



Opas
Lähieselle

ORGANISAATION
LOGO

Yksityinen palveluntuottaja

| | |
|--|-----------|
| Sisällysluettelo | |
| Alkusanat läheisille..... | 3 |
| Yksityinen palveluntuottaja | 4 |
| Henkilökunta | 5 |
| Arki ja yhteisöllisyys | 6 |
| Omaohjaajuus | 9 |
| Toteuttamissuunnitelma..... | 10 |
| Toipumisorientaatio..... | 11 |
| Päivä- ja työtoiminta..... | 12 |
| Lääkehoito yksikössämme | 13 |
| Terveydenhuolto | 14 |
| Raha-asioiden hallinta..... | 15 |
| Turvallisuus | 16 |
| Salassapitovelvollisuus..... | 17 |
| Läheisyhteistyö | 19 |
| Yhteistyö oppilaitosten kanssa | 20 |
| Mielenterveyden häiriöt..... | 21 |
| Masennus..... | 22 |
| Kaksisuuntaisessa mielialahäiriössä..... | 23 |
| Erilaisia ahdistuneisuushäiriöitä..... | 24 |
| Psykoosilla..... | 25 |
| Skitsofrenia | 26 |
| Lähteet..... | 28 |
| Yhteystiedot..... | 31 |

Alkusanat läheisille

Tämä opas on laadittu yksityisen palveluntuottajan asukkaiden läheisille yhteistyössä Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijoiden kanssa.

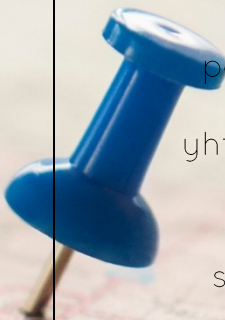
Tämän oppaan avulla toivomme, että lukijana saatte tietoa yleisistä yksikön toimintaan sekä asukkaiden arkeen liittyvistä käytännön asioista.

Oppaan tavoitteena on edistää ja tukea yhteistyötä yksikössä asuvien asukkaiden, heidän läheistensä sekä ohjaajien välillä. Mahdollisesti opas voi herätellä uusia keskustelun avauksia läheisten ja yksikkömme välillä.

Opas sisältää ytimekkäästi tietoa asukkaita koskevista aihepiireistä, kuten tarjotusta kuntouttavasta toiminnasta, yksikön arjesta ja yleisimmistä mielenterveyden häiriöistä.

Antoisia lukuhetkiä!

Yksityinen palveluntuottaja



Yksityinen palveluntuottaja tarjoaa asumispalveluja aikuisille mielenterveyskuntoutujille, jotka tarvitsevat ohjausta ja tukea kohti itsenäisempää elämää. Yksityisen palveluntuottajan yksikkö mahdollistaa asukkailleen kodikkaan ja viihtyisän yhteisöllisen ympäristön kuntoutumiseen. (Lähde xxx, 2021.)

Yksityinen palveluntuottaja on x:ssä sijaitseva x:n kuuluva yksikkö. Yksikön toimitilat ovat kerrostalossa, x:n kaupunginosassa. Yksikön läheltä löytyy kauppoja, uimahalli ja hyvät lenkkeilymaastot. Kävelymatkan päästä löytyy myös kaupungin keskusta. (Lähde xxx, 2021)

Monipuolisen palvelukokonaisuuden avulla voidaan laatia yksilölliset kuntoutumispolut jokaiselle asiakkaalle ja keskittyä asiakkaiden jokapäiväisten elämäntaitojen ylläpitoon ja kehittämiseen sekä aktiivisuuden ja osallisuuden lisäämiseen. (Lähde xxx, 2021.)

Yksityisen palveluntuottajan tavoitteisiin kuuluu myös nykyisen toimintakyvyn ylläpito, sekä mielekkään ja merkityksellisen elämän tukeminen.

Yksityisen palveluntuottajan palveluista löytyvät mm. kuntouttavaa palveluasumista, tukiasumista ja kotikuntoutusta, työ- ja päivätoimintaa, sekä intervalli- ja arviointijaksoja. (Lähde xxx, 2021)

Henkilökunta

Yksikössämme työskentelee sairaanhoitajia, sosionomeja, lähihoitajia ja mielenterveyshoitajia. Heitä yhdistää erikoisosaaminen mielenterveys- ja päihdetyössä. Ohjaajiltamme löytyy lisäkoulutuksia, jotka ovat erityisesti suunnattu mielenterveys- ja päihdekuntoutujien tueksi.

Ohjaajat ovat paikalla klo 07–22 välisenä aikana. Muuna aikana tavoitat ohjaajan päivystyspuhelimella soittamalla. (Lähde xxx, 2021.)

Yhteystiedot löydätte oppaan lopusta.

Arki ja yhteisöllisyys

Yhteisöllisyydellä tarkoitetaan vastavuoroista yhdessä toimimista ihmisten välillä, joita yhdistää jokin tavoite tai päämäärä. Se näkyy kohtaamisena, kuuntelemisena, huomioimisena ja välittämisenä. Lisäksi se on vuorovaikutusta ja joukkoon kuulumisen tunteita. (Birck, 2020, s. 5.)

Yksikössämme asukkaiden käytössä olevat yhteiset oleskelutilat luovat mahdollisuuksia kohtaamisiin (yhteinen ruokailutila, Rentola, biljardisali, suojaisa sisäpiha terasseineen). Nämä yhteiset tilat ovat vapaassa käytössä vieraillessanne yksikössä asuvan läheisenne luona. Lisäksi asukkaiden käytössä on sauna ja pesutupa.



Asukkaalla on mahdollisuus syödä yksikön oman valmistuskeittiön tarjoamaa maukasta, ravitsevaa ja tuoretta kotiruokaa yhteisessä ruokailutilassa tai omalla asunnollaan. Myös itsenäinen ruuan valmistus omalla asunnolla voidaan mahdollistaa yksilöllisesti.

Yksikössä asukkaat asuvat tavanomaisissa kerrostaloasunnoissa. Kolmiot ovat tarkoitettu kahdelle henkilölle, kaksiot sekä yksiöt ovat yhdelle henkilölle. Peruskalusto asuntoon voidaan tarvittaessa järjestää yksikön toimesta, mutta asukas saa sisustaa asuntonsa omilla huonekaluilla, sekä tavaroillaan. Ohjaajat auttavat asukasta tarvittaessa huoneiston kalusteiden hankinnassa. Asukkaan oman asunnon kodinhoito tapahtuu asukkaan toimesta tai yhdessä ohjaajan tuella.

Yksikössämme yhteisöllisyyttä tuetaan mm. viikoittaisilla asukaskokouksilla, joissa käsitellään kodin yleisiä ja koko yhteisöä koskevia asioita. Näihin asukaskokouksiin osallistumalla asukas pääsee halutessaan vaikuttamaan heitä ja yhteisöä koskeviin asioihin.

Ohessa linkki yksikkömme tilojen
virtuaaliseen esittelyvideoon.

Esittely löytyy Yksityisen
palveluntuottajan virallisilta
internetsivuilta:

[Internetlinkki](#)



Omaohjaajuus

Jokaisella asukkaalla on nimettyinä kaksi omaohjaajaa. Omaohjaajien kanssa asukas laatii mm.

toteuttamissuunnitelmansa sekä sopii arjen yleiset käytännön asiat.

Voitte halutessanne ottaa myös erikseen yhteyttä yksikössä asukkaana olevan läheiseen omaohjaajaan, jolla on syvällisempi tuntemus läheiseen asioista.

Omaohjaaja tekee asukkaansa kanssa tiivistä yhteistyötä, jolla mahdollistetaan kuntoutusta tukeva luottamussuhde asukkaan ja omaohjaajan välille.

Asukkaan on helpompi tukeutua juuri hänelle nimettyyn omaohjaajaan mieltä askarruttavissa asioissa.

Läheisenä voitte tiedustella omaohjaajaa asukkaalta itseltään tai kysymällä asiaa yksiköstämme.

Toteuttamissuunnitelma

Yhdessä jokainen asukas ja omaohjaaja laativat yksilöllisen toteuttamissuunnitelman, jota asukas toteuttaa hoitohenkilökunnan tuella omassa arjessaan.

Toteuttamissuunnitelma voi sisältää esimerkiksi terveellisen ravitsemuksen tai säännöllisen henkilökohtaisen hygienian hoidon tukemista. Konkreettisenä esimerkkinä ne voivat olla ruoan valmistamisen harjoittelua yhdessä ohjaajan kanssa asukkaan asunnolla tai kannustamista hampaiden harjaukseen.

Tärkeää toteuttamissuunnitelmassa on sen laadinta yhteisymmärryksessä asukkaan kanssa. Asukkaan osallistaminen suunnitelman laatimiseen voi lisätä hänen sitoutumistaan toteuttamiseen, koska tavoitteet ja keinot on yhdessä pohdittuja ja suunniteltuja.

Laadittujen suunnitelmien ajantasaisuus tarkistetaan säännöllisin väliajoin tai aina tarvittaessa, esimerkiksi asukkaan voinnin muuttuessa. Kuntoutumisen arvioinnin tukena käytetään mittareita, jotka voivat liittyä mm. toimintakyvyn arviointiin, muistiin tai masennukseen.

Toipumisorientaatio

Yksikkömme toimintamallina on toipumisorientaation viitekehys.

Toipumisorientaation keskiössä ovat osallisuus, toivo, voimavarat ja merkityksellisyys, sekä positiivinen mielenterveys. Huomioitavaa on, ettei toipumisorientaatio tarkoita kuitenkaan samaa kuin sana *toipuminen* käsitteenä.
(Nordling, 2016.)

Toimintamallin keskeisimpiä tavoitteita ovat asukkaan omien voimavarojen painottaminen, osallistaminen omaan hoitoon ja kuntoutukseensa, oman elämän kokeminen merkityksellisenä ja toivon ylläpitäminen. (Nordling, 2016.)

Yksikkömme ehkä jopa arkiseltakin tuntuvat toiminnot tukevat näitä toipumisorientaation tavoitteita.

Voitte kysyä rohkeasti lisää toimintamallistamme yksikkömme ohjaajilta!



Päivä- ja työtoiminta

Asukkaalla on mahdollisuus osallistua erilaisiin työ- ja päivätoimintoihin. Toimintoihin on varattuna erillinen rauhallinen työtila, mutta varsinkin päivätoimintaa järjestetään laajasti luontoa ja muuta ympäristöä hyödyntäen.

Päivätoimintaa on päivittäin. Sisältö vaihtelee vuodenaikojen mukaan ja toimintaan sisällytetään paljon eri juhlapyhien teemoja. Asukkaiden esille tuomien ehdotuksien mukaan pyrimme toteuttamaan erilaisia retkiä, joista suuressa suosiossa ovat olleet piknikristeilyt, maaseutumatkailut, kirpputorikierrokset, sekä erilaiset musiikkitapahtumat.

Työtoimintaa tarjotaan seitsemänä päivänä viikossa ja sen sisältö suunnitellaan osallistuvan asukkaan kanssa tarkoituksen mukaiseksi. Työtoimintaa voi olla mm. pihatyöt tai avustavat keittiötyöt.

A decorative vertical strip on the left side of the page features several white, oval-shaped pills scattered on a light blue, textured surface. Interspersed among the pills are various green herbs, including a small star-shaped flower, a fern frond, and several broad leaves. The overall aesthetic is clean and natural.

Lääkehoito yksikössämme

Asukkaiden lääkehoidosta päävastuussa on yksikkömme oma lääkäri (psykiatri) tai jonkin muun hoitavan tahon lääkäri, kuten terveyskeskuslääkäri. He päivittävät säännöllisesti asukkaan käytössä olevan lääkityksen ja tekevät siihen tarvittavia muutoksia.

Asukkaan ja yhteistyöapteekkimme välille laaditaan henkilökunnan toimesta sopimus, jolloin asukkaan lääkehoito toimii vaivattomasti yksikkömme ja sopimusapteekin välillä. Yksikkömme henkilökunta vastaa lääkkeiden turvallisesta säilytyksestä.

Asukkaalla on käytössään lääkedosetti ja lääkkeiden jaon dosettiin suorittaa joko henkilökuntaan kuuluva lääkehoitoluvallinen ohjaaja tai valvotusti asukas itse. Lääkkeiden ottaminen tapahtuu sovittuina kellonaikoina yksikön yleisissä tiloissa hoitohenkilökunnan jakamana asukkaalle tai asukkaalla voi olla mahdollisuus pitää omaa lääkedosettiaan asunnollaan toimintasuunnitelmaansa mukaillen.

Terveydenhuolto

Yksikkömme omalääkärinä toimii psykiatri, joka vastaa asukkaiden psykiatrisesta hoidosta. Asukkaan hoitovastuu voi kuitenkin olla myös muualla, kuten kunnan tarjoamissa mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Somaattisesta puolesta vastaa kunnan terveystalvelut.

Asukkaat vastaavat itse omista lääkekuluistaan ja lääkärikäynneistä aiheutuvista matka- ja muista kuluista. Myös mahdollisista sairaalamaksuista asukas vastaa itse.

Ohjaajat tukevat ja avustavat asukasta huolehtimaan säännöllisesti niin somaattisen kuin psyykkisen puolen terveydestään. Ohjaajat lähtevät tarvittaessa asukkaan tueksi lääkäri- ja muihin vastaaviin käynteihin kuten fysioterapiaan tai hammaslääkəriin mukaan. Olemme asukkaan apuna, jos hän tarvitsee mm. akuutissa tilanteessa terveydenhuollon palveluita.

Raha-asioiden hallinta

Asukkaan raha-asioista huolehtii hänen valtuuttamansa läheinen tai edunvalvoja, jos asukas ei itse tähän kykene.

Asukkaalla on hyvä olla pieni määrä rahaa erilaisia menoja varten, kuten kampaaja- ja parturikäynnit, sekä kauppaostot.

Tarvittaessa voimme sopia asukkaan kanssa ns. viikkorahapäivän, jolla tuetaan rahankäytön hallintaan.

Yksikössämme työskentelevät sosionomit tarvittaessa avustavat asukkaita erilaisten viranomaispapereiden laadinnassa. Sosionomeiltamme saa apua mm. KELAn erilaisten hakemusten laadintaan tai tarkistukseen. Sosionomit osallistuvat asukkaiden palvelusuunnitelmapalaveriin yhdessä asukkaan, omaohjaajan ja kunnan sosiaalityöntekijän kanssa. Näihin palaveriin voitte läheisenä osallistua asukkaan suostumuksella. Palavereiden järjestämistiheys riippuu asukkaan toiveista ja kuntoutumisen muutoksista.

Turvallisuus

Asukkaiden turvallisuutta ja sen tunnetta tuetaan ohjaajien läsnäololla, kiireettömyydellä ja lämpimällä työotteella.

Asukkaiden vuokra-asunnoissa on asennettuna tulipalojen varalta sprinklerit (automaattinen vesisammutuslaitteisto). Huoneistoissa on neliöpinta-alan vaatima määrä palohälyttimiä ja sammutuspeitteitä, sekä toimintaohje tulipalon sattuessa.

Säännöllisin väliajoin järjestämme yhdessä asukkaiden kanssa pelastautumisharjoituksia, joissa harjoitellaan turvallisessa ja hallitussa tilanteessa mm. rakennuksesta pelastautumista tulipalon sattuessa.

Asukkaiden yleisessä käytössä ovat rappukäytävistä sijaitsevat turvapuhelimet, joilla saa tarvittaessa yhteyden ohjaajaan.

Tiedotattehan henkilökuntaamme yöpyessänne yksikössä läheisenne luona (turvallisuusnäkökulma esim. tulipalon sattuessa).

Salassapitovelvollisuus

Asukkaat antavat kirjallisen luvan tietojensa luovutukseen tai sen kieltämiseen. Tämä lupa tarkistetaan ohjaajien toimesta aina ennen mahdollista tietojen luovutusta.

Välillä eteen saattaa tulla tilanne, jossa asukas on kieltänyt tietojensa eteenpäin luovutuksen eikä näin ollen ohjaajat saa toimia vastoin asiakkaan päätöstä.


Yksikössä työskenteleviä terveydenhuollon ammattilaisia sitoo salassapitovelvollisuus, josta on säädetty laissa: Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä.

Tämän lain vuoksi terveydenhuollon ammattihenkilö ei saa ilman lupaa ilmaista mitä hän on työnsä, asemansa tai tehtävänsä vuoksi saanut tietää toisen terveydentilasta, sairaudesta, vammaisuudesta tai häneen kohdistuneista toimenpiteistä taikka muista vastaavista seikoista. (Valvira, 2018.)

Voitte halutessanne tutustua enemmän
kyseiseen lakiin alla olevasta linkistä.

Linkki:

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19940559>



Kunnioitamme
jokaisen
yksityisyyttä, jonka
vuoksi muiden
asukkaiden
kuvaaminen yksikön
yleisissä tiloissa on
kiellettyä.

Läheisyhteistyö

Yksikkömme tukee läheisten kanssa tehtävää yhteistyötä.

Vuorovaikutusta tuemme säännöllisesti läheisten kirjeillä, läheisten ja omaisten päivillä sekä puhelimitse ja sähköpostitse. Omaisten ja läheisten päiviä järjestetään säännöllisesti vuoden aikana.

Asukkaan, hänen läheisensä ja omaohjaajansa kanssa sovitaan yhdessä vielä erikseen heidän välisessä yhteydenpito.

Eli sovitaan millä tavoin (esim. soittaen, tekstiviestitse, sähköpostitse) ja kuinka usein (esim. 4 x kk) säännöllisen yhteydenpidon toivotaan tapahtuvan.

Yllättävissä sairastapauksissa otamme aina mahdollisimman pian yhteyttä asukkaan ennalta nimeämään läheiseen.

Yhteistyö oppilaitosten kanssa

Asumispalveluyksikkömme tekee tiivistä yhteistyötä lähikuntien oppilaitosten kanssa. Yksikössä käy työharjoitteluissa opiskelijoita niin ammattikouluista, kuin ammattikorkeakouluista. Opiskelijat valmistuvat esimerkiksi lähihoitajiksi, sairaanhoitajiksi tai sosionomeiksi.

Ajoittain tarjoamme asukkaillemme myös oppilaitosten opiskelijoiden suunnitteleimia ja toteuttamia erilaisia toimintatuokioita. Nämä toiminnot ovat aina suunniteltuja tukemaan asukkaiden kuntoutumista ja niiden toteutuksessa on aina läsnä myös ohjaajamme.



Mielenterveyden häiriöt

Seuraava osio sisältää tiivistettyjä tietoiskuja yleisimmistä mielenterveydenhäiriöistä.

Jokaisen kappaleen alta löydät luotettavan nettilinkin, jonka kautta voit halutessasi tutustua kyseiseen aiheeseen laajemmin.

Diagnoosien tarkoitus on antaa tietoa potilaan hoitoon ja oireiden lievitykseen. (Mielenterveyshoitotyö, 2017, s. 224–225.)

Masennus

on Suomessa suuri kansanterveysongelma, ja siihen liittyy myös laajaa työkyvyttömyyttä. (THL, mielialahäiriöt, 2022.) Masennustiloja on vakavuudeltaan eriasteisia. Masennuksen keskeisimpiä oireita ovat masentunut mieliala ja vähentynyt mielihyvän tai mielenkiinnon kokeminen. Muita oireita edellä mainittujen lisäksi voi olla mm. merkittävä painon lasku/nousu, unettomuus tai lisääntynyt unen tarve, syyllisyyden, arvottomuuden tai alemmuuden tunteet, lähes päivittäinen väsymys tai kuolemaan liittyvät ajatukset. (Terveyskirjasto, 2022.)

Suru ei ole masennusta, mutta sen pitkittyessä voi kuitenkin siihen johtaa. Masennuksella on alttiutta toistua. Vakavammasta masennuksesta toipuvalla henkilöllä on n. 50 % mahdollisuus uudelleen sairastumiseen myöhemmässä elämän vaiheessa. Kuitenkin asianmukainen hoito pienentää sairastumisriskiä runsaasti. (Terveyskirjasto, masennus 2022.)

Linkki Terveyskirjastoon:
[Masennustila eli depressio -
Terveyskirjasto](#)

Kaksisuuntaisessa mielialahäiriössä

oirekuvat vaihtelevat masennuksesta hypomaniaan, maniaan tai sekamuotoiseen jaksoon riippuen sairauden vaiheesta. Häiriössä esiintyy myös vaihteita, jolloin oireita ei ole tai ne ovat vähäisiä. Häiriö on useimmiten krooninen (pitkäaikainen) ja herkästi uusiutuva, perinnöllinen sekä elinikäinen sairaus. Oheissairastavuus sekä itsemurhariski on todettu kohonneeksi. Masennuskaudet ovat pääosassa oireilua. Keskeinen kulmakivi kaksisuuntaisen mielialahäiriön hoidossa on jaksojen uusiutumisen ehkäisy. (Käypähoito, kaksisuuntainen mielialahäiriö, 2021.)

- Mania= ominaista liiallinen mielialan kohoaminen, toimeliaisuus tavanomaisesta selkeästi poikkeavalla tavalla tai ärtyisyys. (Käypähoito, 2021.)
- Hypomania= manian lievempi muoto. (Käypähoito, 2021.)

Linkki Terveyskirjastoon:

[Kaksisuuntainen mielialahäiriö -
Terveyskirjasto](#)

Erilaisia ahdistuneisuushäiriöitä

ovat mm. paniikkihäiriö, yleistynyt ahdistuneisuushäiriö sekä pelko-oireiset ahdistuneisuushäiriöt. Ahdistuksesta voidaan puhua mielenterveydenhäiriönä, kun siihen liittyvä oireilu jatkuu pitkäkestoisena, voimakkaana ja se rajoittaa toimintakykyä sekä kuluttaa psyykkisiä ja fyysisiä voimavaroja.

Ahdistuneisuus pitää sisällään tunnetilan, joka aiheuttaa voimakasta pelon kaltaista tunnetta, vaikka siihen ei kohdistu näkyvää ulkoista vaaraa tai uhkaa. Toisiin mielialahäiriöihin tai psykoosisairauksiin voi liittyä myös ahdistuneisuutta.

Ahdistuneisuushäiriöiden on todettu olevan yleisimpiä mielenterveyshäiriöitä.
(Mielenterveyshoitotyö, 2017, s. 247.)

Linkki Terveyskirjastoon:
[Mielenterveyden häiriöitä -
Terveyskirjasto](#)

Psykoosilla

tarkoitetaan sitä, että henkilö havainnoi ja tulkitsee ulkopuolista maailmaa, muita henkilöitä ja todellisuutta poikkeavalla tavalla. Tämä johtuu hänen vääristyneestä havainto- ja ajatuskyvystä. Psykoottisen henkilön on hankala erottaa mikä on todellista ja mikä taas ei.

(Mielenterveyshoitotyö, 2017, s. 253.)

Psykoottisia oireita ovat mm. erilaiset kuulo- ja näköharhat, harhaluulot, puheen ja ajattelun häiriöt, kognitiiviset eli tiedon käsittelyn puutokset sekä häiriöt tunne-elämässä ja käyttäytymisessä. Myös ahdistuneisuus, epäluuloisuus, unihäiriöt sekä pelkotilat voivat olla osana oirekuvaa. Ne potilaat, jotka ovat sairastaneet pitkään voivat oirehtia myös eristäytymistäipumuksella, toimintakyvyn laskulla sekä latistuneella tunne-elämällä.

(Mielenterveyshoitotyö, 2017, s. 253–254.)

Linkki Terveyskirjastoon:

[Psykoosi \(mielisairaus\) - Terveyskirjasto](#)

Skitsofrenia

on monimuotoinen ja vakava sairaus, jonka ennustetta voidaan parantaa mm. varhaisella tunnistamisella ja hoidolla sekä kuntoutuksella. (Käypähoito, skitsofrenia, 2020.)

Yleensä sairastuminen tapahtuu nuorella iällä ja se on yleisin psykoosisairaus.

(Terveyskirjasto, skitsofrenia, 2021.) Hoidon peruskulmakiviä ovat luottamuksellinen ja kärsivällinen hoitosuhde sekä yksilöllinen hoitosuunnitelma, jossa on huomioitu niin potilas kuin hänen läheisensäkin.

(Käypähoito, skitsofrenia, 2020.)

Skitsofreniaa sairastavalla ilmenee tavallisten psyykkisten toimintojen häiriintymistä kuten esimerkiksi harhaluuloja, aistiharhoja sekä puheen ja käytöksen hajanaisuutta. Lisäksi oireina voi olla tavallisten psyykkisen toimintojen puuttuminen tai heikentyminen kuten tunneilmaisun latistuminen, puheen köyhtyminen ja tahdottomuus.

(Mielenterveyshoitotyö, 2017, s. 254.)

Linkki terveyskirjastoon:

[Skitsofrenia - Terveyskirjasto](#)

”Murheeseen
suhtautukaamme
kuin raskaan lumen
painama oksa:
joko kestän tai katkean,
mutta toukokuun tullen
jossakin kukkii oksa.”



Tommy Tabermann

Lähteet

Birck R., 2020. Pieni yhteisöllisyysopas, vinkkejä yhteisöllisyyden kehittämiseen. Haettu 3.7.2022 osoitteesta: [Pieni-yhteisöllisyysopas-RB.pdf \(vanhustenkotiyhdistys.fi\)](#)

Duodecim, Terveyskirjasto, 2021. Kaksisuuntainen mielialahäiriö. Haettu 3.7.2022 osoitteesta: [Kaksisuuntainen mielialahäiriö - Terveyskirjasto](#)

Duodecim, Terveyskirjasto, 2021. Skitsofrenia. Haettu 3.7.2022 osoitteesta: [Skitsofrenia - Terveyskirjasto](#)

Duodecim, Terveyskirjasto, 2018. Psykoosi Haettu 3.7.2022 osoitteesta: [Psykoosi \(mielisairaus\) - Terveyskirjasto](#)

Duodecim, Terveyskirjasto, 2022. Mielenterveydenhäiriöitä, ahdistuneisuushäiriöt ja pelot. Haettu 3.7.2022 osoitteesta: [Mielenterveyden häiriöitä - Terveyskirjasto](#)

Hämäläinen K., Kanerva A., Kuhanen C., Carla Schubert C, & Seuri T. 2017. Mielenterveyshoitotyö.

Microsoft Word, kuvapankkikuvat. Kaikki oppaan kuvat paitsi s. 27.

Mäkelä J., 2022. Oppaan valokuva s. 27. Omenapuun oksa.

Mäkelä J., 2021. Yksityisen palveluntuottajan videoesittely s. 8. Haettu 21.10.2022 osoitteesta xxx. Lähteen tarkat tiedot sekä linkki internetsivulle poistettu tietosuojan vuoksi Theseukseen jaettavasta oppaasta.

Nordling, E. 2016. Toipumisorientaation teoreettiset lähtökohdat - mikä tässä on uutta? THL. Diasarja. Haettu 7.7.2022 osoitteesta <https://www.slideshare.net/THLfi/toipumisorientaation-teoreettiset-lhtkohdat-mik-tss-onuutta?ref=https://toipumisorientaatio.fi/>

Skitsofrenia. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Psykiatriyhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2022 (viitattu 26.02.2022). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi

Tabermann, T. 2005. Rakkauten kolme kehää. s. 25. Polku, runon osa.

Tarnanen K. Kaksisuuntainen mielialahäiriö-mielialojen vuoristorata. Käypä hoito -suosituksen Kaksisuuntainen mielialahäiriö potilasversio. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2017 (viitattu 10.07.2022). Saatavilla internetissä: www.kaypahoito.fi

Valvira, sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto (2018). Haettu 12.4.2022 osoitteesta https://www.valvira.fi/terveydenhuolto/hyva-ammattinharjoittaminen/sallassapito/sallassapito_ja_vaitiolovelvollisuus

Lähde xxx (2022). Haettu 15.4.2022 osoitteesta xxx. Lähteen tarkat tiedot sekä linkki internetsivulle poistettu tietosuojan vuoksi Theseukseen jaettavasta oppaasta.

Muistiinpanoja



Yhteystiedot

Yksikönjohtaja etunimi sukunimi
puh. nro: 040 123 4567
etunimi.sukunimi@sähköposti.fi

Ohjaajien puh. nro: 0400 123456
Ohjaajien sähköposti:
yksikkö. ohjaajat@sähköposti.fi

Osoite:
Kadun nimi ja numero
Postinumero Kaupunki

Alla linkki yksikkömme virallisille
internet-sivuille:
-Linkki-

Löydät meidät myös Facebookista sekä
Instagramista! Käy rohkeasti tykkäämässä
Facebook-sivuistamme sekä ota
Instagram-tilimme seurantaan:

Facebook: Yksityisen palveluntuottajan
Facebook-tilin nimi

Instagram: Yksityisen palveluntuottajan
Instagram-tilin nimi

Kiitos
ajastanne ja kiinnostuksestanne
opastamme kohtaan!

Lämpimin yhteystyöterveisin
sairaanhoitajaopiskelijat
Eveliina Häkkinen ja Jonna Mäkelä

Satakunnan Ammattikorkeakoulun
hoitotyön opiskelijat

2022

*Yksityisen palveluntuottajan
logo*

”Yksityisen palveluntuottajan slogan”