

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan versio).

Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat saattavat poiketa alkuperäisestä julkaisusta.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

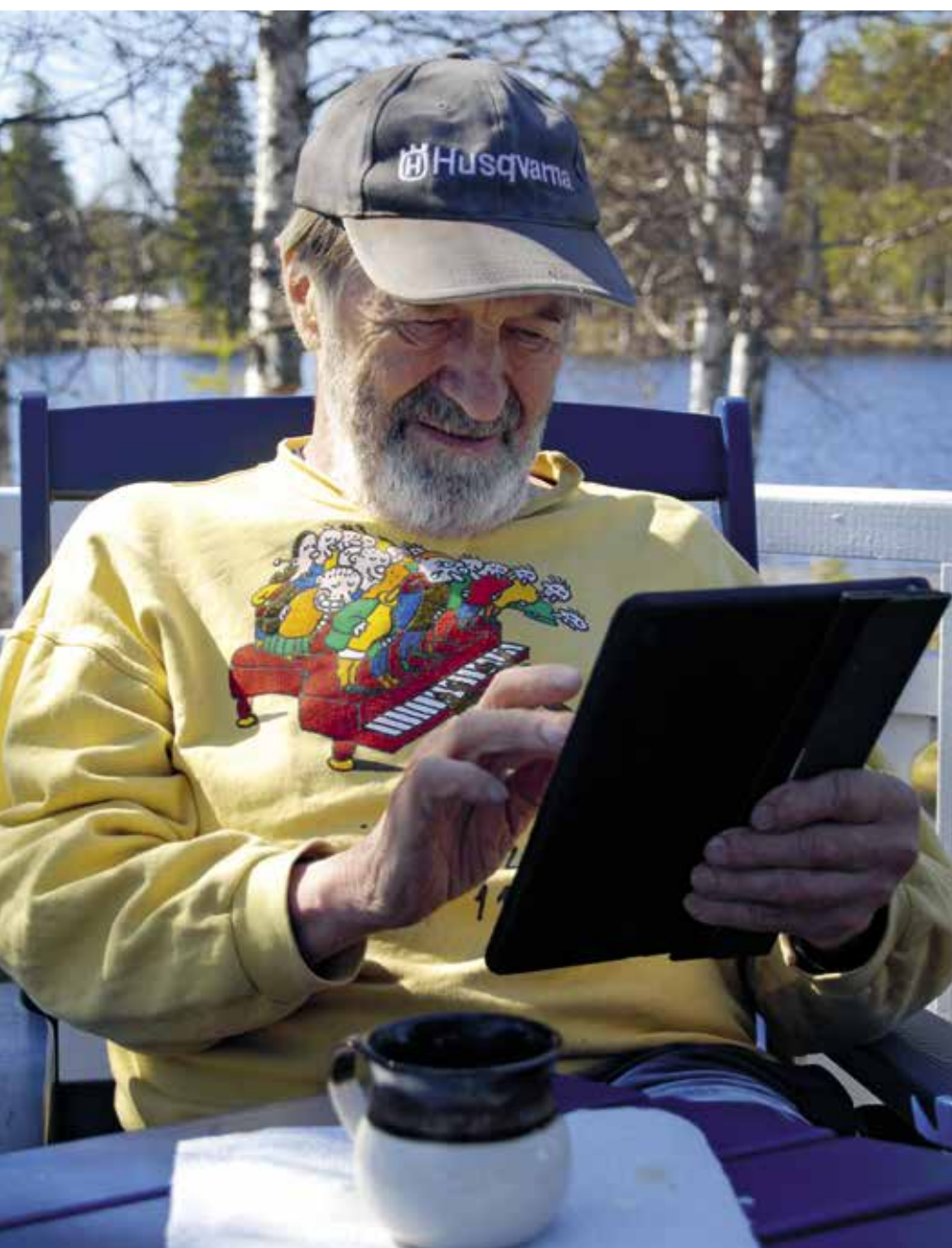
Välimaa, L. & Mikkola, O. 2024. Virkistystä ja yhteisöllisyyttä ikäihmisen kotisohvalle. Vanhustyö. (1), 18-19.



Virkistystä ja yhteisöllisyyttä ikäihmisten kotisohvalle

Digitaidot tukevat ja mahdollistavat myös ikäihmisten asumista kotona yhä pidempään. Lapin hyvinvointialueella on viime syksystä lähtien kehitetty etänä toteutettavaa viriketoimintaa, joka tuo iloa ja yhteisöllisyyttä ikäihmisten omalle kotisohvalle. Videopuheluiden avulla asiakkaille mahdollistuu uudenlainen osallistuminen toimintoihin, joka vahvistaa osallisuutta.

Teksti: **Leena Välimaa** ja **Outi Mikkola**



Kuva Sari Petäjä

Lapin hyvinvointialueella, Rovaniemellä, etäkotihoitoasiakkaille on ollut mahdollisuus viime syksystä lähtien osallistua etäviriketoimintaan, jota toteuttavat Lapin ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijat. Hyvinvointiteknologia yritys Suvanto Caren tarjoaman videoyhteyspalvelun avulla opiskelijat järjestävät viriketoimintaa ikäihmisiä itseään kiinnostavista aiheista. Asiakkaat osallistuvat oman päätelaitteen (tabletin) avulla omasta kodistaan. Toiminta tarjoaa mahdollisuuden reaaliaikaisesti videoyhteyden kautta tutustua uusiin ihmisiin.

Ohjaukseton aihe on vaihdelleet musiikin ilosta koulumuistoihin ja jopa historian tietovisailuun. Asiakkaat itse toivovat kunkin ohjauksen aihe, joiden tarkempaan sisältöön opiskelijat valmistautuvat ennakkoon. Eri teemat ovat tuoneet iloa ja hyvinvointia asiakkaiden päiviin, nostattaen muistoja ja luoden yhteisöllisyyden tunnetta. Koulumuistojen äärelle palaaminen herättää lämpimiä muistoja ja tuo hymyn asiakkaiden kasvoille. Historian tietovisailut tarjoavat puolestaan mahdollisuuden aivonystyröiden virkistämiseen ja uuden oppimiseen.

Etäyhteyden mahdollistavat laitteet

Osallistuminen viriketoimintaan vaatii asiakkaalta Suvanto Caren tabletin, johon on valmiiksi asennettu Suvanto Video -sovellus sekä tarvittava datayhteys. Toiminta voidaan toteuttaa samalla laitteella, millä hoitajat tekevät asiakkaan etäkäynnin.

Videosovelluksessa on ryhmätoiminto, joka mahdollistaa useamman eri sijainnissa olevan henkilön osallistumisen yhtäai-

kaisesti. Asiakkaan näkökulmasta laitteen käyttö on helppoa. Videopuhelun kuvayhteys voidaan asettaa aukeamaan automaattisesti pienen soittoviiveen jälkeen tai kytkeä siten, että asiakas painaa päätteessä olevaa vihreää luuria avatakseen yhteyden. Kun videopuhelu lopetetaan, vastaajan ei tarvitse tehdä mitään.

Asiakkaat ovat kokeneet videopuheluun liittymisen helpoksi, ja he ovat hallinneet laitteen käytön hyvin. Tärkeätä on pitää ohjauksen sisällöt keveänä, jotta asiakkaiden ei tarvitse jännittää omaa suoriutumista tapaamisessa ja näin osallistuminen ryhmätoimintaan säilyy sujuvana ja vaivattomana.

Mielen virkeyttä ja yhteisöllisyyttä

Toiminta mahdollistaa toisten vertaisten tapaamisen videovälitteisesti ja tuo virkistystä ja iloa ikääntyneelle. ”Mukava, että on tämä yhteys, kun ei ole muuta kontaktia”, totesi yksi osallistujista. Muisteluhetket tuovat hyvää mieltä ja jumppahetkissä on onnistuttu ohjaamaan osallistavaan toimintaan etäohjauksella. Osallistujat ovat tulleet tuntuiksi ja säännöllinen tapaaminen on tukenut muistamista.

Opiskelijoiden osaamisen vahvistuminen

Viriketoiminnan järjestäminen antaa hoitotyön opiskelijoille mahdollisuuden toteuttaa ja soveltaa oppimaansa käytännössä sekä erityisesti kehittää hoitotyössä tarvittavia digitaalisia taitoja. Opiskelijoiden verkko- vuorovaikutustaidot vahvistuvat harjoittelussa, erityisesti läsnäolon taito ja sanaton

”Tutut kasvot käyvät kylässä”.

vuorovaikutus. On tärkeää, että jo opintojen aikana opiskelijat pääsevät harjoittelemaan edellä mainittuja taitoja. Samalla opiskelijat pääsevät mukaan kehittämään työelämää ja osallistumaan uudenlaisten terveyspalveluiden yhteiskehittämiseen.

Yhteistyöllä laadukasta palvelua

Yhteistyön merkitys työelämän ja hoitotyön uudenlaisten digitaalisten palveluiden kehittämisessä on ollut hyvin merkittävää Suvanto Caren, Lapin hyvinvointialueen ja Lapin ammattikorkeakoulun kesken jo pitemmän aikaa. Yhteistoiminnassa on siirrytty nyt yh-

teiskehittämiseen. Etäviriketoiminnalla ja sen kehittämisellä vastataan eri tarpeisiin. Hyvinvointialueen näkökulmasta halutaan tarjota monipuolisempia ja räätälöidympiä palveluita asiakkaille. Hoitotyön opiskelijat pääsevät toteuttamaan asiakaslähtöistä toimintaa, jossa opiskelijoiden ohjaustaidot syvenevät, koska etänä tapahtuva ohjaus edellyttää paneutumista asiakkaan tilanteeseen hyvin konkreettisesti. Suvanto Caren tuottamat sovellukset mahdollistavat asiakkaiden ja opiskelijoiden välisen toiminnan.

Suunnitelmissa on toiminnan jatkuminen. Tärkeätä kehittämisen näkökulmasta on jatkossakin saada palautetta asiakkailta ja heidän omaisiltaan etäviriketoiminnan vaikutuksesta. ♥

Teknologiset ratkaisut ikäihmiselle

- auttavat asumaan pitempään kotona
- tukevat toimintakykyä ja lisäävät elämänlaatua
- tukevat omaishoitoa
- lisäävät turvallisuutta
- parantavat yhteydenpitoa läheisen, ikäihmisen ja ammattilaisen välillä
- sallivat nopeat yhteydenotot ja tarkastukset
- tekninen tuki saatavilla

Lähde: THL



Kuva Outi Mikkola

Opiskelijat Krista Pätsi, Tiia Ylisaukko-oja ja Outi Tirroniemi suunnittelevat ohjaustuokiota.

Etäkotihoiton videovälitteistä viriketoimintaa

Viime lokakuusta lähtien hoitotyön opiskelijat **Theodor Korte, Marja-Liisa Annala, Tiia Ylisaukko-oja, Outi Tirroniemi** ja terveydenhoitotyön opiskelija **Krista Pätsi** ovat toteuttaneet etäkotihoiton videovälitteistä viriketoimintaa Rovaniemen kampukselta maanantai- ja tiistai-iltaisin. Mukana on ollut yhteensä 8 asiakasta kahdessa eri ryhmässä.

Etäviriketoiminnan ohjaus integroituu opiskelijoilla kolmannen vuoden hoitotyön harjoitteluun. Ennen varsinaista asiakkaille tapahtuvaa ohjausta opiskelijat ovat perehtyneet verkko-ohjaukseen ja sen erityispiirteisiin. He ovat saavat myös perehdytyksen etäkotihoiton vastuuhenkilöltä asiakasryhmän alustaviin tarpeisiin ja toiveisiin viriketoiminnan sisällöistä. Lisäksi opiskelijat tutustuivat Suvanto Caren laitteisiin ja harjoittelivat niiden avulla videovälitteistä ohjausta yhdessä hoitotyön lehtoreiden **Outi Mikkolan** ja **Leena Välimaan** kanssa.

Opiskelijat ovat hyvin vastuullisesti ja itsenäisesti suunnitelleet ja toteuttaneet uudenlaista toimintaa etäkotihoiton asiakkaille. Tämä on upea mahdollisuus olla mukana hoitotyön uudenlaisten toteuttamisen muotojen kehittämisessä yhdessä työelämän toimijoiden kanssa. Toiminta on vahvistanut muun muassa opiskelijoiden verkko-ohjausosaamista, asiakkaan kohtaamista etäyhteydellä, tiimityöskentelyä ja digitaalisia taitoja. Opiskelijat ovat suunnitelleet ja tuottaneet myös videon, jossa tätä toimintaa markkinoidaan seuraaville opiskelijoille. Erityisen palkitsevaa tässä harjoittelussa on ollut asiakkaiden positiiviset palautteet ja iloiset yhteisölliset hetket.