi sisäkautta kiertämään koko korttelin. Yhteiset tilat ovat Setlementtiasuntojen talossa, ensimmäisessä kerroksessa, myös korttelipiha on yhteinen. Setlementtiasunnoilla asukkaita palvelee asumiskoordinaattori.

Asukastuvassa voi lukea lehteä tai juoda kupposen kahvia, tavata naapureita, jutella ja viettää aikaa, katsoa telkkaria tai osallistua muuhun toimintaan. Asukastilan keittiössä valmistuvat yhteiset maittavat ruuat. Pesulassa pesu- ja kuivauskoneen pyöriessä voi istahtaa lukemaan tai vaikkapa korjaamaan vaatteita ompelutilassa.

Talossa on myös kuntosali, oleskelutila Stage, verstaas puutöiden tekemiseen sekä äänieristetty bändihuone. Yhteisellä pihalla on viljelylaatikoita ja oleskelupaikkoja. Lisäksi talossa on ulkoiluvälinevarastoja, talosaunaosasto sekä asuntokohtaiset varastokomerot.

Hanke on palkittu Vuoden Parhaat ARA-neliöt -tunnustuspalkinnolla sekä Yhdyskuntasuunnittelun seuran Ruusu 2017 -palkinnolla.

Muutto oli Kotipolun väelle jännittävä, mutta myös iloa ja innostusta herättävä! Muuttoa suunniteltiin huolella ja kun sen aika koitti, muuttivat asukkaat kahden päivän aikana uusiin ihaniin koteihinsa. Iso kiitos asukkaille, omaisille, läheisille ja henkilökunnallemme onnistuneen muuton organisoinnista ja toteutuksesta!

Iloiset onnittelut 30-vuotiaalle Kotipolun yhteisölle ja onnea myös tuleville vuosikymmenille! 🍷



Ensimmäiset askeleet kohti uutta tulevaisuutta.

SARAH SAI UUSIA NÄKÖKULMIA

työhön Amian Erikoismuistihoitaja -koulutuksesta

Päiväkummun visiona on toimia edelläkävijänä hoitotyön uudistamisessa. Haluamme, että laadukkaan perushoidon lisäksi asukkaiden elämässä on merkityksellisyyttä ja elämäniloa, myös hoitokodissa asuessa. Osaava henkilö-kunta on voimavara, johon haluamme erityisesti panostaa. Siksi tarjoamme henkilöstölle räätälöityjä opinpolkuja mm. koulutusyhteistyökumppanimme Amia Muistikeskuksen toimesta. Päiväkummun Länsi-Pasilan yksikössä työskentelevä hoitajamme Sarah kävi Amia Erikoismuistihoitaja -koulutuksen, ja se sai hänet kohtaamaan muistisairaana ihmisen uudella tavalla. Ilo oman ajattelutavan kehittymisestä ja uuden oivaltamisesta välittyi Sarahin kirjoittamassa opintojen lopputyössä.

TEKSTI SARAH KUUSISTO • KUVAT PÄIVÄKUMMUN KUVA-ARKISTO JA KRISTIINA HEMMINKI

TUNNISTAN ERI MUISTISAIRAUDET JA YMMÄRRÄN LÄÄKITYSIÄ

Lähihoitajakoulussa perehdyttiin muistisairauksiin oireiden ja hoidon kautta, ei niinkään sitä varhaisempaan aikaan. Tämän vuoksi oli mielenkiintoista saada koulutuksessa tietoa muun muassa Alzheimerin taudin ensimmäisistä oireista, sairauden tutkimisesta ja diagnosoinnista. Kävimme läpi eri muistisairauksia ja niiden erityispiirteitä. Etenkin Lewyn kappale -tauti jäi syvästi mieleeni. Sitä esiintyy paljon, joskus pelkästään Alzheimer-diagnoosin alla. Tätä nykyä osaan tunnistaa sille ominaiset piirteet ja toimia asukkaan kanssa sen pohjalta.

Vaikka en olekaan sairaanhoitaja, koen silti saavani erittäin suuren hyödyn lääkahoitoa koskevista tiedoista. Katsoessani muistisairaana asukkaan lääkelistaa osaan

”lukea” sitä. Ymmärrän lääkkeiden merkitykset paremmin. Osaan ihmetellä, miksei vuosi sitten Alzheimer-diagnoosin saaneella asukkaalla mene AKE-lääkettä tai ymmärrän, miksi toiselta asukkaalta se on otettu pois. Ikääntyneen ihmisen lääkityksen ja lääkitysten haittavaikutusten tunteminen on tärkeää, jotta tiedetään, mitä tarkkailla. Sain syventävää tietoa myös painon laskusta, nukkumisen tarpeellisuudesta sekä unilääkkeistä.

TEEN ASIAT HYVIN, MUTTA AJATUSMAAILMANI ON MUUTTUNUT

Hoitokeskeisestä toimintamallista siirtymisen ihmiskeskeiseen ajattelutapaan – tämä on ehkä tärkein koulutuksessa oppimani asia. Koen olevani hyvä ja empaattinen hoitaja. Osaan antaa aikaa asukkaalle ja toi-

mia hänen ”rytminsä” mukaan, mutta olen myös erittäin suorituskeskeinen. Hävettää myöntää, että aikaisemmin asukas oli minulle enemmänkin nimi tehtävälistassa, jonka hoitaisin hyvin; huolehtisin hänen hygieniastaan, auttaisin ruokailussa, siistisin huoneen ja kyselisin päivästä. Tekisin asiat hyvin, mutta sen enempää miettimättä.

Ajatusmaailmani on kuitenkin muuttunut. Nyt mietin enemmänkin, että ”miltä tästä ihmisestä tuntuu”, ”mitä voisin tehdä, jotta hänellä olisi hyvä päivä tänään”, ”miten voisin ilahduttaa häntä”?



En ole varsinaisesti koskaan ollut asukaidemme kanssa holhoavaa tyyppiä. Kuitenkin olen vasta nyt syvemmin miettinyt muistisairaana ihmisen asemaa ympärivuorokautisessa asumisessa. Paikassa, jossa on päätetty, koska syödään tai koska käydään suihkussa. Tai sanotaan, että "sait jo kupin kahvia, se riittää".

Tasapainoa on välillä vaikea löytää. Hoitajalle ryhmäkoti on työpaikka, jossa asioiden haluaa sujuvan joutuisasti. Muistisairaalalle se on koti, jossa hänen tulisi elää, kuten haluaa. Olen viime aikoina pyrkinyt muistuttamaan myös työtovereitani asiasta. Olen pohtinut muistisairauden luomaa stigmaa ja huomannut langenneeni siihen itsekin aikaisemmin.

POHDIN, MITÄ ASUKAS KÄYTTÄYTYMISELLÄÄN Viestittää

Toivoisin, että lähihoitajakoulussa keskityttäisiin muistisairauksia opeteltaessa syvemmin siihen, mitä muistisairaus oikeasti on ja miltä ihmisestä silloin tuntuu. Erittäin tärkeänä pitäisin sitä, että käsiteltäisiin nimenomaan muistisairauden luo-

maa stigmaa. Jos sitä ei käsitellä koulussa, uskon, että useimmat hoitajat eivät edes huomaa asettavansa muistisairasta ihmistä alisteiseen valtasuhteeseen, vaan ajattelevat toimivansa oikein.

Olen koulutuksen myötä oppinut havainnoimaan asukkaitamme tarkemmin ja sain myös tietoa Elo-D®-havainnointimenetelmästä. Kuten jo aikaisemmin mainitsin, koen osaavani asettua asukkaan "rytmiin" tarvittaessa. Se näkyy puhetyylissä, sanavalinnoissa, äänen voimakkuudessa sekä kehonkielessäni. Osaan olla rauhalli-

nen ja antaa sen tuen, mitä ihminen kulloinkin tarvitsee.

Menen hyvin harvoin asukkaan luokse hoitajan roolissa, koska uskon, että se enemmänkin saa asukkaan varautuneeksi. Muutos on kuitenkin siinä, että olen alkanut pohtia, mitä asukas käyttäytymisellään pyrkii viestittämään. Esimerkiksi usein aggressiiviselle asukkaalle on annettu rauhoittavaa lääkettä sen enempiä mieltämättä, mistä aggressiivisuus johtuu. Nyt olen ymmärtänyt, että kyse saattaa silloin olla tarpeesta, jota ei ole täytetty. ►



Mitä aggressiivisuus oikeastaan on? Muistisairaahan ihmisen käytös laitetaan helposti muistisairauden piikkiin, jolloin sen ajatellaan olevan jotakin, mitä pitää lääkittää. Muistisairas on kuitenkin ihminen, joka tuntee samoja tunteita kuin kuka tahansa muukin. Aggressiivinen käytös voi siten olla pelkoa, turvattomuuden tunnetta, hämmennystä tai jotakin muuta, mitä kyseinen ihminen ei osaa enää ilmaista.

Ihmiskeskeistä toimintamallia ja sen hyötyjä pitäisi opettaa jo lähihoitajakoulussa. Muistisairaahan ihmisen toiminnan ja käyttäytymisen ajatellaan johtuvan vain sairaudesta sen sijaan, että nähtäisiin ihmisen kokonaisuutena, jolla on toiveita ja pelkoja, kuten kenellä tahansa muullakin.

Esimerkiksi muistisairaahan ihmisen seksuaalisuus koetaan usein haasteeksi ja

siihen voi olla vaikea suhtautua. Itseltä ei välttämättä löydy työkaluja tilanteisiin, joissa muistisairas ilmaisee seksuaalisuuttaan. Seksuaalisuus on kuitenkin osa meitä kaikkia. Perehtyminen ihmisen elämänhistoriaan voi antaa hoitohenkilökunnalle keinoja tukea muistisairaahan seksuaalisuutta.

TUNNISTANKO OMAT TUNTEENI, TUNNENKO VAHVUUTENI?

Käsittelimme koulutuksessa tunteita, myötätuntoa, itsemyötätuntoa ja hankalien tunteiden käsittelyä. Näitä pystyy hyvin peilaamaan asukkaisiin silloin, kun tuntuu, ettei ymmärrä asukasta tai asukas on vihainen. Asukkaan asemaan asettuminen ja syiden pohtiminen antaa jo itsessään valmiuksia toimia hoitajana paremmin. Aina

syitä ei voi selvittää. Myös sen hyväksyminen, ettei kaikkeen aina voi vaikuttaa, on tärkeää.

Kiireisessä hoitotyössä pitäisi osata pysähtyä ja miettiä, miltä tuntuu. Tämä on tärkeää, koska jos ei itsessään tunnista erilaisia tunteita, on niitä vaikea löytää muistitakaan. Itsensä ja omien vahvuuksiensa tunteminen on tärkeää. Hoitotyössä, jossa kohdataan psyykkisesti hauraita ihmisiä, tämä korostuu. Hyvän työyhteisön rakentaminen on tärkeää, sillä huono ilmapiiri tai sitoutumattomuus yhteisiin tavoitteisiin ja työn laatuun vaikuttaa merkittävästi muistisairaahan ihmisen hoitoon.

Omaisien roolin pohtiminen antoi minulle valmiuksia toimia omaisten kanssa paremmin. Olemme joskus ainoa linkki asukkaan ja omaisen välillä, joten empaattii-

OSAAMINEN RATKAISEE IÄKKÄIDEN IHMISTEN HOIDOSSA

Kun neljällä viidestä ympärivuorokautisen hoidon asiakkaasta on muistisairaus, on erikoisosaamisen merkitys aivan muuta kuin marginaalinen. Sen vuoksi ammattilaisten kouluttautuminen muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnin tukemiseen on ratkaisevan tärkeää muistisairaiden ihmisten, henkilöstön hyvinvoinnin ja yhteiskunnan kannalta, sanoo Amia Muistikeskuksen koulutus- ja kehittämistoiminnan johtaja, dosentti, FT ja erikoissairaanhoidaja Ulla Eloniemi-Sulkava.

TEKSTI ULLA ELONIEMI-SULKAVA

VÄESTÖN VANHENEMINEN, ja sen myötä lisääntyvä hoidon tarve sekä hoitajapula ovat median kestoaiheita. Syrjään jää tieto, että suurin osa yli 75-vuotiaista selviytyy arjestaan itsenäisesti ja elää tavallista aktiivista aikuiselämää. Vain noin joka viides tuos-

ta ikäryhmästä saa säännöllistä kotihoitoa tai asuu ympärivuorokautista hoitoa tarjoavassa palveluasunnossa.

Olisiko siis aika pysähtyä miettimään, keitä ovat nämä median ja politiikkapuheidon ”vanhukset”, joita hoitamaan ei saada lain 1.4.2023 vaatimaa 0,7 hoitajaa asiakasta kohden? Ja mitkä ovat asiakkaiden inhimilliset tarpeet, joihin hoidossa tulee vastata?

VALTAOSALLA HOIDOSSA OLEVISTA IÄKKÄISTÄ IHMISSÄ ON MUISTISAIRAUS

Väestöpohjaiset tutkimukset osoittavat, että suurimmalla osalla koti- tai ympärivuorokautista hoitoa tarvitsevista ihmisistä on muistisairaus: kotihoidossa noin 60

prosentilla ja hoitopaikoissa yli 80 prosentilla. Heillä on usein myös muita sairauksia.

Iäkkäiden ihmisten parissa työskentelevien ammattilaisten kouluttaminen muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnin tukemiseen on keskeistä niin hoidon laadun, henkilöstön hyvinvoinnin kuin resurssien parantamiseksi. Sen vuoksi henkilöstötoimituksen rinnalle on vahvasti nostettava henkilöstön osaamisen vahvistaminen ammatinimikkeistä riippumatta.

Ammatillisessa peruskoulutuksessa saadaan harvoin riittävää muistityön tietopohjaa ja osaamista. Tämä on kuitenkin välttämätöntä muistisairaiden ihmisten elämänlaadun ja henkilökunnan työhyvinvoinnin kannalta. Muistisairaahan ihmisen hyvin-



nen kohtaaminen, kyky olla läsnä ja kuunnella sekä rakentaa luottamus on todella tärkeää.

TOIMINTAKYKY ON LAAJA KOKONAISUUS, JOKA HEIJASTAA ELÄMÄNLAATUA

Muistisairaahan ihmisen toimintakyky on laaja kokonaisuus, joka käsittää muuta kuin vain fyysisen toimintakyvyn. Olen huomannut, kuinka suuri merkitys ympäristöllä ja muilla ihmisillä on yksittäisen henkilön toimintakykyyn. Etenkin ryhmäkodeissa, joissa asukkaat ovat hyvin sidoksissa hoitohenkilökuntaan, on tärkeää, että hoitajat ymmärtävät toimintakyvyn eri osa-alueita, osaavat arvioida ja tehdä toimintakykyyn liittyviä havaintoja sekä toimia näiden pohjalta.



Toimintakyky ja elämänlaatu kulkevat käsi kädessä.

Erilaisten psykososiaalisten menetelmien, kuten muistelun, musiikin ja eläintherapian vaikutuksia käytiin läpi jo lähihoi-

tajakoulussa. Työelämässä olen huomannut niiden jäävän aivan liian vähälle.

Entäpä sitten saattohoito. Muistisairaita hoitaessani olen törmännyt siihen, kuinka henkilön vointi huononee aluksi roimasti, jolloin tehdään saattohoitopäätös. Joidenkin viikkojen jälkeen henkilön vointi kuitenkin kohenee, mutta saattohoitopäätös jää silti voimaan. Ymmärsin oikeastaan vasta nyt, kuinka vaikeaa muistisairaahan ihmisen saattohoitopäätöksen tekeminen voi olla. Taudinkulkua ei välttämättä tiedetä. Henkilöllä on saattanut olla esimerkiksi infektio, joka on jäänyt huomamatta, mutta koska tämän vointi on huonontunut, tehdään saattohoitopäätös miettimättä henkilön aiempaa vointia. Ymmärsin, kuinka tärkeää on suunnitella hoitolinjatukset etukäteen. 

voinnin tukeminen vaatii tietoa, syvää ymmärrystä ja kokonaisvaltaista ajattelua. Tietotaito tuo työhön merkityksellisyyttä ja antaa ratkaisuja kuormittaviin tilanteisiin.

MUISTISAIRAUDEN SYVÄT VAIKUTUKSET

Muistisairaudet ovat elimellisiä aivosairauksia, jotka aiheuttavat muutoksia ihmisen kognitiivisiin eli tiedonkäsittelyn taitoihin. Näitä ovat esimerkiksi muistiin, puheen tuottamiseen ja ymmärtämiseen, toiminnanohjaukseen, hahmottamiseen sekä liikesarjojen käynnistymiseen liittyvät vaikeudet. Vaikeudet näkyvät fyysisessä toimintakyvyssä ja käyttäytymisessä.

Ihmisen itsensä kannalta muutokset ovat usein pelottavia. Hän menettää kykyään puolustaa itseään vaikeaksi kokemassaan tilanteessa. Käyttäytymisen normit eivät toimi, jolloin hän esimerkiksi puolustaa reviiiriään lyömällä. Hän ei ehkä ymmärrä, mitä häneltä odotetaan tai mitä on tapahtumassa. Ympäröivä maailma voi tuntua hyvin kaoottiselta, mikä näkyy jatkuvana kävelynä tai kyselyinä. Siksi hän tarvitsee ihmiskeskeisesti toimivia ammat-

tilaisia, jotka pysähtyvät kuulemaan ja kohtaamaan hänet sekä välittävät hänen kokemuksistaan. Ihmisiä, jotka haluavat ymmärtää hänen näkökulmansa.

Useimmiten yhteys syntyy parhaiten tunteiden, eikä järjellisten selitysten avulla. Se voi syntyä, kun ammattilainen asettuu muistisairaahan ihmisen tilanteeseen ja pyrkii tulkitsemaan hänen kokemuksiaan, toiveitaan ja tarpeitaan sekä vastaamaan niihin. Ihminen ei välttämättä kykene kertoamaan fyysisistä kokemuksistaan. Ammattilaisen tulee herkästi kiinnittää huomioita myös mahdollisiin fyysisiin vaikeuksiin, ja osata arvioida esimerkiksi lääkkeiden vaikutuksia.

TÄYDENNYSKOULUTUKSEN MERKITYS

Työ muistisairaiden ihmisten parissa on mielenkiintoista ja antoisaa. Käytäntöä ei ohjaa suoritteet vaan ihmisyyys. Ammattilainen saa olla läsnä kokonaisena ihmisenä, jolla on sydän ja aivot, joita hän käyttää erityisosaamista vaativassa työssään. Työ vaatii kiinnostusta ihmiseen ja hänen kokonaistilanteeseensa. Se vaatii havainnoi-

vaa, pohtivaa ja monitasoista työskentelytapaa.

Vaikuttava täydennyskoulutus tukee tutkimustiedon siirtymistä käytännön hoitotyöhön. Tämä on mahdollista, kun opiskelijat tekevät koulutuksen aikana omassa työssään toteutettavia soveltamistehtäviä. Parhaimmillaan koulutus on oivalluttava oppimisprosessi, jonka ansiosta työntekijä kasvaa ihmiskeskeiseen toimintaan. Tätä kasvua tukee tiimin yhteinen tahtotila ja taitava esihenkilö.

On myös tärkeää osaamista arvosten todeta, että kaikki ammattilaiset eivät sovellu iäkkäiden tai muistisairaiden ihmisten hoitotyöhön. Kaikki eivät täydennyskoulutuksista huolimatta kasva ihmiskeskeiseen toimintaan. Nyt on korkea aika korostaa alan vaativuutta ja henkilöstön erikoisosaamisen merkitystä.

Päiväkumpu ja Amia Muistikeskus tekevät yhteistyötä Päiväkummun hoitohenkilöstön kehittämisessä ja muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa. Lisää tietoa Amia Muistikeskuksesta löydät osoitteesta www.amia.fi. 



MUSIIKIN MERKITYS MUISTISAIRAALLE

Lokakuussa 2021 avautui Malminkartanoon muistisairauksien hoitoon erikoistunut osaamiskeskus, jossa on neljä ryhmäkotia muistisairaille. Muistisairaita asukkaita asuu myös Paloheinän ja Vuosaaren ryhmäkodeissa. Toimin Päiväkummussa hoivamuusikkona ja järjestän viikoittain asukkaille musiikillisia hetkiä ja elämyksiä.

TEKSTI JYRKI MYLLYLÄ • **KUVAT** KRISTIINA HEMMINKI

Sosiaalisessa mediassa on levinnyt kaksi viraaliksi hitiksi ympäri maailmaa muodostunutta videota. Toisessa niistä yli 90-vuotias muistisairas, pyörätuolissa istuva entinen balettianssi ja kuuntelee Tsaikovskin Joutsenlampea. Yhtäkkiä hän alkaakin tekemään balettiliikkeitä ja näyttää muuttuvan Odetteksi, primaballerinaksi esiintymislavalla ja silmät alkavat säkenöimään.

Toisessa vastaavaksi viraalihitiksi nousseessa videossa muistisairaudesta kärsivä yli 80-vuotias entinen musiikinopettaja, alkaa improvisoidaan poikansa antamalla neljällä äänellä ja siitä syntyy huikea sävellys. Nämä esimerkit kertovat siitä, millainen voima musiikilla voi olla muistisairaalle elämässä.

Itse olen työssäni kohdannut muistisairaita, jotka eivät juurikaan puhu, mutta pystyvät laulamaan ulkomuistista pitkiäkin pätkiä tutuista lauluista. Vastan on tullut myös sellaisia henkilöitä, jotka eivät tiedä missä ovat ja mihin ovat menossa, mutta kun antaa kitaran käteen, niin kaikki tarvittavat soinnut löytyvät. Musiikkiin liittyvä tekeminen näyttäisi säilyvän muistissa, vaikka lähimuisti alkaisikin hiipumaan. Samoin olen huomannut musiikin rauhoittavan vaikutuksen.

Psykologian tohtori ja Helsingin Yliopiston apulaisprofessori Teppo Särkämö tutkimusryhmineen selvittää parhailaan, millaisia tunteita ja omaelämäkerrallisia muistoja musiikki muistisairaassa voi herättää. Ryhmä tutkii, miten musiikkia voidaan hyödyntää hoidossa ja kuntoutuksessa. Tuloksia tästä tutkimuksesta raportoitaneen reilun vuoden kuluttua. Aikaisemmissa tutkimuksissa on selvinnyt, että musiikki herättää muistisairaassa tunteita, aktivoi psyykkisesti ja fyysisesti sekä toimii myös vuorovaikutuksen välineenä. Musiikin on todettu yleisellä tasolla tarkasteltuna vähentävän muistisairaahan haasteelliseksi koettua käyttäytymistä, ilmeisesti vähentävän ahdistuneisuutta sekä mahdollisesti vähentävän kiihtyneisyyttä ja aggressiivisuutta. Hyviä tuloksia on saatu käyttämällä nimenomaan muistisairaahan lempimusiikkia. Tässä kohtaa tärkeäksi asiaksi muodostuukin muistisairaahan henkilön musiikkimaun ja musiikillisen historian tunteminen. Mikäli henkilö ei pysty itse kertomaan asiasta, voisivat omaiset valaista asiaa hoito henkilökunnalle.

Tärkeässä asemassa on myös hoito henkilökunnan ”salapoliisityö” eli yrittää havainnoimalla selvittää muistisairaahan lempimusiikkia. Tutun laulun hyräileminen esimerkiksi hoitotilanteessa, voi rauhoittaa asukasta ja toimet sujuvatkin hienosti (hoivalaulu). Hoivamuusikon viikoittaiset vierailut ryhmäkodeissa ovat toki tärkeitä, mutta vielä tärkeämpää ja vaikuttavampaa olisi, mikäli ohjattuja musiikkihetkiä on säännöllisesti, vaikka joka päivä. Taus-tamusiikki ei aja samaa asiaa, melkein pä-

päinvastoin. Jatkuva hälinä voi aiheuttaa levottomuutta muistisairaassa. Kannustaisinkin sekä hoitajia (ja myös omaisia) järjestämään matalalla kynnyksellä musiikkituokioita. Ei tarvitse olla ammattilaulaja voidakseen ilahduttaa toista laulullaan. Tai voi vaikka yhdessä kuunnella musiikkia ja keskustella siitä sekä sen herättämistä tunteista ja muistoista (aktiivinen kuuntelu). Vaikka muistisairas ei enää seuraavassa hetkessä muistaisi äskeistä musiikkituokiota, saat-taa sen vaikutus kuitenkin säilyä hyvänä

tunteena ja mielenä koko päivän ja helpottaa nukahtamista.

Meille, jotka emme vielä ole hoivakotivaiheessa, kannustaisin tekemään musiikillisen testamentin, oman elämän soitto-listan. Tällainen lista helpottaisi sekä omaisten että hoito henkilökunnan työtä. Jos mietin itseäni, niin en todellakaan haluaisi kuulla mitä tahansa musiikkia siinä vaiheessa, kun en itse enää pysty ilmaisemaan tahtoani. No, en kylläkään ole vielä listaa tehnyt... 🎵





STINA ARVOSTAA KIIREETTÖMIÄ ASIAKASKOHTAAMISIA

Stina Kärkkäinen on työskennellyt sairaanhoitajana Päiväkummun kotihoidossa marraskuusta 2017 lähtien. Parasta työssä ovat sosiaalisen ja ihmisläheisen Stinan mielestä ihanat asiakkaat ja loistava työyhteisö. Elämäniloa Stinalle tuottavat perhe, ystävät ja läheiset, sekä kulttuuritapahtumat ja luonnossa liikkuminen.

KUVA JA TEKSTI RIIKKA MÄYRÄNEN

Stinan lapsuuden toiveammatti oli sairaanhoitaja ja kätilö, eikä hänen omien sanojensa mukaan oikein muuta alaa koskaan harkinnutkaan. Hän valmistui psykiatriseksi sairaanhoitajaksi vuonna 1998, ja teki jo sitä ennen kesätöitä hoitoapulaisena. – ”Oikeastaan lähes koko ajan olen tehnyt työtä ikäihmisten kanssa, ja pitänyt siitä kovasti. Se on aina tuntunut omalta alalta.” Stina kertoo.

Päiväkummussa Stina aloitti marraskuussa 2017. Hän oli aikaisemmin ollut pääsääntöisesti töissä hoivakodeissa, ja halusi kokeilla jotain uutta. Käytyään työhaastattelussa ja kuultuaan Päiväkummun toimintafilosofiasta, se tuntui heti omalta. Stina kertoo arvostavansa todella paljon sitä, että Päiväkummun kotihoidossa käynnit ovat yleensä tunnin mittaisia. Se mahdollistaa asiakkaan kiireettömän kohtaamisen ja kokonaisvaltaisen huomioimisen.

Kotihoitajat käyvät asiakaskäynneillä asukkaiden kodeissa päivittäin. Useimmiten kotikäynnit sujuvat rauhallisesti ja suunnitellusti, mutta toisinaan tulee vastaan yllättäviä tilanteita, jotka vaativat toimimaan nopeasti, tai keksimään ratkaisuja lennosta. Stina iloitsee mahdollisuudesta keskittyä yhteen asiakaskohtaamiseen kerrallaan. Sairaanhoitajan työnkuva ei juurikaan poikkea Päiväkummun Koti-

palveluissa lähihoitajien työnkuvasta, toki joitain tehtäviä on erilaisia, mutta periaatteessa kaikki kotihoitajat tekevät kaikkea.

Stinan tyypillinen työpäivän on aamu-vuoro arkipäivänä. Päivässä on noin viisi asiakaskäyntiä, ja käynnit yleensä tunnin mittaisia. Siirtymiin asiakkaan luota toiselle menee jonkin verran aikaa, kun asiakkaat asuvat usein eri puolilla pääkaupunkiseutua. – ”Olen toiminut myös tutkimushoitajana ja esihenkilönä, mutta asiakastyössä ja hoitotyössä olen omimmillani. Pidän työstäni.” Stina kertoo.

Sairaanhoitajan työ kotipalveluissa on itsenäistä, vaikka toki työkaverit ovat puhelimitse tavoitettavissa. Parasta työssä ovat Stinan mielestä asiakkaat ja työyhteisö. – ”Meillä on pieni työporukka, ja asiakkaat tulevat nopeasti tutuiksi. On ihanaa tehdä työtä rauhassa, ilman jatkuvaa kiireen tunnetta. Hyvä, kannustava työilmapiiri ja esihenkilöiden tuki ja joustavuus on myös tärkeää.” Stina toteaa.

Päiväkumpua työnantajana Stina

kuvailee joustavaksi ja työntekijöitä aidosti arvostavaksi. Haastavissa tilanteissa voi aina luottaa työyhteisön ja esimiehen tukeen. Myös se, että asioista voidaan puhua työyhteisössä suoraan, on Stinan mielestä tärkeää. – ”Tärkein palaute tulee kuitenkin aina asiakkailta, yleensä jo kotikäynnin aikana. Se ei välttämättä ole aina sanoitettua, mutta kyllä sen huomaa, jos on onnistunut käynnillä ilahduttamaan asiakasta arkisten töiden ohessa. On mukava kuulla myös omaisten ja työkaverien kautta, kuinka tyytyväinen asiakas on ollut. Viimeksi eilen sain viestin omailta, joka välitti kiitokset omasta ja omaisensa puolesta.” Stina kertoo.

Hoitoalalle hakeutumista harkitseville Stina haluaa välittää innostavat ja kannustavat terveiset. – ”Kannattaa rohkeasti kokeilla! Ja muistaa se, että kenttä on laaja. Vaikka joku alue ei tunnu omalta, joku toinen voi tuntua. Työ on toki ajoittain kuormittavaa sekä fyysisesti että henkisesti, mutta antaa myös paljon.”

”Oikeastaan lähes koko ajan olen tehnyt työtä ikäihmisten kanssa, ja pitänyt siitä kovasti. Se on aina tuntunut omalta alalta.”

UNELMIEN VUORANTA

Meri välkkyi isojen mäntyjen välissä. Kesäinen tuuli hellii lempeästi. Kävelen pitkälle laiturille ja istahdan ihailemaan maisemia ja kiikaroimaan päivän lintuhavaintoja. Meri tuoksuu ja aurinko lämmittää. Katsahdan rakennustyömaan suuntaan. Tuntuu hyvälle. Vuorannan saneeraaminen hoitokodiksi on ollut perheemme pitkäaikainen unelma, ja nyt se on vihdoinkin totta!

TEKSTI ANNE KANGAS • HAVAINNEKUVAT STUDIO PUISTO ARCHITECTS • VALOKUVA IRMA VÄÄTÄINEN

Keväällä 2023 Päiväkumpu avaa uuden korkeatasoisen hoitokodin Vuorantaan Helsingin Vuosaaresa. Suojeltu rakennuskohde tunnetaan viime vuosikymmeniltä legendaarisena Alkon entisenä koulutuskeskuksena, hotellina ja viimeisimmin vastaanottokeskuksena. Sittemmin ”aavehotelliksi” mediassa tituleerattu rakennus on ollut tyhjiillään ja pääsyt pahasti rapistumaan.

Päiväkummun toiminnan laajentaminen Vuorantaan ei ole ollut suinkaan helppo tehtävä. Kaksitoista vuotta sitten veljeni Ville Väättäinen tutki hoitokodiksi sopivia kiinteistöjä, jotka sijaitsisivat meren rannalla. Meri on aina viehättänyt meitä molempia – kuten vanhempiammekin. Olisi upeaa päästä rakentamaan hoivakoti kauniisiin merellisiin maisemiin. Näytti siltä, että Vuorannan kiinteistö

voisi hyvinkin toimia hoitokotina ja teimme ensimmäiset tiedustelut kohteesta jo 12 vuotta sitten. Kiinteistön omistajalla oli kuitenkin tuolloin toisia ajatuksia kohteeseen liittyen.

Unelma merellisestä korkeatasoisesta hoitokodista Vuorannassa ei kuitenkaan jättänyt perhettämme rauhaan. Näiden 12 vuoden aikana tuli käytyä Vuorannassa useampaan otteeseen ja pohdittua erilaisia ratkaisuja. Onneksi viime syksynä Vuoranta saatiin takaisin suomalaisomistukseen ja pitkään käyttämättömänä olleen kohteen mittava saneeraustyö saattoi alkaa. Kohteen kehittämisestä on vastannut Guud Invest ja sen omistaa Evli Pankin hoiva-kiinteistörahasto Evli Healthcare I. Uniikkia kohdetta lähdettiin alusta saakka aktiivisesti suunnittelemaan ikäihmisten palvelutaloksi paikan historiaa kunnioittaen.

VUORANNASSA SATSATAAN LAATUUN

Päiväkummun toiminta on sen perustamisesta lähtien pohjautunut elämäilon toimintafilosofiaan. Päiväkummussa haluamme arkisten tarpeiden tyydyttämisen lisäksi rakentaa asukkaille täysipainoista ja merkityksellistä elämää – elämää, jossa on iloa! Hyvä elämä ja elämänilo rakentuvat asukkaille usein hyvin yksilöllisistäkin tarpeista, toiveista ja odotuksista. Jokaisen yksilölliset tarpeet ja toiveet otetaan huomioon jo muuttoa hoitokotiin suunniteltaessa, ja hoitokodissa asuessa.

Eri ammattilaisista koostuva moniammatillinen tiimimme turvaa asukkaiden elämää vuorokauden ympäri – ja huolehdi siitä, että yksilölliset hoito- ja palvelusuunnitelmat toteutuvat. Vuorannan moniammatilliseen tiimiin kuuluvat mm.





lääkäri, sairaanhoitajia, lähihoitajia, fysioterapeutti sosionomi, kokkeja, siistijöitä, hoivamuusikko ja monia muita sisältöriik-kaan elämän rakentajia. Pohjaamme tekemisemme uusimpaan tietoon ja tutkimukseen. Haluamme olla kehittämässä alamme toimintaa aktiivisesti.

Vuorannassa satsaamme ensiluokkai-seen hoitoon viihtyisissä tiloissa upeilla näkymillä. Viihtyisien tilojen luojina meidän päiväkumpulaisten tukena ja apuna on ollut kohteen arkkitehti Marko Salo Avarc arkkitehteilta ja sisustusarkkitehteina ovat toimineet Emma Johansson ja Tuula Vitie Studio Puistolta.

Kohteeseen tulee 31 tehostetun palveluasumisen asukashuonetta ja 12 asuntoa palveluasumisen asiakkaille. Yli puolessa tehostetun palveluasumisen asukas-

huoneista ja kaikista palveluasunnoista on merinäköala.

PERHE ON TÄRKEÄ VOIMAVARA

Toimintafilosofiaamme kuuluu ajatus siitä, että jos yksi perheenjäsen on hoitokodissamme, niin koko perheellä on myös koti siellä. Tämä on myös Vuorannan toiminnan yksi kantavista teemoista. Olemme aivan erityisellä tavalla halunneet Vuorannassa huomioida perheen osallisuuden asukkaan elämään.

Monille hyvä arki merkitsee hyviä suhteita toisiin ihmisiin, kuten puolisoon, perheeseen, ystäviin tai yhteisöön. Se on toista kunnioittavaa ja arvostavaa kohtaamista ja kohtaantumista. Hoivakodeissa on usein liian vähän tiloja, joissa läheiset voivat viettää yhteistä aikaa. Vuorantaan

onkin rakennettu omia erilaisia tiloja, joissa lapsenlapsetkin voivat viihtyä ja viettää aikaa isovanhempien kanssa. Nämä tilat ovat perheiden varattavissa yksityiskäyttöön.

Perheiden ja yhdessäolon huomioimisen lisäksi Vuorannan toiminnan sielun muodostavat luonnon läheisyys ja upea merellinen sijainti. Tulevaisuudessa tulemme varmasti näkemään asukkaita perheineen ja avustajineen pihalla ulkoilemassa, ja kesän tullen usaliaammat voivat pulahtaa mereen uimaan tai kahlata rantavedessä. Sokerina pohjalla Vuorannan ylpeytenä on laadukas oman keittiön ruoka, sekä monipuoliset tilat yhteisiin ruokailuhetkiin, sisällä tai ulkona.

Olen ollut osaltani rakentamassa Vuorantaa juuri sellaiseksi paikaksi, jossa itse, vanhempani ja kaikki muutkin rakkaat läheiseni viihtyisivät. 



Senioriasiakkaat ulkoilevat ahkerasti kotipalvelun palveluohjaajan innostamina.



Päivätoiminta Eloisan asiakkaat päiväkahvilla

ELÄMÄNILOISTA TOIMINTAA MALMINKARTANON MUISTI- OSAAMISKESKUKSESSA

Malminkartanon muistiosaamiskeskuksen toiminta käynnistyi vauhdikkaasti lokakuussa 2021, kun Ainolan, Vipulan, Kullervon ja Vanamon asukkaiden kauan odotettu muutto uusiin tiloihin toteutui. Talossa asuvien senioriasukkaiden – ja samalla koko alueen asukkaiden – palvelutarjonta lisääntyi Cafe Elon ja päivätoiminta Eloisan avatessa ovensa. Verkostoituminen alueen muiden toimijoiden kanssa on lähtenyt käyntiin, ja johtanut yhteistyöhön mm. pääkaupunkiseudun karvakavereiden kanssa.

TEKSTI HELENA PEKKARINEN

KUVAT PÄIVÄKUMMUN KUVA-ARKISTO/HENKILÖKUNTA

SENIORIASUKKAIDEN ELÄMÄNILOINEN YHTEISÖ

Talossa asuvat senioriasukkaat ovat löytäneet talon tarjoamat palvelut. Kuntosali on ahkerassa käytössä ja saunavuoroja on varattu aktiivisesti. Asukkaille on tarjolla myös Kotipalvelu Päiväkummun kotihoito ja -siivouspalvelut, joita räätälöidään asukkaille jokaisen yksilöllisen tarpeen mukaisesti. Muistiosaamiskeskuksen alakerran hoituhuoneessa on tarjolla jalkahoitajan, hierojan ja kampaajan palvelut, jotka ovat erityisen suosittuja talon asukkaiden keskuudessa.

Kotipalvelun palveluohjaaja järjestää joka tiistai asukkaille ohjelmaa. Kokoontuminen tapahtuu talon kerhotilassa, josta usein jalkautaan porukalla ulkoilemaan, retkille lähimaastoon, tai tutustumaan asukkaiden valitsemiin kohteisiin. Kannelmäen palvelukeskuksen ohjaaja ja Kaarelan alueliikunnan liikuntakoordinaattori ovat käyneet kertomassa toiminnastaan asukkaille. Tutustumiskäynneillä on käyty palvelukeskuksessa ja läheisessä kappelissa.

Tavoitteena on madaltaa kynnystä, ja aktiivista asukkaita myös talon ulkopuolisten harrastusten ja tapahtumien pariin.

Asukkaista on tietysti löytynyt paljon erilaista osaamista ja lahjakkuutta. Kerhotilassa on kuultu ajatuksia toimittajan työstä ja nyt parhaillaan olemme järjestämässä taidenäyttelyä yhteiseen aulatilaan. Ja voin vakuuttaa, että tämä on vasta alkua – luovuutta ja lahjakkuutta täältä löytyy!

Eräällä tapaamiskerralla mietimme, mikä tässä iässä on parasta. Asukkaat kiteyttivät asian näin: ”Tässä iässä parasta on, kun saa olla oma itsensä, vapaus, vapaaehtoisuus, voi jakaa vastuuta toisen kanssa, kokemus, itsenäisyys. Tässä iässä voin vihdoinkin olla oma itseni, tehdä mitä haluan, olla tekemättä mitään, pyytää apua.”

CAFE ELO ON LÖYTÄNYT TIENSÄ ALUEEN ASUKKAIDEN SYDÄMIIN

Lämmihenkinen ja viihtyisä Cafe Elo on löytänyt tiensä lähialueen asiakkaiden sydämiin. Ravintolasta löytyvät mieluisat palvelut niin lapsiperheille, työikäisille, kuin ikäihmisillekin. Cafe Elosta onkin muodostunut varsinainen eri sukupolvien kohtaamispaikka! Erityisen suosittuja ravintolapalveluita ovat arkipäivisin tarjolla oleva monipuolinen lounas ja viikonloppujen maittavat brunssit. Kodikkaiden ja viihtyisien sisätilojen lisäksi asukkaita on ilahduttanut ravintolan luonnonläheinen ja tilava terassi. Ravintolan tapahtumatarjonta on monipuolista – kannattaakin ottaa nyt viimeistään seurantaan Cafe Elon sometili, jossa tiedotetaan ajankohtaisesta tarjonnasta.

Cafe Elo järjestää ammattitaidolla yksityistilaisuudet ja juhlat. Ravintolasalin lisäksi varattavissa ovat myös Monitoimitila Eloisan valoisat ja kauniit tilat, ja niissä onkin ehditty jo viettää monet onnistuneet syntymäpäivät, rippijuhlat ja ristiäiset!

RYHMÄKOTIEN ASUKKAIDEN ARKI ON MONIPUOLISTA

Ryhmäkotien arki rakentuu paljolti normaalielämän rutiinien ympärille, kuten meidän kaikkien kotona asuminen. Arkeen kuuluu myös ulkoilu. Se voi olla kierros lähimetsäs-

sä tai vaikkapa marjojen maistelua omalla aidatulla pihalla keinussa istuen. Ahkerassa käytössä ovat olleet myös ryhmäkotien kauniit terassit, joissa asukkaat ovat viihtyneet – istutuspuuhissa, musiikkihetkissä, myös makoisilla päiväunilla torkahdellen.

Hoivamusikko Jyrki vierailee yksiköissä säännöllisesti laulattamassa ja soittamassa kitaraa, saksofonia tai haitaria, ja samalla jututtamassa asukkaita. Musiikki on tie muistoihin!

Kesällä hankimme asukkaiden arkea ilahduttamaan, yhdessäoloa tukemaan, ja toimintakykyä ylläpitämään Hilda-sisältöpalvelun. Se mahdollistaa mm. monipuoliset, fysioterapeuttien suunnittelemat tuolijumppahetket, musiikki- ja muistelutuo-kiot sekä erilaiset luontoelämykset ja noja- tuolimatkat.

Pääkaupunkiseudun karvakavereiden Gassu-kissa ja Mersu-koira tekivät ensimmäiset vierailut ryhmäkodeissa keväällä. He kyllä hurmasivat kaikki – niin hoitajat kuin asukkaatkin! Myös pari vapaaehtoista, jotka ovat aiemminkin toimineet Lukulähettinä, ovat lupautuneet meille lukijoiksi.

Ryhmäkodinasukkaiden kanssa on tehty retkiä alueen tapahtumiin mahdollisuuksien mukaan. Esimerkiksi kesän grilli-kausi aloitettiin toukokuussa Diakoniatyön järjestämässä grillijuhlissa läheisen kappelin pihamaalla.



Pääkaupunkiseudun karvakavereiden Gassu-kissa ihastuttaa sekä asukkaita että henkilökuntaa.

PÄIVÄTOIMINNASTA VIRKEYTTÄ ARKEEN

Päivätoiminta Eloisa pääsi aloittamaan toimintansa elokuussa 2022. Sen toiminta on suunnattu kotona asuville ikääntyneille ja muille päivätoiminnasta hyötyville henkilöille. Toiminnan tarkoituksena on tukea asiakkaiden kotona asumista ja omaishoitajien arkea sekä lievittää yksinäisyyttä. Pyrimme tukemaan ikäihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia ja tuomaan arkeen elämän mielekkyyden kokemuksia sekä virkistäviä yhdessäolonhetkiä. Kiinnitämme työssämme erityisesti huomiota myönteisten tunteiden vahvistamiseen ja kohtaamisten voimaannuttavaan merkitykseen.

Uuden toiminnan käynnistäminen ja aloittaminen vaatii huolellista suunnittelua ja valmistelua. Ennakkovalmistelua ja ponnistelu palkittiin, kun taksi kurvasi pihaan ensimmäistä kertaa ja toivotimme asiakkaat tervetulleiksi. Se tuntui todella hyvältä! Toimintaa on aluksi kahtena päivänä viikossa.

Asiakaslähtöisyys ja laatu ovat meille tärkeitä. Toiminnan käynnistyttyä pääsemme tutustumaan uusiin asiakkaisiimme, toteuttamaan suunnitelmiamme ja hiomaan käytänteitä tarpeiden ja toiveiden mukaisesti.

Tunnelma on ollut lämmin ja avoin. Tästä se lähtee! 🐾



Hoitokodin asukkaat nauttivat hoivamusikon järjestämästä ohjelmasta terassilla.

"Ilo tuo iloa"



Työniloa ilahduttamisesta

JUKIS NAUTTII MONIPUOLISESTA TYÖSTÄÄN KEITTIÖ KARPALON KEITTIÖPÄÄLLIKKÖNÄ

Keittiö Karpalon keittiöpäällikkönä tammikuusta 2020 toiminut Matti Mattinen, kutsumanimeltään Jukis, on energinen ja positiivinen moniosaaja. Kokin ja keittiöpäällikön tehtävien lisäksi hän hoitaa tarvittaessa myös hoitokotiemme kiinteistöhuollon tuuraukset. Elämäniloa Jukikselle tuottavat kotona lapset ja puoliso, sekä kaverit ja Elvis. Työssään hän iloitsee työtehtävien monipuolisuudesta, sekä ennen kaikkea muiden ilahduttamisesta arjessa.

TEKSTI RIIKKA MÄYRÄNEN • KUVA STUDIO VILJA HARALA

Jukis valmistui rakennusmestariksi 90-luvun alussa. Sen jälkeen hän jatkoi insinööriopintoihin, mutta huomasi jatkuvasti olevansa mukana ravintoloiden saneerausprojekteissa. Kiinnostus ravintola-alaa kohtaan heräsi tätä kautta. Kokkikouluilmoituksen nähtyään Jukis päätti hakea opintopaikkaa ja sillä tiellä hän on edelleen – onnellisesti. Alanvaihdos avasi uuden maailman. – ”Rakastan ruokaa. Viihdyn silti paremmin pöydän työpuolella. Joskus on kiva olla asiakas, mutta ehkä olen vaan enemmän luotu palvelemaan.” Jukis toteaa.

Päiväkumpuun Jukis päätyi tuttavansa suosituksesta. – ”Työkaverini 20-vuoden takaa eli Karpalon keskuskeittiön Tero soitti syksyllä -19 ja kertoi mahdollisuudesta. Otin yhteyttä Päiväkumpuun ja homma oli sillä selvä! Olin yli 20v tarjonnut leipää ja sirkushuveja, nyt oli tavallaan pay back -time: aika tehdä jotain oikeasti hyvää.”

Keittiö Karpalo tuottaa Päiväkummun asukkaiden ateriapalvelut. Työssään keittiöpäällikkönä Jukis kokee tärkeimmäksi tehtäväkseen pitää huolta tiimistään, Keittiö Karpalon henkilökunnasta. Aterioiden suunnittelun ja valmistuksen lisäksi kehi-

tetään ruokia yhdessä asukkaiden toiveiden mukaisesti. Työ sisältää tehtäviä keittiössä ja keittiön ulkopuolella. Rakennustaustastakin on hyötyä, sillä Jukis sijaistaa tarvittaessa myös Päiväkummun kiinteistövas-taava Tom Åbergia.

Keittiöpäällikön tyypillinen työpäivä alkaa usein tukkureissulla. Keittiöllä katsotaan tiimin kanssa päivän ja viikon kul-kua, ja ennakoidaan tulevaa. – ”Työpäiväni sisältää esimerkiksi laskujen käsittelyä, sähköpostiin vastaamista, salaattien soseu-tusta ja uusien makujen etsimistä vaikkapa vihersmuutietihin.” Jukis kertoo. Tukipal-

velujohtaja Karri Nieminen on Jukiksen ja tiimin tukena pohtimassa ateriapalveluita koskevia päätöksiä ja ratkaisuja.

Esimiehenä Jukis haluaa jakaa tiimilleen ensisijaisesti positiivisuutta. Kysyttäessä tärkeitä oivallusta työssään hän hihkaisee miettimättä – ”Hyvä tekee hyvää ja ilo tuo iloa!

Miksi emme samalla vai-valla tekisi asioita hyvin.

” Näin hän myös aidosti kokee asian olevan. – ”Meillä on asiat todella hyvin, meillä on tiivis pieni

nippu erilaisia osajia. Jaamme tietoa ja opetamme toisiamme. Pienillä asioilla on lopuksi iso merkitys. Työn merkityksellisyys tulee hyvin konkreettisesti ilmi asukkailta saadussa palautteessa, joka ohjaa koko toimintaamme.”

Päiväkumpua työnantajana Jukis ylistää vuolaasti. – ” Parasta on, että teemme oikeasti hyvää ja arvokasta duunia. Omis-tajaosasto on loistava. Perheyritys näkyy ja tuntuu arjessa.”

Kysyttäessä mikä motivoi huonoina päivinä Jukis vastaa: – ”Ei ole huonoja päiviä, on vaan erilaisia ja niihin sitten erilaisia ratkaisuja. En luovuta, se ei ole edes vaihtoehto.”



TOMPAN KÄDENJÄLKI NÄKYYPÄIVÄKUMMUN KIINTEISTÖISSÄ

Kiinteistöpäällikkönä Päiväkummussa marraskuusta 2017 lähtien työskennellyt Tom Åberg eli Tomppa on suosittu vieras ja usein todellinen päivän pelastaja hoitokodeissamme. Hän nauttii nähdessään oman käden jäljen valmiin työn lopputuloksessa. Paras palaute työstä Tompan mukaan on kuitenkin hymyilevä ja iloinen asiakas.

TEKSTI RIIKKA MÄYRÄNEN • KUVA STUDIO VILJA HARALA

Kiinteistöpäällikön työtehtäviin kuuluu pääsääntöisesti kiinteistöjen ylläpito ja niistä huolehtiminen. Tyyppillinen työpäivä saattaa sisältää esimerkiksi vikojen paikallistamista ja korjaamista, teknisten huoltojen tekemistä lampunvaihtoihin ja iv-huoltoihin. Kiinteistöhuollolisten tehtävien lisäksi Tomppa toimii laitoshuoltajien esimiehenä. Hän vastaa myös sänkyjen ja apuvälineiden huoltoon liittyvistä asioista. – ”Aamuisin puran yleensä akuuttikeikkoja, jonka jälkeen siirryn te-

kemään muita ennalta määriteltyjä ja sovittuja asioita. Käyn säännöllisesti kaikissa yksiköissä huolehtimassa siitä, että asiat rullaavat ja laitoshuoltajilla on kaikki hyvin.” Tomppa kertoo.

Tomppa on koko ikänsä tehnyt käsillä töitä. Hän iloitsee voidessaan toteuttaa itseään ja tehdä työssään asioita, joista tykkää. Vaikka monet työtehtävistä tapahtuvat taustalla, eivätkä välttämättä näy konkreettisesti arjessa, sisältyy työhön paljon myös suorittavaa tekemistä asukkaiden, asiak-

kaiden ja muiden sidosryhmien kanssa. – ”Mahtavinta työssäni on vaihtelevuus ja tehtävien monipuolisuus, sekä se että voin itse päättää omista aikatauluista päivän aikana. Saan työniloa siitä, kun saan asiat hoidettua” Tomppa iloitsee.

Päiväkumpuun Tomppa päätyi kiinteistöhuollon palveluja meille aiemmin tuottaneen yrityksen kautta. – ”Suosittelevien kautta siirryin Päiväkummun palkkalistoille.” Tom muistelee. Parasta Päiväkummussa hänen mielestään on ihmisläheinen ajattelutapa. – ”Erotumme joukosta hyvällä tavalla. Matala organisaatiotaso tekee asioiden hoitamisesta helppoa, nopeaa, joustavaa ja järkevää.” Tomppa tuumii.

Tompan ajattelutapa on muokkautunut sellaiseksi, että työt tehdään siten, että voi ylpeänä sanoa itse tehneensä asian. Hän haluaa seisoa tekemiensä päätösten ja tekojen takana häpeilemättä. – ”Haastavat tilanteet saavat ajattelemaan mitä olisin voinut tehdä toisin. Se auttaa kehittymään. Huonoja päiviä on harvemmin, kun ajattelee positiivisesti. Se pitää mielen korkealla.”

Esimiehenä Tomppa haluaa olla luoda avointa ja luottamuksellista ilmapiiriä. – ”Kun ollaan rehellisiä ja puhutaan avoimesti asioista, niin pystymme kehittymään ja kehittämään toimintaamme paremmin ja paremmaksi.” Tompan mielestä on myös tärkeää olla kannustava ja avulias. – ”Yhdessä tekeillä työkin on kivampaa.” hän tiivistää. 





// Paras palaute
työstä on hymyilevä
ja iloinen asiakas."

// Tahtotilamme on
onnistua ja tuottaa
iloa ja tyytyväisyyttä
asiakkaillemme!



ILOA KOTEIHIN SIIVOUSPALVELUILLA

Olen Heidi Reiman, ja aloitin työni Päiväkummun kotisiivouksessa palvelukoordinaattorina lähes vuosi sitten. Rakastan työtäni, koska täällä on tilaa kasvaa, olla ja toimia omannäköisesti.

TEKSI HEIDI REIMAN • KUVA STUDIO VILJA HARALA

Jo työhaastattelussa käydessäni ihas-telin toimiston tiloissa käytettyjä vä-rejä, jotka loivat tunteen leikkisyy-destä, ilosta ja lapsuuden Linnanmäki-päi-vistä. Toimiston väki sai minut tuntemaan itseni sydämellisesti tervetulleeksi, eikä ol-lut epäselvää, että tässä yrityksessä haluan työskennellä. Näin siitäkin huolimatta, et-tä olin pari vuotta aiemmin vannonut, et-ten palaisi enää siivousalalle. Elämä tuot-taa yllätyksiä ja tästä yllätyksestä olen yhä kiittollinen.

Koen, että työni on hektistä ja ajoittain kuormittavaa, mutta ehdottomasti myös innostavaa ja motivoivaa. Suunnittelen asiakaskäynnit etukäteen ja useimmat niistä toistuvat säännöllisesti. Aikatauluun tulee kuitenkin muutoksia päivittäin. Pyrimme huomioimaan asiakkaiden toiveet mahdol-lisuuksien mukaan.

Tahtotilamme on onnistua ja tuottaa iloa ja tyytyväisyyttä asiakkaillemme!

Elämänilo merkitsee siivoustiimil-lemme sitä, että saamme tehdä työtä, joka on meille mieleistä, tarkoituksel-lista ja merkityksellistä. Päiväkummussa on vahvat perhearvot ja työskentelemme-kin siten, kuin siivoaisimme oman isän, tädin, ukin tai muun perheenjäsenemme kotia. Siivoustiimimme on pieni ja per-heenomainen. Se mahdollistaa nopean reagoinnin muuttuviin tilanteisiin. Meillä on hyvä vuorovaikutus ja lähei-set välit toistemme ja asiakkaiden kanssa.

Haluamme vastata asiakkaiden yksilölli-siin tarpeisiin.

Siivouspalveluiden avulla pystymme luomaan iloa asiakkaiden arkeen ja teemme sen mielellämme. Uskallamme häpeile-mättä sanoa tuottavamme elämäniloa asi-akkaillemme siivouspalveluiden avulla. Tyytyväiset asiakkaat antavat vastavuo-roisesti voimaa ja elämäniloa omaan työ-hömmö.

Elämänilon hetkiä on monenlaisia. Ilo välittyy esimerkiksi asiakkaasta, joka ker-too viikon kohokohdan täyttyneen sii-voojamme käynnistä. Puhtaan ja kiiltävän kodin lisäksi asiakas on kiittollinen saamas-taan ihanasta keskusteluseurasta.

Ilo välittyy myös kaatunutta kahvikup-pia harmittelevasta asiakkaasta, joka ei itse kykene enää siivoamaan. Hän on kiittollinen tietäessään, että tuttu luottosiivooja hoitaa kyllä sotkun.

Siivoojamme iloitsee huomattessaan, että ammat-titaidolla tehtyä työtä arvos-tetaan ja työn jälki merkitsee asiakkaalle niin paljon.

Päiväkummun kotisiivous kiittää kaikkia ihania asiakkai-taan ja toivottelee iloa ja valoi-sia ajatuksia hämärtyviin syysil-toihin! 



OMAN TOIMINTAKYVYN JA TARPEEN MUKAISTA PALVELUA – RAI-TIETOA HYÖDYNTÄEN

TEKSTI TUIJA LAMBACKA, OPERATIIVINEN JOHTAJA, KTM, HTM, GEROFUTURE OY

KUVA KRISTIINA HEMMINKI JA PÄIVÄKUMMUN KUVA-ARKISTO

LAKI MÄÄRITTÄÄ YMPÄRI-VUOROKAUTISEN HOIVAN PALVELUA

Me olemme kaikki erilaisia. Joku on kiinnostunut leipomisesta, toinen ulkoilusta, kolmas laulamisesta ja neljäs kädentöistä. Yhdellä meistä on haasteita liikkumisen kanssa, toisella lähimuistin kanssa ja kolmannella on avun tarvetta ruokailussa. Yksi viihtyy yksikseen, toinen kaipaa juttukavereita. Olemme kaikki erilaisia ja siksi meillä on erilaiset tarpeet. Kaikki ikäihmiset eivät kaipaa ja tarvitse piirulleen samanlaista hoivaa, vaan he tarvitsevat toimintakykynsä puolesta erilaisia asioita saadakseen viettää omanlaistaan, mielekästä arkea. Lähtökohtaisesti vain silloin, kun ikäihmisen saa

omaa toimintakykyään ja palvelutarvettaan vastaavaa hoitoa ja hoivaa, voidaan puhua laadukkaasta hoidosta.

Suomessa on lainsäädäntöä hoivan laatua koskien. Vanhuspalvelulain (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista, 28.12.2012/980) mukaan ikäihmiselle annettavan hoivan tulee olla laadukasta ja palvelun on turvattava hyvä hoito ja huolenpito. Niin ikään samaisessa laissa todetaan, että palveluiden on oltava tarpeisiin nähden riittäviä ja oikea-aikaisia. Eli siis, lain määritelmän mukaan, hoito ja hoiva on silloin laadukasta, kun se vastaa asiakkaan palvelutarpeeseen, joka puoles-

taan on selvitetty asiakkaan toimintakyvyn mittaamisen kautta.

RAI-ARVIOINTIVÄLINE

Viime vuonna voimaan tulee vanhuspalvelulain muutoksen myötä, ikäihmisten palvelutarve on jatkossa määritettävä RAI-arviointivälinettä (Resident Assessment Instrument) käyttäen. RAI on standardoitu tiedonkeruun ja havainnoinnin työkalu, jonka avulla ikäihmisen palvelutarpeet selvitetään yhdenmukaisesti ja monipuolisesti. RAI-arvioinnin tuottaman tiedon avulla palvelut pystytään suunnittelemaan yksilöllisesti ja kohdentamaan ikäihmisen tarpeita vastaaviksi. RAI-tietoa

/// Viime vuonna voimaan tulee vanhuspalvelulain muutoksen myötä, ikäihmisten palvelutarve on jatkossa määritettävä RAI-arviointivälinettä (Resident Assessment Instrument) käyttäen.”

hyödynnetään asiakkaan hoidon suunnittelussa ja sen tuottamaa tietoa on tarkoitettu käytettävän ikäihmisen hoito-, palvelu- ja kuntoutussuunnitelman laatimisessa.

RAI ei ole pelkästään työkalu asiakkaan toimintakyvyn ja palvelutarpeen arviointiin, vaan RAI:ta ja sen tuottamaa informaatiota voidaan hyödyntää monipuolisesti myös tietoon pohjautuvan johtamisen ja toiminnan kehittämisen työvälineenä. Kerätty RAI-tieto auttaa palveluntuottajia seuraamaan ja johtamaan yksiköitä, kohdentamaan resursseja näyttöön perustuen ja hyödyntämään tietoa myös laadun varmistuksessa ja omavalvonnassa. RAI-arvioinneista syntyy mm. asiakasrakennetta kuvaavia tunnuslukuja, joita voidaan hyödyntää asumispalveluyksikössä tarjottavia palveluita suunniteltaessa ja laatuindikaattoreita, jotka kuvaavat yksikössä ja organisaatiossa tarjottavan palvelun laatua.

RAI tuo hoidon laadun numeerisesti mitattavaan ja vertailtavaan muotoon. Sen kautta saadaan tietoa mm. siitä, paljonko ikäihmisillä on yksikössä virikkeitä ja aktiivista tekemistä hereillä oloaikanaan, onko hoito kuntoutumista ja toimintakykyä tukevaa, käytetäänkö yksikössä psykoosilääkkeitä ilman psykoottisia oireita, onko yksikössä ravistemukseen tai hygieniaan liittyviä ongelmia tai kärsivätkö asiakkaat kivusta saamatta kipulääkitystä. RAI nostaa siis esille mahdollisia hoidon laadun epäkohtia ja kehittämiskohteita, mutta tuo myös näkyväksi laadukkaan tekemisen. Asiakasrakennetieto puolestaan antaa mm. kuvan yksikössä asuvien ikäihmisten avun tarpeista eri arkitoiminnoissa, kuntoutumisen voimavaroista sekä kognitiivisesta, fyysisestä ja psykososiaalisesta toimintakyvystä. Näitä tietoja voidaan hyödyntää esimerkiksi asumispalveluyksikön toiminnan suunnittelussa ja omavalvonnassa.

RAI JA OMAVALVONTA

Omavalvonnan tarkoituksena on laadun ja asiakasturvallisuuden varmistaminen sekä riskien hallinta. Sen periaatteena on, että palveluntuottaja suunnitelmallisesti ja jatkuvasti kehittää omaa toimintaansa. Oma-

valvonnan lähtökohtana on, että yksikön toiminta-ajatus eli annettavat palvelut vastaavat yksikön asukkaiden tarpeita. Omavalvonnassa on näin ollen huomioitava yksikön asiakasrakenne. Toimintakykyä kuvaavat RAI-tiedot ovat hyvin keskeisiä asiakasrakenteen määrittämisessä, ja niillä on iso merkitys siihen, millaisia palveluita tai hoivaa yksikössä konkreettisesti on tarkoituksenmukaista tuottaa. Jos yksikössä asuvilla henkilöillä on esimerkiksi paljon jäljellä kognitiivista toimintakykyä ja heidän arkisuoriutumisen taso on hyvä, kannattaa yksikköön miettiä ja rakentaa aktiviteetteja tämän pohjalta. Aktiviteetteihin käytettyä aikaa voidaan sitten seurata ja mitata RAI:sta saatavilla laatuindikaattoreilla.

PÄIVÄKUMPU JATKUVAN PARANTAMISEN TIELLÄ

Päiväkummussa on jo pitkään käytetty RAI:ta asiakkaiden toimintakyvyn ja palvelutarpeen arvioinnissa. Organisaatiossa on käynnistetty keväällä 2022 RAI-tiedon laajempaan ymmärtämiseen ja hyödyntämiseen tähtäävä kehittämishanke yhteistyössä GeroFuturen kanssa. Yhteistyön tarkoituksena on, että Päiväkummussa ryhdytään entistä laajemmin ja monipuolisemmin hyödyntämään RAI-tietoa. Ajatuksena on käyttää RAI-tietoa asiakkaan hoidon suunnittelun lisäksi myös laadun varmistuksessa ja omavalvonnassa.

Kehittämishankkeen tavoitteena on varmistaa henkilöstön RAI-osaaminen ja RAI-arviointien luotettavuus Päiväkummussa sekä RAI-arviointien kautta syntyvän tiedon monipuolinen ja optimaalinen hyödyntäminen. Lisäksi tavoitteena on omavalvontasuunnitelmien päivittäminen siten, että niissä otetaan huomioon mm. RAI:n tuottama informaatio. Tarkoituksena on, että jatkossa Päiväkummussa osataan tulkita RAI-tietoa oikein ja hyödyntää sitä sekä asiakastasolla hoidon suunnittelussa että yksikkö- ja organisaatiotasolla laadun varmistuksessa, johtamisessa ja kehittämisessä. RAI-tiedon käyttö on myös tarkoitus integroida Päiväkummussa tukemaan sosiaalihuollon omaval-



vonnan sisältöjä. RAI-asiakasrakennetietoa hyödynnetään omavalvonnassa yksiköiden toiminta-ajatusen kuvaamisessa ja RAI-laatuindikaattoritietoja käytetään omavalvonnan seurantamittareina omavalvonnan eri osa-alueissa. Kehittämishankkeen tuloksena, Päiväkummun yksiköille määritellään omavalvontaan integroitavat kehittämistarpeet ja -toimenpiteet laadun parantamiseksi entisestään. GeroFuture kouluttaa, opastaa ja auttaa Päiväkumpua kehittämishankkeen toimenpiteissä.

MIKÄ ON GEROFUTURE?

GeroFuture on vuonna 2014 perustettu sosiaali- ja terveyshuollon johtamisen ja laadun erityiskysymyksiin ja kehittämis-tehtäviin erikoistunut koulutus- ja konsultointiorganisaatio. GeroFuturen toiminnan tarkoituksena on ikäihmisten hoivan laadun parantaminen mm. RAI-tietoa, omavalvontaa ja kuntoutumista edistäviä toimintamalleja hyödyntämällä sekä tieto- ja muutosjohtamisen taitoja kehittämällä. Sen ydinosamista ovat RAI-arviointivälineen käyttö ja RAI-tiedon hyödyntäminen osana sote-alan johtamista ja laatutyötä. RAI:n ohella sosiaalihuollon omavalvontaan liittyvät kysymykset ja laadun systemaattinen parantaminen, mm. laatu- ja johtamisjärjestelmiä hyödyntäen, ovat GeroFuturen osaamisaluetta. Kolmas GeroFuturen keskeisistä vahvuuksista on kuntoutumista edistävät toimintamallit hoivatyössä sekä niiden kehittäminen käytännönläheisesti. 

OMAISTEN TYYTYVÄISYYS OHJAA TOIMINTAAMME

Asukkaiden ja omaisten tyytyväisyys on hoitokotitoimintamme perusta. Omaisten antamalla palautteella saamme arvokasta tietoa toimintamme kehittämisen tueksi. Arjessa tapahtuvien kohtaamisten ja vuorovaikutuksen lisäksi omaisilta kerätään palautetta vuosittaisella omaistyytyväisyyskyselyllä. Kyselyn tavoitteena on selvittää omaisten tyytyväisyyttä hoitokotitoimintaamme ja siihen liittyviin palveluihin: hoitoon, henkilöstöön, asumis- ja ateriapalveluihin sekä harrastustoimintaan.

TEKSTI RIIKKA MÄYRÄNEN • KUVA PÄIVÄKUMMUN KUVA-ARKISTO

Uusimmassa kyselyssä omaisten kokonaistyytyväisyys palveluihimme oli 3,98/5. Tämä tarkoittaa, että omaiset ovat palveluihimme keskimäärin melko tyytyväisiä. Kysely toteutettiin marraskuussa 2021 Taloustutkimuksen toimesta. Kyselyyn osallistui 56 omaista Paloheinän, Vuosaaren, Malminkartanon ja Länsi-Pasilan yksiköistä. Kokonaistulos on edellisten vuosien kaltainen ja kertoo, etteivät monin tavoin haasteelliset ajat ole heikentäneet luottamusta palveluihimme.

Tärkeintä toiminnassamme omaisten mielestä ovat hoitohenkilökunta ja asukkaan saama hoito. Nämä asemoituvat tuloksissa vahvuuksiksemme. Suurin osa vastaajista suosittelisi palveluitamme erittäin todennäköisesti. Yleisimmät suosittelevat lisäävät tekijät liittyvät henkilöstön ystävällisyyteen, hoitokotien ilmapiiriin ja asumisolosuhteisiin. Parhaimman kokonaisarvosanan omaiset antoivat asumis- ja ateriapalveluille.

/// Kauniit ja toimivat tilat ynnä ympäristö, ystävällinen henkilökunta ja sujuva arki."

ASUKKAITA KUNNIOITTAVA TOIMINTATAPA HOITOPALVELUMME VAHVUUTENA

Tutkimus osoitti, että asukkaita kunnioittava toimintatapa on omaisten mielestä kaikkein tärkein hoitopalveluun vaikuttava yksittäinen tekijä ja tämä asemoituu hoitopalvelumme vahvuudeksi. Tämän lisäksi omaiset ovat erityisen tyytyväisiä yhteistyön sujuvuuteen henkilöstön kanssa ja henkilöstön kykyyn ymmärtää asukkaiden hoito- ja avuntarpeet. Myös hoitokotien sijainnit saavat kiitosta. Kehitettävää omaiset löysivät asukkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmista. Ne koettiin vaikeasti ymmärrettäviksi. Hoitopalvelusuhteen kokonaisarvosanaksi omaiset antoivat 3,98/5.

HENKILÖSTÖN YSTÄVÄLLISYYS ILAHDUTTAA OMAISIA

Henkilöstön tärkeimpiä ominaisuuksia omaisten mielestä ovat ystävällisyys, ammattitaito sekä asenne. Ystävällisyys sai vastauksissa erityisen loistavan arvostuksen. Omaisten arvio henkilöstömme ammattitaidosta ja asenteesta on myös erinomainen. Lisäksi omaiset kokevat, että asukkaiden tarpeisiin vastataan meillä onnistuneesti. Parannusta toivotaan henkilöstön riittävyteen. Hoitajien riittävyys on alallamme yleisesti koettu haaste, jonka ratkaisemiseksi teemme aktiivisesti työtä.

Omaisten hoitopalvelulle antama kokonaisarvosana noudatti samaa linjaa kokonaistuloksen kanssa, ollen myös 3,98/5.

SIISTIT JA VIIHTYISÄT TILAT LUOVAT MUKAVUUTTA ASUMISEEN

Satsauksemme asumispalveluihin ja asumisen olosuhteisiin näkyy omaistyytyväisyyskyselyn tuloksissa. Kyselyn toteutus ajoitui ajankohtaan, jolloin vastavalmistunut Malminkartanon muistiosamiskeskus oli juuri avautunut asukkaillemme. Omaiset ovat erittäin tyytyväisiä tilojen turvallisuuteen, siisteyteen ja esteettömyyteen kaikissa toimipisteissämme. Tärkeintä asumisen palveluissa on omaisten mielestä tilojen viihtyisyys, siisteys ja soveltuvuus vierailuille. Omaiset ovat tyytyväisiä hoitokotien ilmapiiriin, eivätkä toivoneet asumisen osalta erityisiä parannuksia. Asumispalveluiden kokonaisarvosana kyselyssä oli 4,07/5.

KEITTIÖ KARPALON ATERIAPALVELUISTA HUIPPUARVIO

Parhaimman kokonaisarvosanan, 4,19/5, omaiset antoivat Keittiö Karpalon tuottamista ateriapalveluista. Ateriapalveluiden osalta omaiset ovat tyytyväisimpiä ruokailukertojen riittävyteen, annosten riittävyteen sekä juhlapäivien ja teemaviikkojen tarjoiluun. Omaiset arvostavat myös

ruokailutilojen viihtyvyyttä ja ruokalistan monipuolisuutta.

VIRIKE- JA HARRASTUSTOIMINNASSA PARANNUSTA

Kokonaistyytyväisyys virike- ja harrastustoimintaamme parani hieman edelliseen vuoteen verrattuna. Omaisten virike- ja harrastustoiminnalle antama kokonaisarvosana on nyt 3,41/5. Omaiset ovat tyytyväisiä hoivamuusikon, kuvataideohjaajan ja fysioterapeuttien ym. ohjaamaan ryhmätoimintaan hoitokodeissa. Vastauksista kävi kuitenkin ilmi, että hoitokodissa järjestettyjen tapahtumien ja talon ulkopuolelle suuntautuvia retkien arvioiminen on omaisille hankalaa. Heillä ei ollut riittävästi tietoa toiminnastamme. Tapahtumia ja retkiä on myös ollut tavallista vähemmän, johtuen koronaepidemian aiheuttamista rajoitteista. Asukkaita suojellaksemme olemme halunneet noudattaa varovaisuutta. Omaiset toivovat läheisilleen lisää ulkoilumahdol-

lisuuksia, sekä päivittäisiä yhteisiä hetkiä hoitokodissa. Tämän vuoden toimintasuunnitelmassa onkin kehittää asukkaiden elämäniloista, merkityksellistä ja sisältörikasta elämää kokonaisvaltaisesti. 

”Omaiseni on mielestäni hyvin huomioitu omana persoonanaan.”





Tikapuiden sahausta Länsi-Pasilassa.

TAIDEOHJAAJANA PÄIVÄKUMMUN ASUKKAILLE

Taidehetki tarkoittaa kuvataiteeseen ja askarteluun liittyvää käsillä tekemistä, keskustelua, kuuntelua ja katselua. Oma kokemukseni on, että taidehetki on asukkaiden kohtaamista heidän omilla ehdoillaan.

TEKSTI JA KUVAT AULIS HARMAALA

Taideohjaushetkien sisältöjä suunnitellessani mietin asukkaiden arkea, erilaisia valmiuksia ja rajoitteita, kiinnostuksen kohteita. Kaikenlainen aistiminen, kokeminen ja vuorovaikutus on mielessä kokonaisvaltaisesti. Olen oppinut sopeutumaan siihen, ettei ennakkosuunnitelmaa aina voi toteuttaa paikan päällä. Arjessa ja elämässä tapahtuu koko ajan, tilanteet muuttuvat...

Kun otan esille piirustuslehtiön ja värejä, kuuluu usein kommentti: ”en minä osaa”. Jonnekin syvälle ihmisiin on mennyt ajatus siitä, että taiteilu edellyttää lahjakkuutta ja taidokasta osaamista. Itse ajattelen, että taide on meille kaikille sovellettavissa oleva väline kommunikointiin ja vuorovaikutukseen, ja ammattimais-

ten kuvataiteilijoiden taidokkuus on oma juttunsa. Mutta en voi uskotella maalaimista ja piirtämistä kaikille mahdolliseksi, jos syvään juurtunut kokemus on jotain muuta. Konkreettiset asiat herättävät asukkaissa sen sijaan spontaania uteliaisuutta. Esimerkiksi syksyllä viljapelloilta katkaistut vehnän tähkät johdattivat ajatukset sadonkorjuuseen ja maatalouden pohdintaan. Bonuksena tuli se, että vehnänkorren sai asettaa puualustaan porattuun reikään ja pöytäkoriste oli valmis. Taidehetki kului mukavasti jutellen asiaa viljapelloista ja sen vierestä. Ymmärrän taidehetkien sisällön kohtaamisina, joita viritetään asioilla, esineillä, yksityisillä ja yhteisillä kokemuksilla. Silloin keskusteleminen, askarteleminen ja taiteilu johtaa objektiin, joka täy-

dentää kokonaisuuden. Taide tässä tapauksessa tulee määritellä laajasti: Taiteilu antaa mahdollisuuden olla läsnä ihmisen kanssa.

Aikaisemman työurani varrella on ollut mm. turvapaikanhakijoiden, kehi-



Vilja-askartelua Itä-Pasilassa (Kuvassa on Elina).

tysvammaisten, aivovammaisten, mielen-terveyskuntoutujien opetus- ja ohjaustyötä. Ihmiskeskeisessä työssä työidentiteettiä rakentaa omasta persoonallisuudestaan ja henkilökohtaisista kokemuksistaan, joita sovittaa työyhteisön tarjoamiin raameihin. Pitää huomioida yksilöitä, yhteisöä, omaa itseään ja muuttuvia tilanteita. Tunteet ovat mukana. Jokaisessa edellä mainituissa töissä ihmiset tarjoavat ennalta arvaamattomia yllätyksiä ja uusia näkökulmia. Minusta tämän tyyppinen työskentely on jatkuvaa ihmisyyden opiskelua. Päiväkummun asukkaiden kanssa olen oppinut keskittymään juuri siinä hetkessä mahdollisiin asioihin. Olen huomannut, että joskus saan kunnian olla ihminen, jota asukas odottaa. Se tietenkin hivelee ammatillista itsetuntoa, mutta nostaa myös esille haasteita omaa työtä kohtaan. Eräs asukas toisti säännöllisesti joka kerran jälkeen: ”On aina niin mukava, kun sinä tulet tänne”. Arvelin, että tämä lienee hänen tapansa olla kohtelias. Eräällä kerralla hän lisäsi: ”...ja minä tarkoitan sitä oikeasti”. Tämä asukkaan toistuva kommentti sitoutti minua tehtävään ja haastoi miettimään työtäni perusteellisesti. Suunnitellessa teemaa en voinut välttää ajatusta, mitä Rainer tästä asiasta miettii, vaikka ammattitaitoon kuuluukin miettiä asioita yleisellä tasolla.

Ihmisiä ei voi säätää vastaanottamaan asioita hyvällä ennakkosuunnittelulla.

Minut taidehetkeni on torjuttu monesti. Mutta joskus saattaa olla, että pahan mielen purkauksien vastaanottaminen on se siemen, jolla tasoitetaan seuraavan kerran kohtaamista toimivaksi. Asukas kertoi minulle, että oli juuri saamassa rai-varin. Hän koki, että oli tullut huonosti kohdelluksi. En voinut muuta kuin asettua kuuntelemaan. Varsinaisesta taidehetkestä ei tullut mitään, mutta parin viikon kuluttua tapasimme uudestaan. Ovella hoitaja ilmoitti hymyillen, että minua odotetaan! Siitä alkoi yhteistyö, jossa askartelu, värittäminen, liimaaminen ja leikkaaminen liittyi keskusteluun asukkaan elämästä ja läheisistä. En itse ohjannut asukasta tähän keskusteluun. En olisi osannut kuvitella, että työhöni liittyisi näin henkilökohtainen ote, mutta tässä tapauksessa se tuntui luontevalta ja vastasi hänen tarpeitaan. Hänelle olin taideohjaaja, joka kuunteli.

Yksinkertaiset ja selkeät asiat ovat toisinaan parhaita. Erään kerran otin mukaan pienen sahan ja valmiiksi leikattuja oksia. Mukana oli myös jiiri, jossa oksat leikattiin turvallisesti. Kokonaisuudesta syntyisi pienet tikapuut. Tämähän oli hieman vaarallista, saha on terävä ja sen hallinta vaatii motoriikkaa. Ajattelin, että jos sahaaminen ei onnistu, voin ainakin näyttää itse, miten tikapuiden rakentaminen tapahtuu. Eräs asukas tuijotti sahaa ja tulkitsin, että asia kiinnostaa. Hän ei ollut osallistunut aikai-

semmin. Hänen oli vaikea tarttua esineisiin, ja liikkuminen oli hankalaa. Hän ei kommunikoinut puheella. Puin työhansikkaat hänen käsiinsä, ohjasin kättä kyynärpästä ja ranteesta tukien. Jiiriin asetettu oksa rapsahti poikki. Meillä oli hauskaa! Ja työ jatkui. Asukas vei valmiit tikapuut huoneeseensa.

Työni on opettanut sopeutumista, koska ihmisten kirjo hoitokodeissa on monenlainen ja yksilölliset elämäntilanteet muuttuvat. Vajaan tunnin pistäytymisen aikana on otettava haltuun tilanne, jossa asiat tapahtuvat. Monesti vasta paikan päällä saa käsityksen, kuinka ennakkosuunnitelmaa sovelletaan vallitsevaan tilanteeseen sopivaksi. Taidehetkissä on pidettävä kiinni omasta asenteesta ja luomastani työminästä. Asukkailla on tärkeämpää se, miten heitä ihmisenä lähestyn ja toisella sijalla se, mitä tekemistä tarjoan. Minun on siis täytynyt pohtia, millainen Aulis on uskottava taideohjaaja ja miten se toimii erilaisten ihmisten kanssa. Hyvää mieltä ja innostusta voi harvoin suunnitella etukäteen, ne luodaan tilanteissa mukana elämällä. 

Kirjoittaja on kuvataiteilija ja taiteen maisteri Aulis Harmaala. Hän harjoittaa kuvataiteilijan ammattia ja on työskennellyt ohjaus- ja opetustyössä erilaisten ihmisten kanssa sosiaalialoilla ja kansalaisopistoissa.



Tikapuiden rakentamista Paloheinässä.



Metsä-askartelua Paloheinässä.



ENSIMMÄINEN KESÄTYÖPAIKKANI

Päiväkumpulaisilta kysyttiin mikä oli heidän ensimmäinen kesätyöpaikkansa, ja mikä se opetti tekijälleen. Vastaukset ilahduttavat erilaisuudellaan. Monta tärkeää oppia on tarttunut osaavaan, monimuotoiseen ja taitavaan porukkaamme jo työelämän alkumetreillä.

JUTUN KOKOAJA RIIKKA MÄYRÄNEN • **KUVAT** RIIKKA MÄYRÄNEN JA GETTYIMAGES

Olin ensimmäisessä kesätyössäni Valintatalon vaatekaupassa myyjänä ja olin silloin 14 vuotias. Tykkäsin kovasti. Tehtäviini kuului viikkoilla ja laittaa esille vaatteita ja olla kas-salla. Illalla olin yksinkin muutaman tunnin, laskin kassan ja vein rahat tallelokeroon. Jäl-keenpäin mietin, että luottivat paljon 14-vuo-tiaaseen. Opin vastuuta ja olin ylpeä, että mu-hun luotettiin ja olin luottamuksen arvoinen. Kesätyön päätyttyä lähdin kavereiden kanssa elämäni ensimmäiselle etelän matkalle. Ja sin-nekin vanhemmat päästivät hyvillä mielin.

ARJA MARTIKAINEN, LÄHIHOITAJA

Heti yläasteen jälkeen ensimmäinen kesätyö-paikkani oli henkilökohtaisen avustajan pesti vaikeasti kehitysvammaiselle, täysin autetta-

valle nuorelle. En ole koskaan mennyt siitä mistä ns. aita on matalin ja hyvä niin, koska mitä enemmän haastaa itseään, sen enemmän kehittää itseään.

JENNI KANGAS, OHJAAJA

Monenmoista ehdin jo ennen 13 ikävuotta touhuta, mutta ehkä kuitenkin lasken ensim-mäisen ”oikean” kesätyöpaikan olleen van-hainkodissa pyykkärin apulaisena. Työ oli monipuolista ja työni jäljen näin heti. Kom-melluksiltakaan ei välttytty.. Halusin olla reipas ja tehokas- isoon mankeliin tuli laitettua liikaa lakanoita ja huoltomies olikin tuttu näky, kun kävi pari kertaa viikossa avaamassa mankelin.

TIINA KOSKIMIES, LÄHIHOITAJA / KOTIPALVELU





Ensimmäinen kesätyöni oli maatilalla Pirkkalassa 80-luvun puolivälissä. Talouskoulun opettaja harmitteli, kun ei ole apukäsiä heidän maatilalleen kesän kiireisimpään aikaan. Niinpä minä kaupunkilaistytty päätin kysyä olisiko minusta apua, vaikken juuri mitään maatilan töistä tiennyt. Sain paikan, ja siellä minä ajelin traktorilla, tein heinäpaaleja ym. maatilan töitä. Ainoa mitä en päässyt tekemään (vaikka olin sitä talouskoulussa harjoitellut sekä käsin että koneella) oli lypsäminen. Navettaan kun sai mennä vain alan ammattilaiset. Se hieman harmitti. Tässä opetuksena oli, että siihenkin työhön tarvitaan ammattilainen, ei sitä kuka tahansa voi mennä tekemään.

Kerran olimme naapuritilalla kahvittelemassa ja tilan vanha emäntä kysyi arvokkaalla äänellä Niskavuorelaiseen tyyliin että ”opiskeleekos nuori neiti yliopistossa agronomiia?” No, yritäpä siinä sitten nätisti vastata rouvalle, että en opiskele enkä tiedä mitä se agronomia edes on.

Kavereiden kanssa sitten kesän jälkeen vertasimme rusketuksia. Heillä oli mukavat bikinirajat, minulla puolestaan rusketusraja meni kumisaappaan varren kohdalla.

PÄIVI ISOKOSKI-SALONEN, YKSIKÖNJOHTAJA

Olen mennyt ensimmäiseen kesätyöpaikkaani, vanhainkotiin, 15-vuotiaana. Työnkuvaani kuului vanhusten ulkoilutus ja virikehetkien järjestäminen. Työ oli aluksi jännittävää, mutta hyvin antoisaa. Oli ihanaa keskustella vanhusten kanssa sodan aikaisista tapahtumista ja kuulla hyvin hurjia juttuja sotarintamalta. Koko kesän muutamia sateisia päiviä lukuun ottamatta oli lämmin ja aurinkoinen ilma. Ulkoilimme päivittäin useita kertoja. Vanhainkoti sijaitsi omassa kotikaupungissani, joten kesän aikana kuulin paljon erilaisia tarinoita kotikaupungistani. Työ vei sydämeni ja lähdinkin heti peruskoulun jälkeen opiskelemaan lähihoitajaksi.

TUIRE EEROLA, SAIRAANHOITAJA

Olin 15-vuotiaana kiinteistöhehessä, eli laikaisin katuja ja leikkasin nurmikoita walkmanit päässä. Opin etten ole varsinaisesti aamuihmi-

nen ja ajattelin että musta tulee joku insinööri. Tulikin sitten rakennusmestari; tosin kävin siinä ensin rallatellen arkkitehti-pääsykokeissa. Ne meni niin kun meni, mutta piirsin siellä hienoimman kengän ever by myself.

MATTI JUKIS MATTINEN, KEITTIÖPÄÄLLIKKÖ

Ensimmäinen kesätyöpaikkani oli leikkipuistossa. Siellä opin tiimityötä ja eri ikäisten lasten ja aikuisten kohtaamista. Myös viriketoiminnan suunnittelua ja järjestämistä sekä ruokahuoltoa. Leikkipuistossa oli lapsille ruokailumahdollisuus arkipäivisin. Jokaiselle päivälle suunnittelimme viriketoimintaa eri ikäisille lapsille. Sain ensimmäisestä kesätyöpaikastani hyvät eväät työelämään ja muistan kuinka tärkeää oli, kun oli ihanat työkaverit.

NINA NORDBERG, PERUSHOITAJA



JULKAISIJA: Hoitokoti Päiväkumpu Oy

TOIMITUSRYHMÄ: Anne Kangas ja Riikka Mäyränen

ETUKANSI, KUVA: Fotonokka/Kristiina Hemminki. Unelmia Vuorannassa.

TAKAKANSI, KUVA: Studio Puisto Architects Ltd. Havainnekuva Vuorannan asukashuoneesta.

ULKOASU JA TAITTO: Kapteeni Kuu Oy **PAINO:** Hansaprint Oy 2022

YHTEYSTIEDOT: info@paivakumpuhoiva.fi

Päiväkummun Sanomat on saatavilla kaikista toimipisteistämme, sekä luettavissa www.paivakumpuhoiva.fi

PÄIVÄKUMMUN YHTEYSTIEDOT: Hallinto: Pasilankatu 2, 00240 Helsinki, 050 433 2275.

Malminkartanon yksikkö: Puustellintie 1, 00410 Helsinki • Päivätoiminta Eloisa, p. 050 570 1341 • Ryhmäkoti Ainola: 050 409 4358 • Ryhmäkoti Vipula: 050 527

5081 • Ryhmäkoti Kullervo: 050 527 5810 • Ryhmäkoti Vanamo: 050 527 5904 • Länsi-Pasilan yksikkö: Pasilanraito 2, 00240 Helsinki • Ryhmäkoti Ilmatar:

050 441 7965 • Ryhmäkoti Väinölä 050 347 9069 • Vuosaaren yksikkö: Merikorttikuja 6 R 142-143, 00960 Helsinki • Ryhmäkoti Vellamo: 050 356 3936

Ryhmäkoti Ahtiala: 050 356 4639 • Paloheinän yksikkö: Repovuorentie 12, 00670 Helsinki • Ryhmäkoti Kaleva: 050 303 8431 • Ryhmäkoti Kyllikki: 050 303 7836

Päivätoiminta Sointula 050 305 3193 • Jätkäsaari/Kotipolun ryhmäkoti, Länsisatamankatu 34, 00220 Helsinki, 050 599 3149 • Arabianranta/Käpytikka-talo:

Muotoliijankatu 18 A, 00560 Helsinki, 045 261 5440 • Keittiö Karpalo: 050 305 3137 Kotihoito Päiväkumpu: 045 636 1252 • Kotisiivous Päiväkumpu: 050 421 3789.

Päiväkumpu



