

**ESPOO
ESBO**

Vapaaehtoisen perehdytysopas

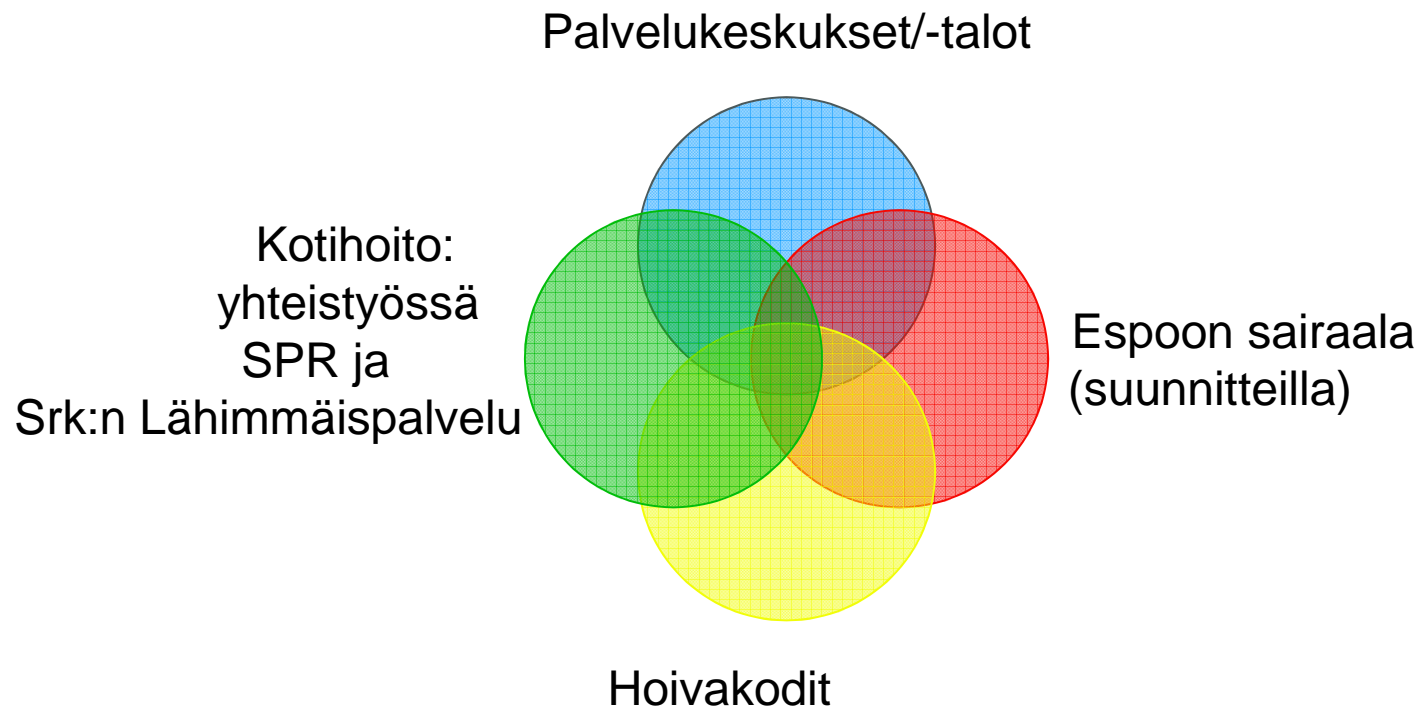


Tervetuloa mukaan, olet meille tärkeä!

Vanhusten palvelut
Vapaaehtois- ja ryhmätoiminnan koordinointi ja kehittäminen
Kirsi Koivula 2010



Vapaaehtoistoiminnan kenttä Espoon kaupungin vanhusten palveluilla





ESPOO
ESBO

Palvelutalot/-keskukset, hoivakodit, sairaala

Palvelutaloissa asuu ikäihmisiä, jotka tarvitsevat ympärivuorokautista apua.

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

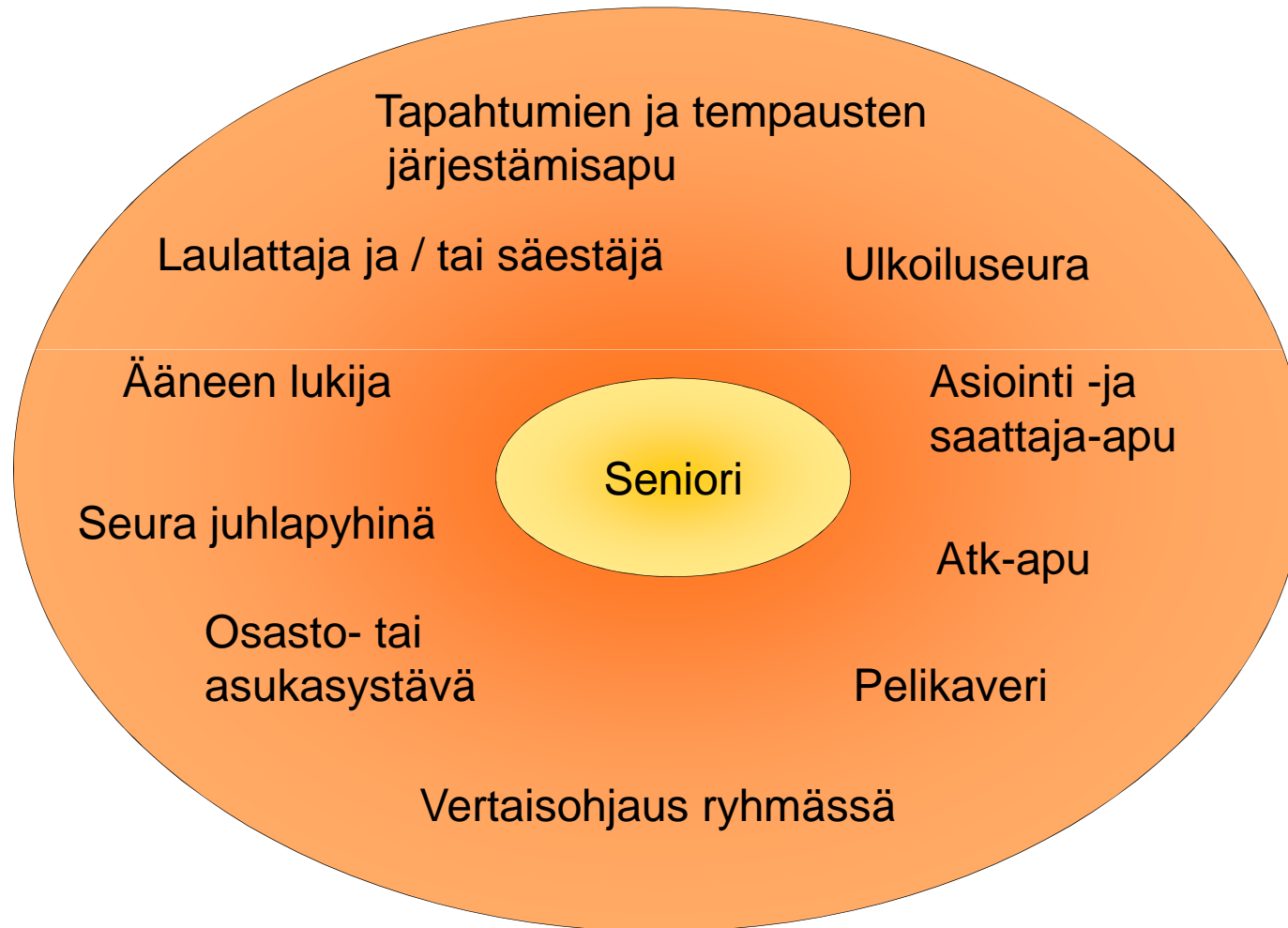
Kotihoidon palveluilla tuetaan asiakkaan kotona selviytymistä.

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

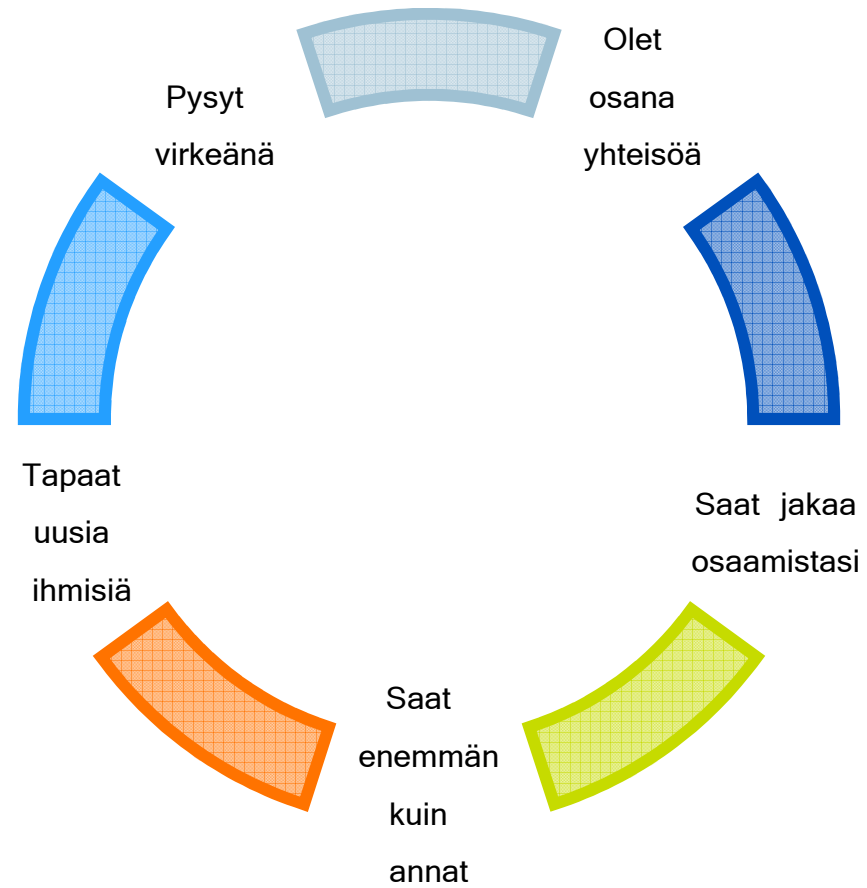
Espoon sairaalaan kuuluvat Puolarmetsän sairaalan geriatriset kuntoutusosastot, terveyskeskuksen akuuttihoidon osastot Jorvissa ja avosairaanhoidon yksikkö, joka sisältää Muuralan päiväsairaalan, kotisairaalan ja geriatrisen poliklinikan toiminnot.



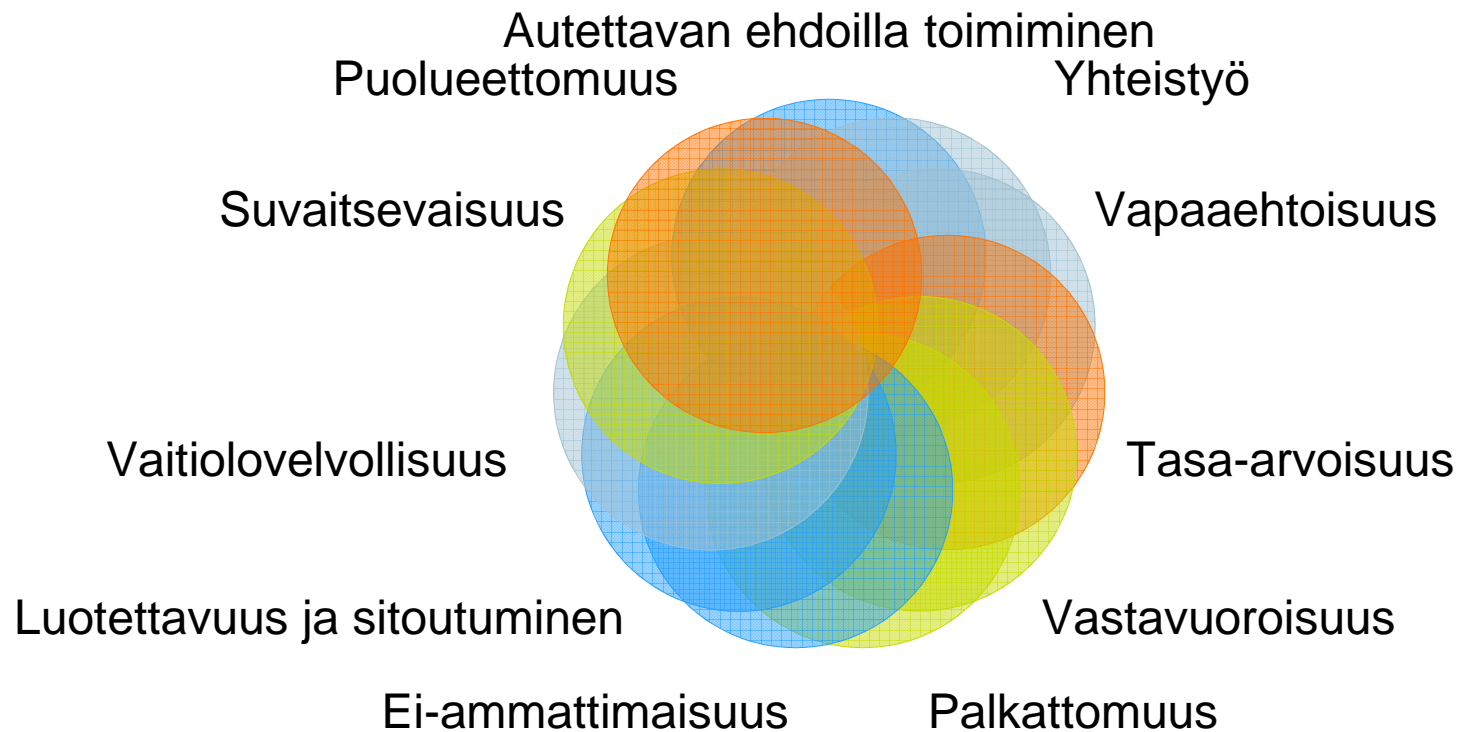
Vapaaehtoistoiminnan tarjotin



Miksi vapaaehtoiseksi?



Vapaaehtoistoiminnan periaatteet





ESPOO
ESBO

Vapaaehtoistoiminnan periaatteista

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





ESPOO
ESBO

Arjen käytännöt



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



ESPOO
ESBO

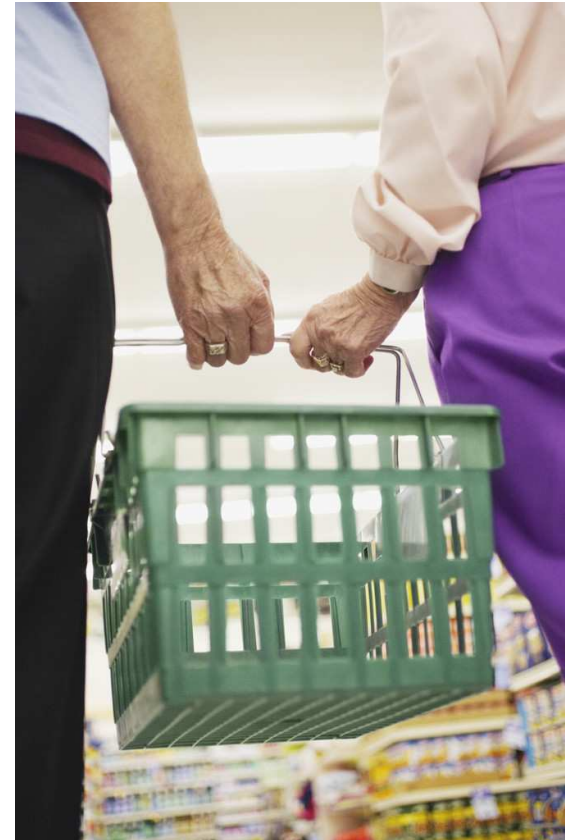
Miten hakeutua vapaaehtoiseksi?

Voit ottaa yhteyttä *vapaaehtois- ja ryhmätoiminnan koordinaattoriin*, puh. (09) 8163 1917 arkipäivisin.

Kutsumme kaikki halukkaat kahdenkeskiseen keskusteluun, jossa kartoitamme kiinnostuksen kohteitasi ja kuinka usein haluaisit olla mukana.

Tallennamme luvallasi yhteystietosi vapaaehtoisten tiedostoon. Allekirjoituksellasi vahvistat toimivasi vaitiolovelvollisesti ja yhteisten tavoitteidemme mukaisesti.

Sinut perehdytetään toimipaikassasi ja olemme tukenasi arvokkaassa tehtävässäsi.

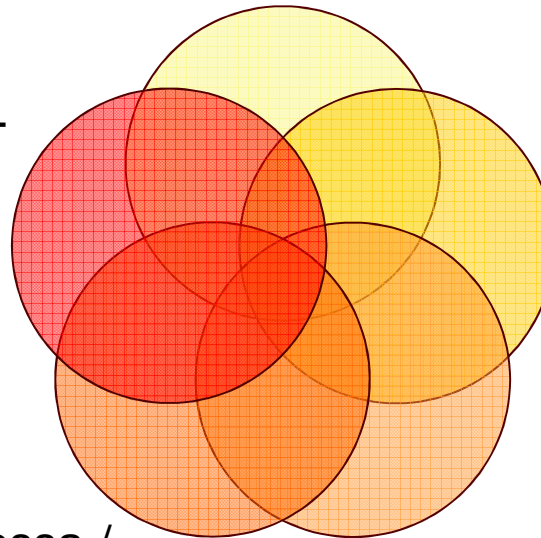


Miten huomioimme vapaaehtoiset?

Vapaaehtoisten tapaamiset / tukiryhmät, 1 x / kausi

Tuki vapaaehtois-
koordinaattorilta

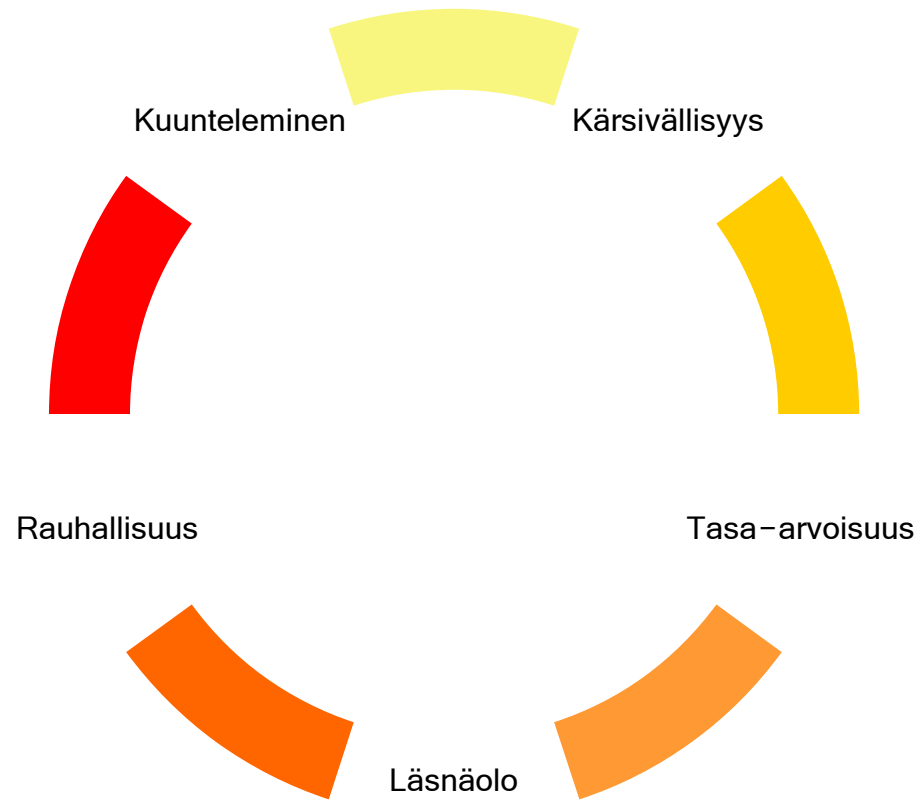
Mahdolliset
koulutukset



Perehdytys ja tuki arjessa /
talon yhdyshenkilö

Juhlat / retket noin 2x/vuosi

Ihmisen kohtaaminen – hyvä vuorovaikutus





ESPOO
ESBO

Muistihäiriöisen kohtaaminen

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



ESPOO
ESBO

Oma jaksaminen - Sinä olet tärkein!

- Kiinnitä huomiota omaan jaksamiseesi.
- Luopuminen / tauolle jääminen on sallittua. Ilmoitathan tästä toimipaikkaasi.
- Vapaaehtoistoiminta voi uuvuttaa, ota asia esille toimipaikassasi tai ota yhteys vapaaehtois -ja ryhmätoiminnan koordinaattoriin, puh(09)8163 1917.





ESPOO
ESBO

Talokohtaiset tiedot

- Toimipaikka: _____
- Osoite: _____
- Yhteyshenkilö: _____
- Yhteyshenkilön puh: _____
- Vapaaehtoistoiminnan koordinaattori, puh:(09)8163 1917.
- Asukkaiden ruokailuajat (klo): _____
- Lounasaika palvelukeskuksessa / vierailijoille: _____
 - lounaan hinta: _____

Tämä sivu kannattaa kopioida / tulostaa vapaaehtoiselle.



ESPOO
ESBO

Kiitos, kun tulet mukaan!

- ”Ei niin köyhää, ettei auttaa voi, ei niin rikasta ettei auttaa tarvitse.”
- ”Hyvät naapurit on puoli leipää.”
- ”Neuvottu mies on puoliksi autettu.”
- ”Oikein tuli suu makeaksi, kun sai haastella sinun kanssas.”
- Lähde: Suomen kansan sananparsikirja (WSOY 1948)





ESPOO
ESBO

Lähteet:

Honkala, Titta. Kantell, Hanna. Tenhunen, Kaija.
Perehdytyskansio vapaaehtoistoimintaan. Espoon
kaupunki. Tapiolan palvelukeskus. Osake-hanke 2009.

Malinen, Heikki. Tulikallio, Tea. Vapaaehtoistoiminta. Hyvin
organisoituna valtava voimavara. Esimerkkejä
vapaaehtoistoinnasta Helsingin kaupungin
palvelukeskuksissa. Sosiaalivirasto 2009.

Vapaaehtoistoinnin koulutuskansio. Sosiaali- ja
terveysturvan keskusliitto ry. 2005.

Kuvat ClipArt:sta.