

## **Iäkkään omaishoitajan toimintakyvyn edistäminen ehkäisevän kuntoutuksen haasteena 2009–2012 -kehittämiprojekti**

Suomalainen Pirjo, projektikoordinaattori TtM, Harri-Lehtonen Oili, kehittämispäällikkö TtL, Tartia-Jalonen Aila, projektisuunnittelija ft. KEY Kuntoutuksen edistämisyhdistys ry.

**Tavoitteet:** Projektin päämääränä on tukea iäkkäitä omaishoitajia heidän omaishoitajatyössään, edistää ehkäisevän kuntoutuksen keinoin omaishoitajan terveyttä, toimintakykyä ja jaksamista sekä tarjota konkreettisia välineitä elämänhallintaan ja varautumiseen tulossa oleviin ikääntymismuutoksiin. KEYn projekti toteutetaan Raha-automaattiyhdistyksen avustuksella.

Projektissa kehitetään iäkkäille omaishoitajille kohdennetun ehkäisevän kuntoutuksen sisältöä ja toimintamalleja painottamalla toiminnan nivoutumista peruskuntaan. Lähtökohtana on, että kuntoutustoiminta toteutetaan lähellä omaishoitajan ja hoidettavan arkea. Omaishoitajien ehkäisevän kuntoutuksen mallia kehitetään osana kuntien omaa palvelujärjestelmää, joita järjestöjen, yhdistysten ja yksityisen tahojen tuottamat palvelut täydentävät.

**Kohderyhmä:** Kuntoutukseen liittyvä kehittämistoiminta kohdistuu ensisijaisesti iäkkäisiin puoliso-omaishoitajiin. Projektin ehkäisevä kuntoutustoiminta kohdentuu myös muihin, kuin kunnan omaishoidon tukea saaviin omaishoitajiin

**Toteutus:** Omaishoitajan toimintakykyä ja hyvinvointia edistävän kuntoutuksen sisällön kehittämisessä hyödynnetään eri järjestöjen ja kuntien aikaisemmissa hankkeissa kehitettyjä toimintamuotoja sekä omaishoidon valtakunnallisia suosituksia ja tutkimustuloksia. Selvitystyön perusteella kehitetään ehkäisevän kuntoutuksen malli. Alustavasti ehkäisevän kuntoutuksen kehittäminen on jäsennetty kolmeksi sisältökokonaisuudeksi, jotka ovat iäkkään omaishoitajan 1. kokonaistilanteen arviointi, 2. kotona selviytyminen ja 3. kuntoutus ja toimintakyvyn edistäminen.

Projektin yhteistyöverkoston muodostavat Työterveyslaitos, Kalliolan senioripalvelusäätiö ja Kuntokeidas Sandels, Helsingin kaupunki sosiaalivirasto ja Terveyskeskus, Kainuun maakunta-kuntayhtymä, Työterveyslaitoksen, Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto, Kainuun Omaishoitajat ja Läheiset ry ja Puolangan Omaishoitajat ry.

Projekti toteutetaan ajalla 2009–2012. Syksyn 2009 toiminta painottuu projektin suunnittelun, organisoinnin ja yhteistyöverkoston rakentamiseen. Projekti toteutetaan monialaisena yhteistyöhankkeena kahdessa palvelurakenteeltaan erityyppisessä kunnassa (Helsinki, Kainuu maakuntayhtymä). Vuosien 2010 ja 2011 aikana kuntoutumista edistävä malli sovitetaan pilottikuntien palvelurakenteisiin. Vuonna 2012 iäkkäiden omaishoitajien ehkäisevän kuntoutuksen malli valmistuu.

Projektin lopussa tulisi muodostua näkemys siitä, millainen on riittävä palvelukokonaisuus tukemaan omaishoitajien toimintakykyä. Projektin kokemusten perusteella tuotetaan asiantuntijajärjestön suositukset iäkkäiden omaishoitajien ehkäisevän kuntoutuksen sisällöiksi. Suositukset ovat yhtenäisiä menettelytapoja, määrittelyjä tai ohjeita, joissa painottuvat omaishoitoon liittyvät näkökulmat ja omaishoitajien tarpeet. Suosituksilla pyritään edistämään omaishoitajien kuntoutuksen kehittymistä, edistää toimintaa, pyrkiä saamaan aikaan hyviä ja yhdenmukaisia käytäntöjä sekä tasoittaa kuntien välisiä eroja.

Asiasanat: ehkäisevä kuntoutus, iäkkäiden kuntoutus, toimintakyky, omaishoitajat, jaksaminen