

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistallenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Heinonen, T. & Hagström, S. (2021) Testaukset ja käyttäjäkokeilut ovat mahdollisia myös etätoteutuksina - esimerkkejä Tampereelta. TUTTU net - Tuotekehittäjän testi- ja tukiverkosto, 29.3.2021.

URL: <https://www.tuttunet.fi/tietoja-ja-oivalluksia/testaukset-ja-kayttajakokeilut-ovat-mahdollisia-myos-etatoteutuksina-esimerkkeja-tampereelta.html>

# Testaukset ja käyttäjäkokeilut ovat mahdollisia myös etätoteutuksina - esimerkkejä Tampereelta

29.03.21



Tässä jutussa kerrotaan neljästä TAMK:n toteuttamasta koronapandemian aikaisesta testauksesta ja käyttäjäkokeilusta 6Aika HIPPA-hankkeessa. Esimerkit osoittavat, että testauksia ja käyttäjäkokeiluja on mahdollista toteuttaa myös etänä erilaisia digitaalisia ratkaisuja soveltaen. Kotijumppavalmennus senioreille oli koronakevään 2020 aikana sujuvan yhteistyön aikaansaama onnistunut toteutus. Sitä seurasi Hyvinvoinnin avaimet -tapaamissarja, jossa liikunta-aiheesta jatkettiin muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin. Kelokaiutinta päästiin testaamaan muistisairaiden ryhmäkodissa sekä etäkuntoutuspalvelua testattiin ja kehitettiin kotikuntoutujien kanssa.

## Senioreiden kotijumppavalmennus oli koronakevään ketterän yhteistyön tulos

Koronapandemian alkaminen keväällä 2020 vaikutti erityisen voimakkaasti yli 70-vuotiaiden normaaliin elämään. He joutuivat karanteeninomaisiin olosuhteisiin koteihinsa, ja kaikki ulkopuolisten järjestämät harrastukset ja sosiaaliset kontaktit jäivät tauolle. Tilanteen takia ikääntyneiden liikunnan harrastaminen ja fyysisten toimintakyvyn harjoitteet olivat vaarassa jäädä vähemmälle. Pilotin idea syntyi edellä kuvatusta tarpeesta ja näistä lähtökohdista. HIPPA-hankkeessa Tampereella oli jo ennen epidemian aiheuttamia rajoituksia aloitettu yhteistyökeskustelut lempääläisen Healthfactory Oy:n kanssa. Yrityksen tuotteina ovat erilaiset etävalmennukset ja -ohjelmat SYKE Tribe -tuotemerkin alla. Kohderyhmänä näissä olivat erityisesti nuoret aikuiset. Yritys oli kiinnostunut laajentamaan kohderyhmäänsä ikääntyneiden suuntaan, ja tästä lähtökohdasta aloitettiin keskustelut Hipan hankehenkilöiden kanssa.

Suunnittelu karanteenissa olevien ikäihmisten aktivoimiseksi lähti käyntiin nopealla ja ketterällä aikataululla, ja tuloksena syntyi Senioreiden kotijumppavalmennus -etätoteutus. Valmennus oli viiden viikon kestoinen mobiililaitteella tai tietokoneella toimiva jumppaohjelma. Valmennusohjelman sisällön käytännön toteutukseen saatiin TAMKista mukaan kolme fysioterapeuttiopiskelijaa, jotka suorittivat näin projektiopintojaan ohjaavan opettajansa ja hankkeen henkilöstön ohjauksessa. Jokaiselle päivälle oli oma jumppaohjelmansa, jotka opiskelijat kuvasivat puhelimitään omilla kodeissaan. Valmennusohjelman tekninen toteutus oli Syke Triben vastuulla, ja yrityksen

toimitusjohtaja oli aktiivisesti mukana pilotin suunnittelussa ja toteutuksessa. HIPPA-hankkeen projektihenkilöstö koordinoi ja organisoi pilotin toteutuksen.

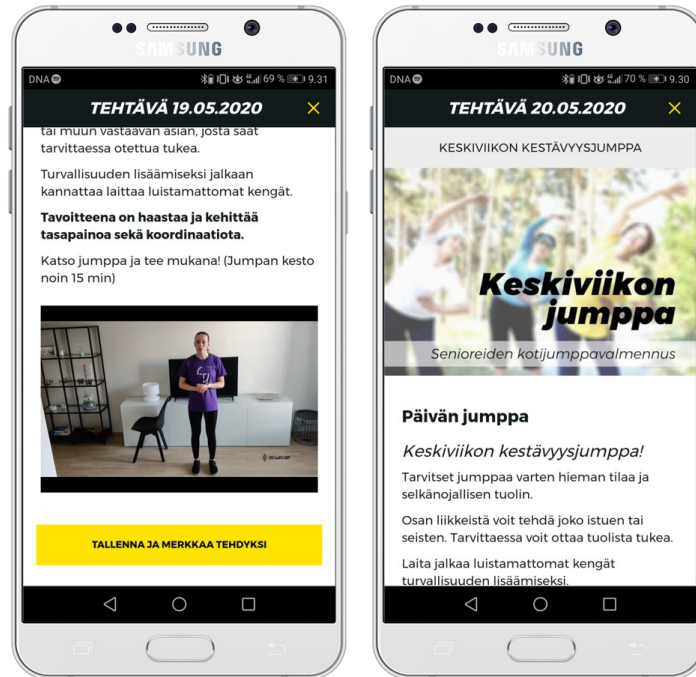
Toteutuksen kokonaistavoitteena oli kerätä palautetta ikääntyneille suunnatun, verkossa toteutetun kotijumppavalmennuksen kokemuksista aidoilta loppukäyttäjiltä. Yritys toivoi saavansa tietoa, miten mobiilisti tapahtuva etävalmennus soveltuu ikääntyneille, minkä tyyppiset sisällöt kiinnostavat kohderyhmää, miten ikääntyneet kokevat mobiilisovelluksen käytettävyyden ja onko heillä siihen kehittämisajatuksia.

## **Hyvin suunniteltu on puoliksi tehty**

Osallistujien rekrytointia varten laadittiin kutsukirje, jota jaettiin HIPPA-hankkeen verkostoille maantieteellisesti laajalle alueelle. Osallistujia olikin eri puolelta Suomea, mm. Tampereelta, Kangasalta, Oulusta, Porista ja Helsingistä. Pilotin päättyessä loppuhaastatteluun vastasi 22 osallistujaa. Heistä 19 oli naisia ja 3 miestä. Osallistajat olivat iältään 70-84-vuotiaita keskiarvon ollessa 74,05 vuotta. Aikaisempaa teknologian (tietokone, tabletti, älypuhelin) käyttökokemusta osallistujilla oli lähes kaikilla, ainoastaan yksi vastaaja kertoi, että ei ollut juurikaan käyttänyt teknologiaa aikaisemmin.

Pilotin viimeisellä viikolla toteutetun loppuhaastattelun lisäksi palautetta ja kokemuksia kerättiin osallistujilta koko pilotin ajan. Aivan pilotin alussa kaikkiin osallistujiin otettiin henkilökohtaisesti yhteyttä puhelimitse. Osallistajat jaettiin kolmeen ryhmään ja pilotin kuluessa opiskelijat pitivät yhteyttä kuhunkin osallistujaan heidän haluamallaan tavalla, kerran viikossa tai vasta pilotin päättyessä. Pilotin kuluessa osallistujita kysyttiin mm. kuinka harjoittelu on sujunut ja miten muutoin on jaksanut poikkeustilanteen aikana. Mahdollista oli myös saada etäohjausta harjoitteiden suorituksiin, jos niissä oli ollut hankaluutta.

Jo aikaisemmissa HIPPA-hankkeen testauksissa oli todettu, että huolellinen suunnittelu ja tuotteen tai palvelun käyttöönotto varmistaa onnistuneen testausprosessin. Tämä kävi toteen myös tällä kertaa. Pilotin huolellisen kokonaissuunnittelun ja HIPPA-hankkeen TAMK:n projektihenkilöiden koordinoinnin ohella opiskelijat suunnittelivat jumpat huolella ja tämän kohderyhmän lähtökohdista. Toimintakyvyn eri asteet otettiin huomioon niin, että liikkeiden tekeminen onnistui joko seisten tai istuen. Myös eri osapuolten yhteinen tavoite motivoi onnistuneeseen toteutukseen.



**Myös harjoitteiden videointi tapahtui todellisena ”koronatoteutuksena”. Opiskelijat tallensivat jumppavideot kukin omassa kodissaan. Keskiviikkoisin keskityttiin kestävyteen. Kuva: SYKE Tribe**

## **Opiskelijoiden ja osallistujien kokemuksia**

Opiskelijoille projekti oli opettavainen ja mielenkiintoinen kokemus. Yhteistyö monen eri tahon kanssa, täysin etänä tapahtuva toteutus ja videoiden kuvaaminen ylipäättään - saati nyt koronatilanteessa omassa kodissa - opetti paljon uutta. Tarkka kuvaussuunnitelma ja videoiden käsikirjoittaminen helpottivat jumppien yhtenäistä ilmettä ja selkeitä ohjeita, joista osallistujat antoivatkin hyvää palautetta. Ikääntyneille pyrittiin tarjoamaan lähtökohtaisesti turvallisia, matalan kynnyksen jumppia, joista tulee hyvä mieli.

Osallistujat kokivat valmennuksella olleen positiivinen vaikutus vointiin. Vastauksissa nousi erityisesti esiin mahdollisuus tehdä jumppaa kotona ja oman aikataulun mukaan. Lisäksi säännöllisyys ja jokapäiväisyys nähtiin motivoivina tekijöinä. Korona vaikutti myös jumppamotivaatioon, koska muut liikkumismahdollisuudet olivat vähissä. Sovelluksen muistutukset koettiin kannustavina, syntyi ”positiivinen velvollisuuden tunne”. Koska jumppien kesto oli osallistujien mielestä hyvin mitoitettu, niitä oli mukava tehdä päivittäin. Valmennus lisäsi myös tavoitteellista liikkumista ja oli siitä ollut hyötyä myös

ajokorttitarkastuksessa, kun fyysinen kunto oli parantunut. Äänellä ohjatut videot nähtiin mainioina. Pilottiin osallistuneet suosittelisivat jumppasovellusta ehdottomasti muillekin ikäihmisille. Teknologian käyttökokemuksen mainittiin auttavan sovelluksen käytössä.

*”Innosti, että ”mikäs ohjelma tänään on”  
“Sisältöä elämään”*

*”Paljon kiitoksia, todella virkistävää. Tuli merkattua muitakin asioita mitä päivän aikana tekee.”*

Opiskelijoiden yhteydenpitoa kiiteltiin. Opiskelijoiden ystävällisyys, kannustavuus ja hienotunteisuus koettiin myönteisenä. Joillekin yhteydenpito toi helpotusta yksinäisyyteen. Osa taas ei kokenut tarvitsevansa yhteydenpitoa pilotin aikana, vaan tuki pilotin alkaessa oli riittävä. Alussa joillakin oli teknisiä haasteita, mutta kaiken kaikkiaan sovellusta pidettiin helppokäyttöisenä. Haastavinta oli esitietolomakkeen täyttäminen, mutta siitäkin selvittiin projektihenkilöstön, opiskelijoiden ja yrityksen tuen turvin.

*”Koronatilanteen takia jokainen viesti ja yhteydenotto virkisti ja vauhditti menoa.”*

Yritys oli erittäin tyytyväinen äärimmäisen jouhevaan yhteistyöhön ja nopeaan konseptin kokeiluun. TAMK:n projektihenkilöt saivat kiitosta sujuvasta kommunikoinnista ja siitä, että yritys sai tilaa toteuttaa itseään. Yritykselle oli myös erittäin positiivinen yllätys miten helposti ja hienosti myös TAMK:n fysioterapeuttiopiskelijat ottivat oman osuuden kokeilusta vastaan. Työskentely heidän kanssaan oli helppoa ja vaivatonta.

*”Tällaiset asiat eivät ole aina itsestäänselvyyksiä digitaalisia palveluita tuottaessa, varsinkin kun mukana on useampi taho ja toimija. Tässä oli ns. startup-meininkiä eli tuottavaa tehokasta tekemistä. Tämä oli loistava kokeilu, missä sai purettua monia olettamuksia (mm. senioreiden osaamisen tason liittyen mobiilisovellusten käyttöön sekä omaehtoiseen tekemiseen).”*

## **Etäjumppavalmennuksesta Hyvinvoinnin avaimiin**



Nina ohjaa aivojumppaa.

Jatkumona Senioreiden kotijumppavalmennukselle toteutettiin senioreille neljän kerran Hyvinvoinnin avaimet –etätapaamissarja. Toteutuksessa oli mukana kaksi geronomiopiskelijää Metropolista. He suunnittelivat Hyvinvoinnin avaimet –sarjan ja käytännössä toteuttivat sen Teamsissa. Toteutuksen organisoinnista ja ohjauksesta vastasivat HIPPA-hankkeen TAMKin projektihenkilöt. Hyvinvoinnin avaimet –etätoteutusta tarjottiin Senioreiden kotijumppavalmennukseen ilmoittautuneille henkilöille ikään kuin jatkumona hyvinvoinnin teemoihin.

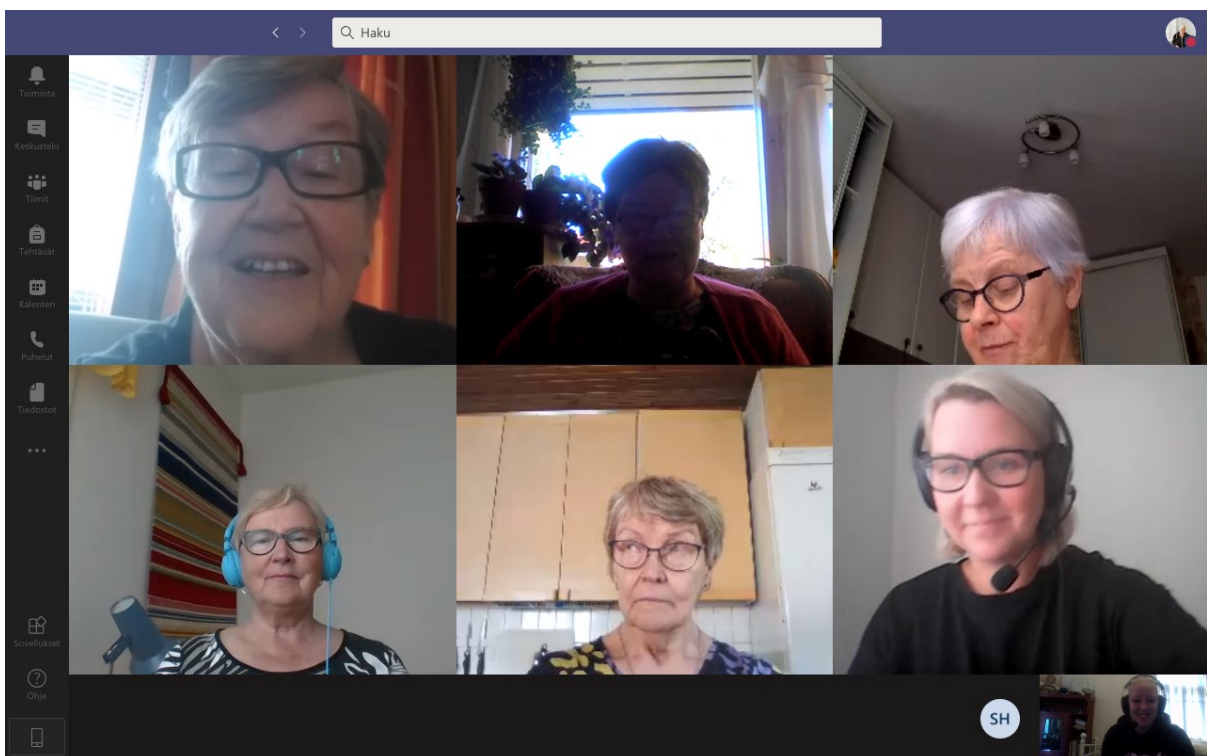
Hyvinvoinnin avaimissa pureuduttiin seuraaviin aiheisiin: aivoterveys, mielen terveys ja ravitsemus. Lisäksi neljännellä kerralla käytiin läpi mahdollisia kysymyksiä ja kerrattiin aikaisempien tapaamisten aiheita. Tapaamiskerroilla sisältöinä oli johdatus päivän aiheeseen ja tietoa siitä, vastavuoroista keskustelua osallistujien kanssa, vinkkejä ja neuvoja sekä harjoituksia. Osallistujat olivat kiitettävän aktiivista ja tapaamisiin varattu aika ei meinannut riittää virkeän keskustelun takia. Osallistujia oli kahdeksan eri puolilta Suomea, heidän joukossa yksi pariskunta.

Jokaisen tapaamiskerran jälkeen osallistujille lähetettiin sähköpostilla kyseisen tapaamisen teoriaosuus katsottavaksi uudelleen. Mukana oli myös muuta sillä kerralla käsiteltyä materiaalia ja harjoituksia. Samalla tsempattiin osallistujia. Osallistujilla oli mahdollisuus

esittää kysymyksiä käsitellystä aiheesta ja myös etukäteen lähettää kysymyksiä seuraavan viikon teemaan.

Osallistujat antoivat toteutuksesta erittäin hyvää palautetta. Toteutus oli ollut mielekäs ja sisältö hyödyllistä. Hyvinvoinnin avainten koettiin lisänneen osallistujien hyvinvointia ja myös motivaatiota omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen.

*”Onnistuitte kympin arvoisesti. Kiitos. Meille ei uusia asioita tullut, mutta teki hyvää kerrata aivoterveyttä. Kiitos. Ja tällöinen etäjuttu oli uusi, hieno kokemus. Olen iloinen, että sain olla mukana.”*



Innokkaita senioreita ottamassa haltuun Hyvinvoinnin avaimia. Kuva: Suvi Hagström.

Jonkin verran Teams-yhteyksissä oli teknisiä haasteita, mutta kokonaisuutena etätoteutus onnistui hienosti. Kokemus oli uusi niin opiskelijoille ohjaajina kuin varmasti myös senioreillekin. Tämä antoi rohkaisua vastaavien etätapaamisten ja –toteutusten järjestämiseen myös tulevaisuuteen. Näinkin on mahdollista tuoda sisältöä ja sosiaalisia kontakteja ikäihmisten päivään.

Opiskelijoille Hyvinvoinnin avaimet oli mielenkiintoinen oppimisprojekti, koska he eivät olleet aikaisemmin pitäneet tapaamisia etänä senioreille. Etukäteen hieman mietitytti, kuinka seniorit hallitsevat toteutuksen vaatiman teknologian. Toteutuksen suunnittelussa pitikin ottaa huomioon, että tapaamisten sisältö ja materiaalit olisivat helppo ottaa käyttöön. Myönteisenä yllätyksenä tulikin, kuinka nykypäivän seniorit ovat ottaneet digiloikan yhdessä muun yhteiskunnan mukana. Monelle etätapaamiseen osallistuneelle etäpalvelun käyttö olikin jo

tuttua, ja heille joille se ei ollut, oppiminen tapahtui nopeasti. Nykypäivän seniorit ovat aktiivisia, tässä ajassa eläviä ja heidän tietotaitonsa ovat mahtavat.

*”Opiskelijoina oli hieno päästä luomaan ja kokeilemaan erilaista etävalmennusta. Vaikka tapaamiset suoritettiin etänä, tulivat osallistujat kuitenkin tutuksi ja yhteishenki oli loistava. Tässähän myös seniorit saivat samalla sosiaalista vuorovaikutusta muiden ikätovereidensa kanssa. Oli hienoa olla mukana kehittämässä jotakin uutta, sellaista joka on tarkoitettu juuri vuoden 2020 senioreille.”*

## **Pikkukelon testaus muistisairaiden ryhmäkodissa**

Kelosound Oy:n Pikkukelo-kaiutinta testattiin kahden viikon ajan Attendo Oy:n Villa Aallossa Tampereella. Pikkukeloa testattiin Villa Aallossa kahdessa eri ryhmäkodissa ja yhden asukkaan omassa huoneessa. Vallitsevan koronatilanteen vuoksi HIPPA-hankkeen edustajat TAMKista eivät voineet mennä paikan päälle havainnoimaan testausta ja haastattelemaan käyttäjiä. Toimintatapana käytettiin etätoteutusta eli ryhmäkotien hoitajat Villa Aallon johtajan johdolla havainnoivat asukkaiden kokemuksia ja reaktioita Pikkukeloon ja sen ääniin. Etukäteen Kelosoundin yrittäjän kanssa oli mietitty, mitkä äänet sopisivat parhaiten ryhmäkotiympäristöön. Sopivat äänet ovat helposti tunnistettavia ja sellaisia, jotka eivät aiheuta hämmennystä asukkaissa. Pikkukelon värähtelyominaisuus oli jätettävä testaamatta korona-epidemian vuoksi, koska sitä ei hygieniasyistä voitu koskettaa tai halata. Tämän vuoksi Pikkukelo oli sijoitettava paikkaan, jossa sen koskettaminen ei tullut asukkaiden mieleen.





Pikkukelo olohuoneen nurkassa Villa Aallossa. Kuva: Kelosound.

Tavoitteina oli testata, soveltuuko testattava tuote ikäihmisten palveluasumiseen ja erityisesti muistisairaiden palveluasumiseen sekä kerätä minkälaisia kokemuksia Pikkukelo kuulijoissa aiheuttaa ja mitkä äänistä vaikuttavat rauhoittavasti. Myös henkilökunnan käyttäjäkokemus sekä mahdolliset vaikutukset työskentelyyn olivat kiinnostuksen kohteena.

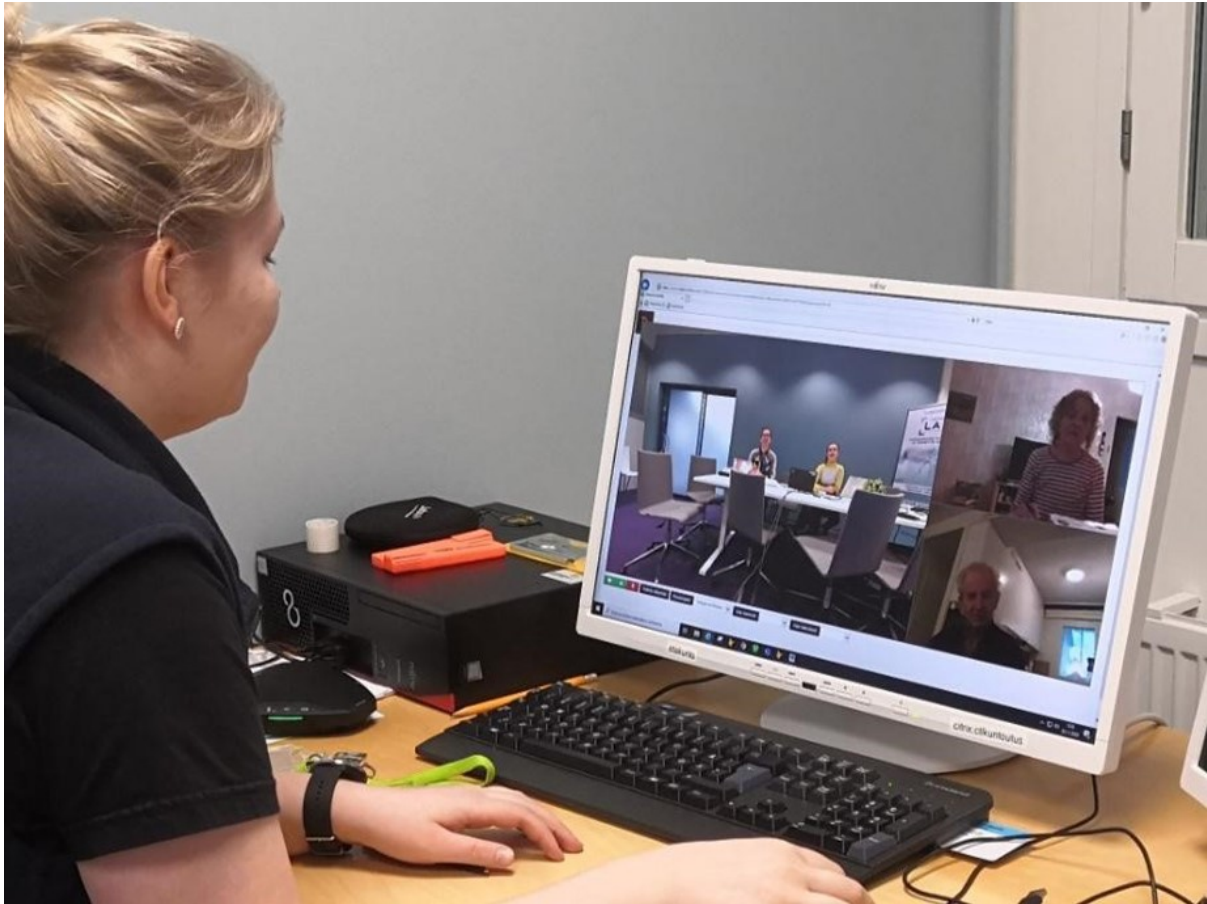
Testauksen puolessä välissä järjestettiin ns. puolivälinkrouvi. Eri osapuolten etätapaamisessa kerättiin siihen mennessä tullutta palautetta ja kokemuksia Villa Aallosta sekä suunnattiin testauksen loppuosaa sopivaan suuntaan. TAMKista toimitettiin Villa Aallon johtajan kautta teemahaastattelukysymyksiä hoitajille ja nämä käytiin yhteisesti Villa Aallon johtajan ja hoitajien kanssa läpi Teams-keskustelussa. Vastaava keskustelu toteutettiin myös testausjakson päätteeksi. Lopputapaaminen järjestettiin myös Teamsissa. Siinä TAMKin edustajat, yrittäjä ja Villa Aallon johtaja kävivät palautteet yhteisesti läpi. Yrittäjä sai kirjallisen raportin testauksesta.

Testauksen perusteella Pikkukelo soveltuu hyvin ryhmäkotiin ja ikääntyneille käyttäjille yleisesti, mutta sen käyttö kannattaa organisoida hyvin. Oikeuksiinsa se pääsee parhaiten suunnitellussa viriketoiminnassa, niin, että kuunteluun on oma rauhallinen aikansa ja paikkansa. Pelkkänä taustäänänenä se ei ole parhaimmillaan. Muistisairaiden kohdalla sen käyttö vaikuttaisi olevan hyödyllisintä henkilökohtaisessa käytössä. Toisaalta ikääntyneet

ovat hyvin heterogeeninen joukko, joten yleistyksiä ei kannata tehdä liikaa. Henkilökunnassa innostusta herättivät uudet asiat: he olivat innoissaan siitä, että pääsivät olemaan mukana tällaisessa kokeilussa. Tällaisista toteutuksista saa ideoita jatkoon. Testauksen ansiosta he hokasivat, kuinka tärkeitä äänet ovat, ja että äänet voivat olla muutakin kuin musiikkia. Ammattilaiset kehuivat Pikkukelon helppokäyttöisyyden ohella sen ulkonäköä. Todettiin kuitenkin, että Pikkukelon käytöstä aiheutuu lisätyötä, joten suunnitellut säännölliset äänihetket olisivat hyvä ratkaisu. Villa Aallon johtaja oli myös tehnyt havainnon, että Pikkukelo oli laitettu tauolla soimaan, joten sillä voisi olla vaikutuksia myös työhyvinvointiin. Yrittäjä oli tyytyväinen testaukseen ja teki testauksesta myös lehdistötiedotteen yhteistyössä TAMKIn ja Attendon kanssa. Yritys sai arvokasta palautetta haastavan kohderyhmän käyttökokemuksista.

## **Etäkuntoutuspilotissa kehitettiin senioreille sopivaa sisältöä**

Etäkuntoutuspilotti toteutettiin Tammenlehväkeskuksen ja VideoVisit Oy:n kanssa yhteistyössä TAMKIn Sote Virtual Labista käsin. Pilotin kokonaistavoitteena oli edistää Tammenlehväkeskuksessa olevan Video Visit Oy:n Home –palvelun käyttöastetta ja kehittää sen sisältöä Tammenlehväkeskuksen tarpeisiin sekä edistää ja nopeuttaa asiakkaiden kuntoutumista. Ennen varsinaista pilotin toteutusta Tammenlehväkeskuksen moniammatilliselle työryhmälle tehtiin nykytilanteen kartoitus etäkuntoutuspalvelun käyttökokemuksista ja tarpeista. Tämä oli pohjana pilotin käytännön toteutukselle.



Etäkuntoutustapaaminen käynnissä. Tammenlehväkeskuksen fysioterapeutti Tanita mukana tapaamisessa. Kuva: Tammenlehväkeskus.

Pilotti oli käyttäjäkokeilu autenttisessa ympäristössä, käyttäjän arjessa ja luonnollisissa tilanteissa, vaikka palautekeskustelut ja havainnointi toteutettiin täysin etätoteutuksena. Toteutus suunniteltiin huolellisesti eri osapuolten yhteistyönä. Käytännön toteutukseen osallistui ansiokkaasti kaksi TAMK:n fysioterapeuttiopiskelijaa, jotka suunnittelivat sisällön etäkuntoutustapaamisiin sekä toteuttivat ne TAMK:n projektihenkilöstön ohjauksessa.

Pilotin vaiheet ja sisältö:

1. Alkukartoitus Video Visitin etäpalvelusta Tammenlehväkeskuksen henkilöstölle
2. Pilotin toteutuksen suunnittelu
3. Pilottihenkilöiden rekrytointi
4. Palvelun sisältöjen suunnittelu
5. Pilotin toteutusjakso
6. Palautteen kerääminen ja arviointi
7. Raportointi

Tammenlehväkeskuksessa oli käytössä kolme VideoVisitin tablettia ja pilottiin osallistui

lopulta kaksi Tammenlehväkeskuksesta kotiin siirtyvää kuntoutujaa. Tammenlehväkeskus rekrytoi pilottihenkilöt asiakkaistaan. Etäkuntoutustapaamisia toteutui kolme kertaa ja näiden lisäksi Tammenlehväkeskuksen fysioterapeutit pitivät kuntoutujiin yhteyttä etäpalvelun kautta. Myös Tammenlehväkeskuksen edustaja osallistui pilotin tapaamisiin etänä. Palvelun sisältöä suunnattiin erityisesti Home-palvelun kahvihuone-toimintoon, jossa kuntoutujat voivat vapaamuotoisesti tavata toisiaan. Ensimmäisellä tapaamiskerralla kyseltiin myös osallistujien toiveita. Pilotin tapaamisissa näkökulmana oli ikäihmisten terveystasvatus. Jokaiselle etätapaamiskerralle oli pohdittu teema, jota käsiteltiin keskustelunomaisesti. Näitä teemoja olivat ikäihmisten uni, liikkumisen suositukset ja mielenterveyttä edistävät tekijät.

Pilotissa kerättiin osallistujilta palautetta jokaisen tapaamisen yhteydessä ja pilotin päätyttyä, jotta mm. voidaan arvioida palvelun soveltuvuutta kohderyhmälle ja kartoittaa käyttökokemuksia. Pilotin päätyttyä opiskelijat tekivät kirjallisen raportin, joka toimitettiin kaikille osapuolille. Pilotin puolivälissä järjestettiin ns. puolivälinarviointi, jossa käytiin läpi siihen mennessä saatuja kokemuksia ja mietittiin jatkon toteutusta mm. sisältöjen osalta. Myös aikataulua jouduttiin hieman muuttamaan alkuperäisestä, ja sen vuoksi tapaamiskertoja oli mahdollista toteuttaa kolme alkuperäisen neljän kerran sijaan. Puolivälinarvioinnissa keskusteltiin myös palvelun teknisen toimivuuden mahdollisista haasteista ja niiden ratkaisuksista.

Teknologian suhteen kokemukset olivat hyviä. Palvelu koettiin helppokäyttöiseksi puolin ja toisin. Lukuunottamatta muutamia ryhmäpuhelun alussa olleita teknisiä ongelmia yhteydet ja sovellus toimivat hyvin. Sisällön ja toteutuksen puolesta kaikki osapuolet olivat tyytyväisiä pilottiin. Erityisesti mielen hyvinvointi aiheena koettiin ajatuksia herättävänä. Tammenlehväkeskuksen näkökulmasta juuri tämä aihe avasi kuntoutujien ”mielenlukkoja”. Kuntoutujat kokivat, että etätapaamiset antoivat uusia näkökulmia ja työkaluja elämään. Opiskelijoille pilotti toimi hyvänä pohjana ikäihmisten fysioterapian harjoittelujaksolle, joka alkoi heti pilotin jälkeen.

Vaikka pilottihenkilöitä oli vain kaksi, testaus antoi Tammenlehväkeskukselle erinomaista kokemusta etäkuntoutuksen mahdollisuuksista ja ideoita sen toteutukseen. Testaus nosti esiin vertaistuen, kuntoutuksen kokonaisvaltaisuuden ja huolenpidon merkityksen. Kotikuntoutujat myös oivalsivat, että voivat itse vaikuttaa hyvinvointiinsa.

*”Napakymppi toteutus. Tuli näkemystä siitä, miten asiat näyttävät kotona kuntoutusjakson jälkeen.”*

Kirjoittajat:

Tarja Heinonen, TtM, Terveystieteiden tohtoriopiskelija, Kehittämispäällikkö, TAMK, TKI-palvelut  
Suvi Hagström, DI, fysioterapeutti AMK, LitM, projektikoordinaattori, TAMK/TKI-palvelut

Kuvat:

SYKE Tribe, Johanna Huiko-Lahtinen, Nina Lähteenmäki, Riikka Ovaskainen, Suvi Hagström, Titta Soimasuo