

vapaaehtoisen perehdytysopas



"Töpinää töppösiin"

Jämsä-Kuhmoinen sote- yhteistoiminta-alue



SISÄLLYSLUETTELO Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.

1. Tervetuloa!.....	3
2. Jämsän kaupungin vanhusten palvelut	4
Kotihoito	4
Päiväkeskustoiminta	5
Laitoshihoito.....	5
Vanhainkodit	5
Vuodeosastot	6
3. Henkilökunta, tärkeät yhteystiedot.....	6
3.1 Vanhusten avohoidon yhteystiedot.....	6
3.2 Vanhusten laitoshoidon yhteystiedot	8
4. Vanhusten palveluiden asiakaskunta	9
5. Vapaaehtoiseksi tuleminen, sopimus, toiminta, seuranta... ..	12
6. Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet.....	13
7. Hygieniaohjeet.....	14
8. Vapaaehtoisen vakuutus	15
9. Vapaaehtoistyön periaatteet.....	15
10. Vapaaehtoiselle toiminnallisia vinkkejä ja linkkejä	16

1. Tervetuloa!

Onnittelut, päätit laittaa Töpinää töppösiin!

Töpinää Töppösiin toiminnan ydin on yhdessä oleminen ja yhdessä tekeminen.

Vapaaehtoisena toimimisessa voit olla oma itsesi, ihminen ihmiselle - tavallisen ihmisen tiedot riittävät ja aina voit pyytää apua.

Tervetuloa vapaaehtoiseksi!

”Menestystä on se, että jakaa usein ja paljon, että jättää maailman hieman parempana paikkana, että tietää ainakin jonkun hengittäneen helpommin koska olet elänyt.”

-Ralph Waldo Emerson

2. Jämsän kaupungin vanhusten palvelut

Kotihoito

Kotihoito käsittää sosiaalihuoltolain mukaisen kotipalvelun ja tukipalvelut sekä kansanterveyslain mukaisen kotisairaanhoidon. Kotihoidon keskeisenä tavoitteena on auttaa omaisten ja eri yhteistyötahojen kanssa asiakasta selviämään kotona mahdollisimman pitkään. Jämsä - Kuhmoinen yhteistoiminta-alueella kotihoidon yksiköissä työskentelee hoitohenkilökuntaa yhteensä n. 80.

Kotihoidossa vapaaehtoinen voi toimia mm. asiointi- ja saattoapuna, ystävänä, ”puhelin ystävänä”, ulkoilu- ja kuntoiluapuna jne..

Tavallinen vanhusten palveluasuminen

Tavallista vanhusten palveluasumista järjestetään Jämsän ja Kuhmoisten yhteistoiminta-alueella vanhusten palvelutaloissa, joita on yht. 6 kpl. Asuntoja on yhteensä 210, joista osa on kaksioita. Palvelutaloissa työskentelee noin 45 työntekijää.

Palvelutaloissa vapaaehtoinen voi toimia mm. asiointi- ja saattoapuna, ystävänä, kuuntelijana, ulkoilu- ja kuntoiluapuna. Vapaaehtoinen voi myös ns. avustaa omaa henkilökuntaamme palvelupäivien, erilaisten tilaisuuksien, kerhojen, retkien jne. järjestämisessä.

Tehostettu palveluasuminen

Tehostettua palveluasumista järjestetään niille, jotka eivät enää voi asua omassa kodissaan annettujen apujen turvin ja jotka tarvitsevat ympärivuorokautista hoivaa. Tehostettu palveluasuminen eroaa muusta palveluasumisesta siten, että tehostetussa palveluasumisessa pitää olla hoito ja palvelu saatavilla kaikkina vuorokauden aikoina. Seutukunnalla on erittäin vähän (alle 2 %:lle 75 v. täyttäneistä) tehostettua palveluasumista ja laatusuosituksen mukaan tätä osuutta tulee lisätä merkittävästi. Vuonna 2009 aloitettiin laitoshoitopaikkojen vähentämisen myötä lisäämään tehostetun asumispalvelun määrää. Tehostettuja asumispalveluja järjestetään sekä omana toimintana että ostopalveluina. Palveluasumispaikkoja on 98, jonka lisäksi ostopalvelupaikat. Tehostetussa palveluasumisessa työskentelee noin 56 työntekijää.

tehosteissa palvelutaloissa vapaaehtoinen voi toimia mm. asiointi- ja saattoapuna, ystävänä, kuuntelijana, avustaa ruokailutilanteissa sekä olla ulkoilu- ja kuntoiluapuna. Vapaaehtoinen voi myös ns. avustaa omaa henkilökuntaamme palvelupäivien ja erilaisten tilaisuuksien järjestämisessä.



Päiväkeskustoiminta

Päiväkeskustoiminta tukee kotona selviytymistä ja sillä voidaan korvata kotihoitoa. Toiminta-alueella on Linnakartanon päiväkeskus (3 työntekijää). Lisäksi kotihoitohenkilöstön järjestämänä pidetään palvelupäivät vähintään 1 - 3 x viikossa jokaisessa seudun taajamassa. Jokaiseen toimintayksikköön laaditaan kuukausittain ikäihmisten toimintakalenteri. Toimintakalenteriin merkitään kaupungin omien tilaisuuksien lisäksi myös vapaaehtoisten järjestämät tapahtumat jne.

Laitoshoito

Ikäihmisten laitoshoito on lyhytaikaista tai pitkäaikaishoitoa. Lakisääteisiä laitoshoidon palveluja ovat vanhainkotien ja terveyskeskusten vuodeosastojen erikoissairaanhoidon laitospalvelut. Ikäihmisten laitoshoitoon kuuluu hoidon sekä hoivan lisäksi myös kuntouttava toiminta.

Lyhytaikaisella ja jaksottaisella laitoshoidolla tuetaan vanhuksen kotona selviytymistä ja hoitavan omaisen jaksamista. Samalla ehkäistään pysyvän laitoshoidon tarvetta. Lyhytaikaishoitojaksot voivat olla säännöllisiä, jolloin ne vuorottelevat kotona asumisen kanssa.

Pitkäaikaista laitoshoitoa annetaan henkilölle, jolle ei voida enää järjestää hänen tarvitsemaansa ympärivuorokautista hoitoa kotona tai palveluasunnossa. Siihen sisältyy hoidon lisäksi täysi ylläpito kuten ruoka, lääkkeet, puhtaus, vaatetus sekä sosiaalista hyvinvointia edistävät palvelut.

Vanhainkodit

Vanhainkotipaikkoja Jämsän kaupungin alueella on 94. Näistä 34 sijaitsee Linnakartan vanhainkodilla Jämsänkoskella ja 60 Lukkoilakodissa.

vanhainkodilla vapaaehtoinen voi toimia mm. ystävänä, kuuntelijana, hemmotteluhetkien ja retkien, järjestäjänä, avustaa ruokailutilanteissa sekä olla ulkoilu- ja kuntoiluapuna. Vapaaehtoinen voi myös avustaa henkilökuntaamme erilaisten juhlatilaisuuksien järjestämisessä.

Vuodeosastot

Terveyskeskuksen vuodeosastoja Jämsän kaupungin yhteistoimita-alueella on neljä. Vuodeosastot 2, 11 sekä 12 sijaitsevat Jämsässä ja vuodeosasto 10 Kuhmoisissa. Vuodeosastolla 2 potilaspaiikkoja on 31, vuodeosastolla 11 39, vuodeosastolla 12 40 ja Kuhmoisten vuodeosastolla 10 40.

**vuodeosastoilla vapaaehtoinen voi toimia mm. ystävänä, kuuntelijana, hemmotte-
luhetkien järjestäjänä sekä avustaa ruokailutilanteissa . Vapaaehtoinen voi myös
avustaa henkilökuntaamme erilaisten juhlatilaisuuksien järjestämisessä.**

3. Henkilökunta, tärkeät yhteystiedot

3.1 Vanhusten avohoidon yhteystiedot

vapaaehtoistyön koordinaattori (avohoito)

Anna-Liisa Raiskio p. 020 638 2132

anna-liisa.raiskio@jamsa.fi

Puistotie 5, 35600 Halli

- Kotihoito Hallin taajama, Puistotie 5, 35600 Halli, puh. 020 638 2135
Virikevastaavat: päivi Nieminen ja Armi Neulaniemi

- Kotihoito Jämsänkosken taajama,

Koivutie 7, 42300 Jämsänkoski, puh. 020 638 2585, 020 638 2590

- Kotihoito Koskenpään alue, Keuruuntie 5, 42440 Koskenpää, puh. 020 638 2592, 020 638 2593

Virikevastaavat: Arja Koivunen ja Tiina laaksonen

Kotihoito Seppolan taajama:

- Säterin alue, Säterintie 19 C 21-22, 42100 Jämsä, puh. 020 638 2080

virikevastaava Minna Pärnäjärvi

- Viiskulman alue, Saksalankatu 1, 42100 Jämsä, puh.020 638 2088

- Palomäen alue, Saksalankatu 1, 42100 Jämsä, puh. 020 638 2093

virikevastaavat:

Erja Martikainen, Suvi Hakonen ja Sanna Ryyänen

- Kotihoito Länkipohjan taajama, Aallontie 8 A 1, 35400 Längelmäki, puh. 020 638 2139

Virikevastaava: Lea Ojanen

- Hallin palvelutalo, Puistotie 5 A, 35600 Halli, puh. 020 638 2127

Virikevastaavat: Kirsti Stenhäll ja Sinikka Laaksi

- Koskentien palvelutalo, Koskentie 13, 42100 Jämsä, puh. 020 638 2108

Virikevastaava: Katariina Leiman

Linnakartanon palveluasunnot, Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski, puh. 020 638 2574

Virikevastaavat: Leila Talvitie, Elina temisevä

- Linnakartanon päiväkeskus, Laaksotie 18 L, 42300 Jämsänkoski, puh. 020 638 2571
Virikevastaava: Paula Inkiläinen
- Dementiakoti Lammenranta,
Laaksotie 18 N, 42300 Jämsänkoski, puh. 020 638 2563
Virikevastaavat: Päivi Lindqvist ja Mirva Gråsten
- Länkipohjan palvelutalo, Aallontie 4, 35400 Längelmäki, puh. 020 638 2136
Virikevastaava: Arja Rasi
- Peltotien palvelutalo, Peltotie 37, 42100 Jämsä
Virikevastaavat: Vuokko Suominen, Marja-Terttu Matinaho
puh. 020 638 2086
- Saksalan palveluasunnot, Saksalankatu 1, 42100 Jämsä, puh. 020 638 2109
Virikevastaava: Katri Vilenius
- Säterintien palvelutalo, Säterintie 19 C 21–22, 42100 Jämsä,
Virikevastaava: Ulla Mäkiaho
puh. 020 638 2085

vapaaehtoistyön koordinaattori (Kuhmoinen)

Irma Nyrhilä

Puh. 020 638 3164

Kokonniementie 9, 17800 Kuhmoinen

- Kuhmoisten alue, Kokonniementie 9, 17800 Kuhmoinen, puh. 020 638 3151
Elina sihto vs. Sirkka Toivonen
- Kuhmoisten palvelutalo, Kokonniementie 9, 17800 Kuhmoinen,
puh. 020 638 3153 Virikevastaava Jaana Salminen

Vanhusten avohoidon johtaja

Leila Rutanen

Koivutie 18, 42300 Jämsänkoski

Puh. 020 638 2779

3.2 Vanhusten laitoshoidon yhteystiedot

Vapaaehtoistyön koordinaattori (Laitoshoito)

Sirpa Asikainen puh. 020 638 3210

sirpa.asikainen@jamsa.fi

Sairaalantie 11, 42100 Jämsä

Lukkoilakoti

Saksalankatu 1, 42100 Jämsä

Puh. 020 638 2120 hoitajien kanslia, 2. kerros

Puh. 020 638 2121 hoitajien kanslia, 3. kerros

Virikevastaavat: Mari Lehikoinen ja Sari Johansson

Linnakartanon vanhainkoti

Laaksotie 18, 42300 Jämsänkoski

Puh. 020 638 2561, 040 7122 505 hoitajien kanslia

Virikevastaavat: Marja-Liisa Halme, Pirjo Korhonen ja Kaisa Valli

Vuodeosasto 2

Sairaalantie 11, 42120 Jämsä

Puh. 020 638 3570 kanslia

Virikevastaavat: Tuula Siven, Marja-Liisa Turma ja Petra Niskavaara

Vuodeosasto 10

Orivedentie 3, 17800 Kuhmoinen

Puh. 020 638 3269, 040 7122 601 hoitajat

Virikevastaavat: Leena Vesala ja Niina Simola

Vuodeosasto 11

Sairaalantie 11, 42120 Jämsä

Puh. 020 638 3211 kanslia

Virikevastaavat: Biritta Vuorenpää ja Päivi Airevuo-Riipinen

Vuodeosasto 12

Sairaalantie 11, 42120 Jämsä

Puh. 020 638 3212 kanslia

Virikevastaavat: Sari Nieminen ja Tiina Koivisto-Heikkilä

Vanhusten laitoshoidon johtaja

Mai-Stiina Lampinen

Koivutie 18, 42300 Jämsänkoski

Puh. 020 638 3209, 040 7750 347

4.

Vanhusten palveluiden asiakaskunta

Vanhusten palveluiden asiakkaat ovat toimintakyvyltään hyvin erilaisia. Avohoidon asiakkaista suurin osa tarvitsee säännöllistä hoitoa ja hoivaa, mutta joukossa on myös tilapäisen avun turvin kotona itsenäisesti asuvia ikäihmisiä. Avohoidon palvelupisteissämme käy päivittäin myös lähialueella asuvia ikäihmisiä osallistumassa ns. palvelupäiviin, ryhmä- ja viriketuokioihin, ateriapalveluun sekä viettämässä aikaa.

Ikääntyessään ihminen muuttuu hauraammaksi ja toimintakyky usein heikkenee. Vanhenemismuutokset ovat kuitenkin yksilöllisiä, eikä ole ollenkaan vierasta että 90-vuotias voi olla fyysisesti paremmassa kunnossa kuin osa 60-vuotiaista. Toimintakykyyn vaikuttavat monenlaiset tekijät mm. perintötekijät, sairaudet, liikunnallinen aktiivisuus, sosiaalinen toimeliaisuus, elintavat, ammatti ja sosioekonomiset tekijät. Perintötekijöille ei voida mitään, mutta elintapoihin ja sosiaaliseen aktiivisuuteen voi. Ajatus kaikesta aktivoivasta ja hyvää mieltä tuottavasta toiminnasta tähtää ikääntyvien toimintakyvyn ylläpitämiseen. Uskomme, että ikääntyvien, omaisten, palvelujärjestelmän ja vapaaehtoisten yhteistyöllä voimme edistää paljon ikääntyvien toimintakykyä ja elämisen laatua.

Ikääntyvien aistitoiminta heikkenee usein vuosien myötä. Huomaat sen jutellessasi ikääntyvien kanssa. Kaikki ikääntyvät eivät kuule yhtä hyvin kuin nuoremmat ja siksi onkin hyvä, että puhut selkeällä äänellä. Muistathan kuitenkin, että kaikilla ikääntyvillä ei ole kuulo-ongelmia tai heillä on kuulolaite ja he voivat kokea ”huutamisen” loukkaavana. Myös näkökyky heikkenee usein vanhetessa. Ikääntyvien on hankala saada reseptipurkeista ja pienestä tekstistä selvää ja siksi onkin iso apu, jos voit toimia heikkonäköisen vanhuksen ”silminä” ja auttaa vaikkapa langan laitossa neulan silmään.

Useimmilla palvelujärjestelmän piirissä olevilla ikääntyvillä on muistiongelmiä. Muistiongelmat liittyvät erilaisiin muistisairauksiin, jotka saattavat aiheuttaa myös muunlaisia käyttäytymisen muutoksia. Älä siis välitä siitä, jos tapaamasi vanhus ei seuraavalla kerralla muista sinua. Hänelle on tärkeintä se hetki, jonka vietät hänen

kanssaan! Usein muistisairas muistaa vanhoja asioita omasta lapsuudestaan tai itselle merkityksellisistä elämänkäänneistä ja siksi vanhojen asioiden muistelemisen saattaakin olla vanhukselle mieleistä. On tärkeää, että luot hänen kanssaan myönteisen vuorovaikutustilanteen ja teette yhdessä jotain mukavaa. Monet muistisairaavat hyötyvät kovasti liikunnasta, mutta eivät voi eksymisen pelossa lähteä itsenäisesti lenkkeilemään. Sinä voit mahdollistaa ikääntyvän liikkumisen käymällä hänen kanssaan kävelyretkillä ja ohjaamalla hänet turvallisesti takaisin kotiin.

Monella ikääntyvällä on erilaisia liikkumisen apuvälineitä, kuten rollaattoreita, pyörätuoleja, kävelykeppejä ja –tukia, nostolaitteita ja tukikahvoja. Perehdytyksen yhteydessä käynte läpi perustiedot apuvälineistä, jolloin voit auttaa ikääntyvää turvallisesti liikkumisessa. Monilla ikääntyvillä on heikko tasapaino ja onkin hyvä, että tuet ikääntyvää tarvittaessa. Kävelyreitit kannattaa valita siten, että niissä on mahdollisuus levähtää penkeillä.

Vaikka monella kohtaamallasi ikäihmisellä on sairauksia ja erilaisia toimintakyvyn vajeita, heillä on myös paljon vahvuuksia, huumorintajua ja elämänviisautta. Ennakkoluuloton mieli ja keskittyminen niihin asioihin, mitä ikääntyvä osaa, vahvistaa hänen minäkuvaansa ja tekee päivistä valoisempia. Vaikka olet kuullut tämän ehkä monesti, vanhukset eivät muutu lapsiksi. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei heidän kanssa voisi pitää hauskaa ja harrastaa iloisia asioita.

Ikääntymiseen liittyy aina kuoleman läheisyys. Monet ikääntyvät työstävät mielessään kuolemaan ja sen jälkeiseen elämään liittyviä ajatuksia. Vuosien kuluessa monet joutuvat pikku hiljaa luopumaan monista tärkeistä asioista elämässään. Puolison kuolema, maalta muutto kaupunkiin, omakotitalosta muutto palvelutaloon, ystävien joukon harveneminen, oma sairastuminen tai liikkumiskyvyn heikentyminen saattavat lisätä ikääntyvän alakuloa ja halua poistua itsekin täältä elämästä. Jos ikääntyvä haluaa puhua näistä asioista on tärkeää, että joku kuuntelee ja ymmärtää. Surkeissa ja kurjissa asioissa ei kuitenkaan kannata velloa, vaan yrittää etsiä tästä päivästä jotain hyvää ja positiivista. Monesti pelkkä ihmisen läsnäolo, raitis ilma tai vaikkapa teatterirevy saattavat piristää ikääntyvää. Sinun kannattaa kuitenkin varautua siihen, että ystävyysuhde, jonka olet luonut vanhukseen loppuu joskus. Silloin kannattaa iloita niistä hetkistä, mitä teillä oli ja

mitä pystyitte toisillenne antamaan viimeisinä vanhuksen vuosina. On myös tärkeää, että elämä jatkuu. Yhteisissä vertaistapaamisissa voit jutella asioista toisten vapaaehtoisten ja henkilökunnan kanssa. Ja kun olet valmis, voit ottaa toisen ikäihmisen ystäväksesi.

Muista siis, että ikääntyvät eivät mene rikki ja että kaikki ovat erilaisia. Jonkun kanssa voit pelata pokeria, polttaa sikaria ja puhua ”miesten juttuja”. Toisen kanssa taas kukkien hoito ja hautausmaalla käyminen voivat olla se ”juttu”. Jos harras- taessasi tai auttaessasi ikääntyvää sattuu jotain, muista että se ei ole sinun syy. Elämässä voi sattua kaikenlaista kaikenikäisten kanssa. Avun hälyttäminen ja maalaisjärjen käyttö kaikissa ongelmatilanteissa riittää.

” Kysykää neuvoa vanhuksilta, sillä heidän silmänsä ovat nähneet vuosien kasvot ja heidän korvansa ovat kuulleet elämän äänet. Ja vaikka heidän neuvonsa eivät miellyttäisi teitä, ottakaa niistä vaarin” (Kahil Gibram)

5. Vapaaehtoiseksi tuleminen, sopimus, toiminta, seuranta...

Vapaaehtoiseksi pääset ottamalla yhteyttä vapaaehtoistyönkoordinaattoriin. koordinaattorille voit kertoa omista toiveistasi ja voitte yhdessä etsiä juuri sinulle sopivat tehtävät sekä toimintaympäristön. Tehtäväsi määritellään ja ne kirjataan sopimukseen sopimuksen tekohetkellä. Sopimuksen allekirjoittaa vapaaehtoinen yhdessä vapaaehtoistyönkoordinaattorin kanssa. Alle 18-vuotiaalta tarvitaan huoltajan allekirjoitus. Sopimuksen allekirjoituksen ajankohdasta voit sopia vapaaehtoistyön koordinaattoreiden kanssa:

Avohoidon yksiköt: puh. 020 638 2132 tai sähköpostitse osoitteella:

anna-liisa.raiskio@jamsa.fi

Laitoshoidon yksiköt puh. 020 638 3210. sirpa.asikainen@jamsa.fi

Kuhmoisten alueella: puh. 020 638 3164 Irma.nyrhila@jamsa.fi

Vapaaehtoistyön koordinaattori sopii sinulle perehdytysajan haluamaasi yksikköön. Toimintayksikössä sinua perehdyttää viriketoimintavastaava ja muu henkilökunta.

Mikäli olet estynyt tulemaan sovitusti tai haluat lopettaa vapaaehtoistyön, ilmoitathan siitä virikevastaavalle ja koordinaattorille (sekä asiakkaalle).

Jotta voimme seurata vapaaehtoistyön määrää ja laatua pyydämme, että palautat vapaaehtoistyön seurantalomakkeen n. 2 kk:n välein toimintayksikön virikevastaavalle.

Järjestämme n. 4-5 krt vuodessa vapaaehtoisille toimijoillemme yhteisiä tilaisuuksia, joissa on mahdollisuus saada vertaistukea, tutustua muihin toimintayksiköihin ja saada koulutusta. Olet niihin lämpimästi tervetullut. Lisätietoja näistä tapaamisista saat toimintayksiköstäsi.

Vuosittain valitsemme vuoden Töppösen, vapaaehtoisen, joka on omalla toiminnallaan esimerkillisesti edistänyt vanhusten hyvin vointia.

Käytännön vinkkejä vapaaehtoiselle:

- ota mukaan omat, mukavat sisäkengät
- tulethan aina tuoksutta
- pidä esillä vapaaehtoisen nimineula(→saat nimineulan koordinaattorilta sopimuksen teon jälkeen)
- kerrothan henkilökunnalle omista taidoistasi ja toiveistasi toiminnan suhteen
- vapaaehtoistoiminta on ennen kaikkea ihmisten välistä vuorovaikutusta ja sitä helpottavat
 - rauhallisuus
 - kärsivällisyys
 - tasa-arvoisuus
 - mahdollisuus antaa toisen tulla kuulluksi
- muistathan hoitaa itseäsi ja vaalia jaksamistasi

”Vapaaehtoinen tuo tullessaan myös nykyajan elämänmenoa ikääntyneelle, jonka sosiaalinen ympäristö on erilaisista syistä pienentynyt”. (Aejmelaeus ym. 2007: 350-351).

6. Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet

Vapaaehtoisen oikeudet

- sitoutua toimintaan itselleen sopivaksi katsomaksi ajaksi ja itselleen sopivaan tehtävään
- saada selkeä tieto (kuvaus) omista tehtävistään
- saada arvostusta ja palautetta ammattilaisilta
- saada ammattilaisilta ja vanhusten palveluiden henkilöstöltä tukea, neuvoja ja ohjausta
- Osallistua n. 4-5 krt vuodessa vapaaehtoisten yhteisiin tilaisuuksiin, joissa on mahdollisuus saada vertaistukea, tutustua muihin toimintayksiköihin ja saada koulutusta.

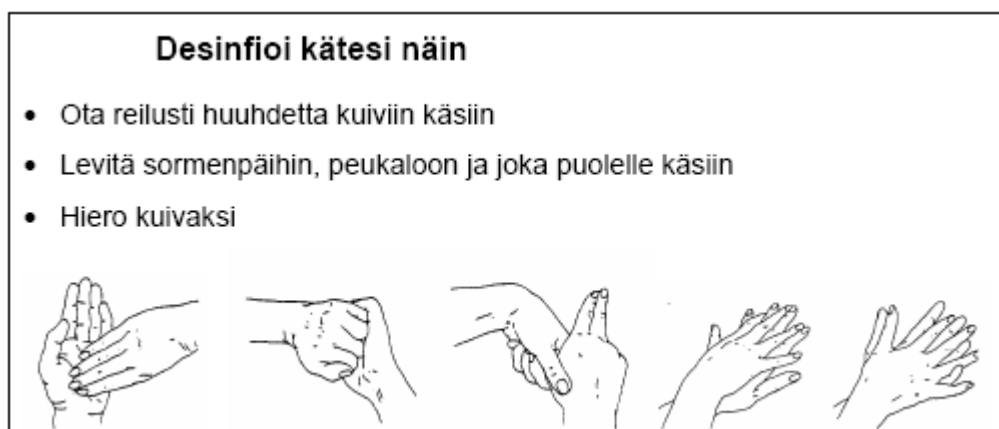
Vapaaehtoisen velvollisuudet

- vaitiolovelvollisuus
- pitää kiinni sovituista säännöistä ja tehdyistä sopimuksista
- olla täsmällinen
- ilmoittaa havaitsemistaan ongelmatilanteista ja kehittämistarpeista henkilökunnalle/koordinaattorille/ Vanhusten avohoidon johtajalle
- ilmoittaa tilapäisistä poissaoloistaan toimintayksikön henkilökunnalle (virikevastaaville) ja työn lopettamisesta sekä henkilökunnalle että koordinaattorille

7. Hygieniaohjeet

Muista hyvä käsihygienia

- desinfioi kätesi aina kun tulet taloon ja käyt WC:ssä
- pidä kädet ja kynnet siisteinä



(Lähde: Oulun yliopistollinen sairaala: käsien desinfektio tavaksi)

8. Vapaaehtoisen vakuutus

Tehdessäsi vapaaehtoistyötä yksityishenkilönä (ns. talkootyötä), on sinulla voimassa Jämsän kaupungin tapaturmavakuutus. Mikäli toimit yhdistyksen tai yrityksen toimeksiannosta/ heidän järjestämissä tilaisuuksissa, on yhdistyksellä tai yrityksellä oltava oma tapaturmavakuutus.

9. Vapaaehtoistyön periaatteet

VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEET

Tavallisen Ihmisen Tieto Ja Taito Riittää

Vapaaehtoisuus

Tasa-arvoisuus

Vastavuoroisuus

Palkattomuus

Ei-ammattimaisuus

Luotettavuus Ja Sitoutuminen Toimintaan

Luottamuksellisuus Ja Vaitiolovelvollisuus

Suvaitsevaisuus

Puolueettomuus

Autettavan Ehdolla Toimiminen

Yhteistyö

Yhteisöllisyys

Toiminnan Ilo

Oikeus Tukeen Ja Ohjaukseen

Mahdollisuus Ihmisenä kasvamiseen

(Lähde: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Vapaaehtoistoiminnan koulutusaineisto)

10. Vapaaehtoiselle toiminnallisia vinkkejä ja linkkejä

Toimintayksiköissämme/ asiakkaiden kodeissa vapaaehtoistoiminta voi olla esim.
Asiointiapua/ saattoapua
Ystävätoimintaa, keskusteluapua
Lemmikkieläinten vierailuja
Lasten vierailuja - esiintymisiä
Opiskelija vierailuja – ”tempauksia”
Ulkoilua yhdessä tai ryhmässä
Jumpat ja kuntoilu
Tanssiminen tai tanssiesitysten katselu
Juhlatapahtumat/ tilaisuudet/ erilaiset kerhot
Esitykset
Pihatyöt yhdessä tehden, kukkien istutus, saunavastojen teko..
Hemmotteluhetket
Elokuvien katselu, teatterissa käynti
Bingo, pelit
Retket
Leipominen
Askartelu
Lukeminen, tarinatuokiot
Laulutuokiot
Muisteluhetket
Hengelliset tilaisuuksien järjestämisestä tai niissä yhdessä käyntiä

- www.ystavapiiri.net → ideapankki
- www.vanhustenilona.net
- <http://www.kesli.fi/> → Terli-kirjasto
- www.versomus.fi
- www.kki.likes.fi
- www.ukkinstituutti.fi
- <http://www.jyvaskyla.fi/kirjasto>

Lähteet:

Aejmelaeus R., Kan S., Katajisto K-R, Pohjola L. 2007: Erikoistu vanhustyöhön, WSOY

Jyväskylän kaupunki. www.jkl.fi

Oulun yliopistollinen sairaala. www.ppsHP.fi

Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Vapaaehtoistoiminnan koulutusaineisto.

Suomen Mielenterveysseura. www.mielenterveysseura.fi.

Vouti, M. 2006. Vapaaehtoistoiminnan lähtökotia.

www.ouka.fi/sote/avek/sisus_raportti.pdf



SOPIMUS VAPAAEHTOISTYÖSTÄ

Vapaaehtoisen nimi _____

Puhelinnumero _____

Sähköposti _____

Muuta erityistä _____

(esim. vapaaehtoisen erityistaidot tai rajoitukset)

Kuvaus työtehtävistä _____

Työaika _____

(esim. joka tiistai klo 13 – 15)

vanhusten palveluiden yhteyshenkilö, vapaaehtoistyön koordinaattori

Anna-Liisa Raiskio _____

Puhelinnumero/sähköposti _____

Tiimissä perehdyttäjänä toimii _____

Puhelinnumero/sähköposti _____

Olen vaitiolovelvollinen asiakkaita koskevista asioista sekä muista saamistani tiedoista ja allekirjoituksellani sitoudun vaitiololupaukseen.

Päiväys _____

Allekirjoitukset

(vapaaehtoinen)

Alle 18-v huoltajan allekirjoitus

(yhteyshenkilö)

