

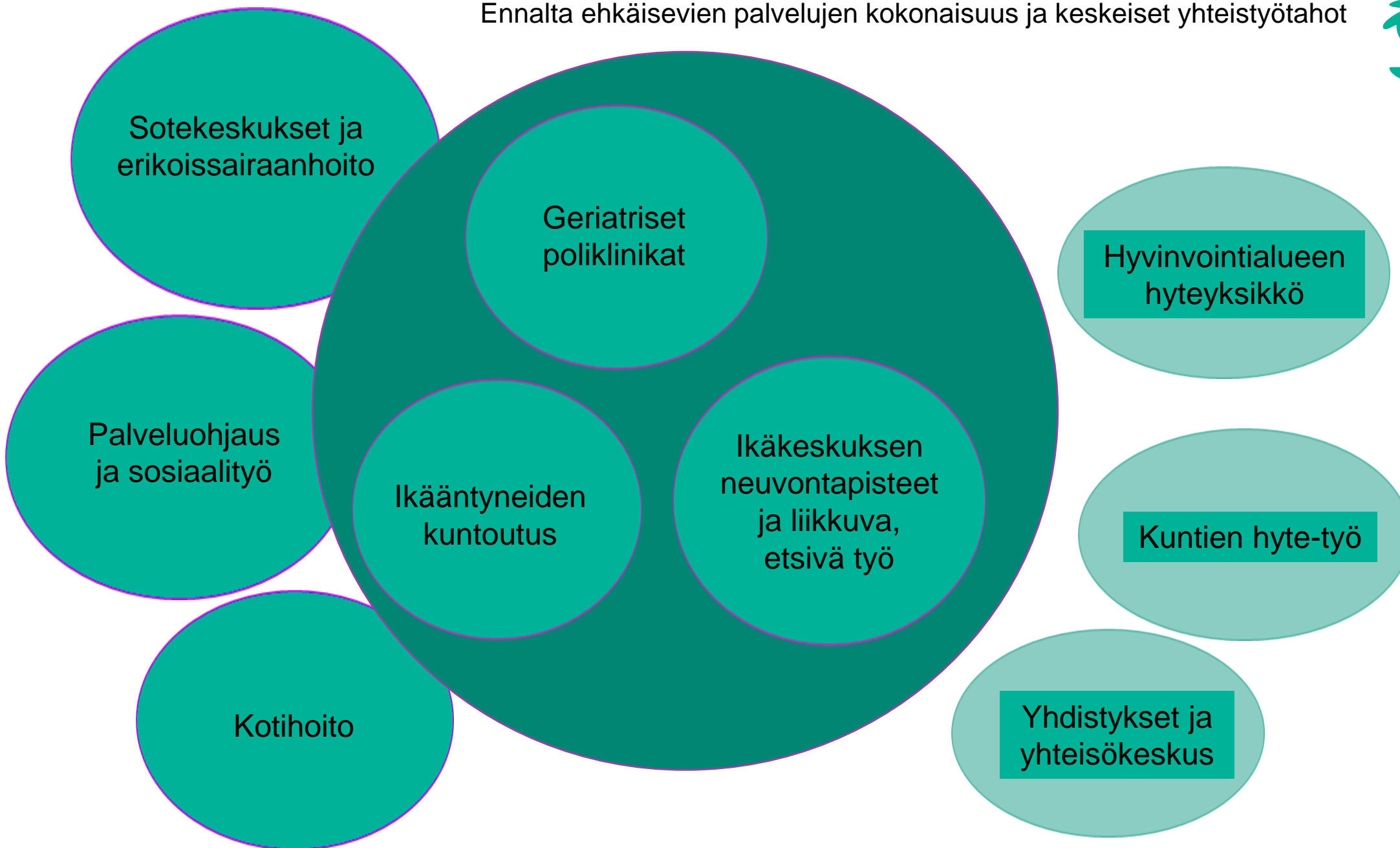


Satakunnan  
hyvinvointialue

# Ikäkeskus ja muut ennaltaehkäisevät palvelut vuonna 2024

Ikääntyneiden palvelujen toimialue

Kotona asumista tukevat palvelut



Kankaanpään seutu 11.3.2024



Jämijärveläisen Aimo Poikkeuksen, 84, puristusvoima näytti hyviä lukemia ikäkeskuksen tapahtumassa torstaina. ARVI-yksikön fysioterapeutti Johanna Ahde-Koponen kannusti silti vielä treenaamaan lisää.

# Ikäkeskus yllyttää vaalimaan toimintakykyä

Me kaikki ikäännyimme, mutta kuinka valmis olet huolehtimaan toimintakyvystäsi jo nyt?

• PUHEENAIHEET 7



# IKÄKESKUS

---

”Ikäkeskus on ikääntyneiden hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä edistävä monialainen palveluverkosto, joka toimii yhteistyössä vapaaehtoistoimijoiden ja yhdistysten sekä kuntien ja yritysten kanssa.

---

Keskeisenä tehtävänä on tukea ikääntyviä ylläpitämään ja edistämään toimintakykyään sekä lisäämään heidän osallisuuttaan.

---

Palvelut tarjotaan monikanavaisesti ja verkostomaisina asiakkaan palvelutarpeen mukaan. Se on uusi tapamme toimia.”

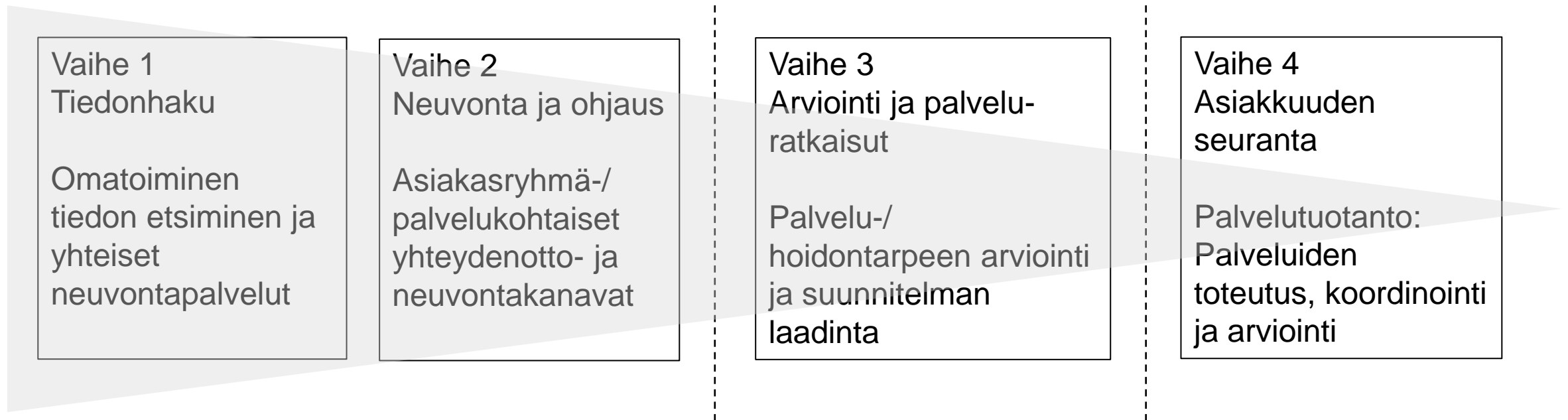
---

Tavoitteena on edistää omassa kodissa asumisen mahdollisuuksia - mahdollisimman pitkään ja itsenäisesti.



# Ennaltaehkäisevä työ osana asiakasohjauksen prosessia

- Ikäkeskuksen työ on ns. etulinjassa tapahtuvaa neuvontaa ja ohjausta (vaihe 1 ja 2)
- Tavoitteena oikea-aikainen apu ja tuki eri tilanteissa



- Yhteistyön parantaminen eri toimijoiden välillä
- Selkeät prosessit, jotka koko organisaation tiedossa



# Ikäkeskuksen toiminnot 1/3

## 1) *Liikkuva matalan kynnyksen neuvonta ja ohjaus, ”Ikäkeskuksen pysäkki”*

- Alueena koko maakunta, pienempiin kuntiin painottuen
- Geronomi ja lähihoitaja työpari (Hanna Kruunari ja Ritva Salminen)
- Työpisteenä ja -välineenä auto → hankekokeilu työnalla
- Malli Varsinais-Suomen hyvistä kokemuksista
- Mahdollisuus kiireettömään kohtaamiseen, asiointiin ja neuvontaan
- Eri teemoja ja asiantuntijoita autossa mukana
- Ns. etsivän vanhustyön periaate

# Mitä tarkoittaa etsivä vanhustyö?



- Vaikka apua ja tukea on olemassa, tieto niistä ei aina tavoita tarvitsijaa.
  - Palvelujen saatavuus ja saavutettavuus on monen iäkkään näkökulmasta heikentynyt: mm. palvelujen siirtyminen kauemmaksi, monimutkainen palvelujärjestelmä sekä digitalisaatio aiheuttavat uudenlaista avuttomuutta ja kyvyttömyyttä pärjätä omin voimin.
  - Arjen haasteet ja elämänhallinnan vaikeudet jäävät liian usein piiloon. Iäkäs voi sennitellä ja olla pyytämättä apua hyväntahtoisuuttaan. Apua vaille voi jäädä myös osaamattomuuttaan tai päättämättömyyttään.
- Kun oikeanlaista tukea ja apua ei saa riittävän ajoissa, ongelmat kasaantuvat ja monimutkaistuvat.
- Etsivän vanhustyön tarkoituksena on löytää ja auttaa tuen tai avun tarpeessa olevia ikääntyneitä oikea-aikaisesti. Se on työtä hyvinvointialueen, kunnan ja muiden auttajatahojen rajapinnoilla verkostomaisessa yhteistyössä.
- Kiireetön kohtaaminen, riskien ja avuntarpeen tunnistaminen, puheeksiottaminen, opastaminen palvelujärjestelmässä, ohjaaminen sopivan toiminnan piiriin.



# Ikäkeskuksen toiminnot 2/3

## *2) Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen*

- Terveysttä edistävät tapahtumat (esim. Seniorikiertue), teemaviikot, valmennukset, elintapaohjaus
- Terveystenhoitaja ja lähihoitaja työpari (Päivi Raitanen ja Maire Kuosa)
- Kokonaisuus suunnitteilla
- Elintapaohjauksen 12 hlön pilottiryhmä käynnistyy Kankaanpäässä keväällä





# Ikäkeskuksen toiminnot 3/3

## 3) Kuntayhteistyö, vapaaehtoistoiminnan ja osallisuuden tukeminen

- Aktiivinen yhteistyö kuntien ja järjestöjen kanssa, verkostoa rakennetaan parhaillaan
- Kuntakumppani pohjoisella alueella (Merikarvia, Siikainen, Pomarkku, Kankaanpää, Jämijärvi, Karvia) Ritva Salminen
- Kuntakumppani keskisellä alueella (Pori, Ulvila, Nakkila, Harjavalta, Kokemäki) Elina Kivelä-Peltorinne
- Kuntakumppani eteläisellä alueella (Rauma, Eurajoki, Eura, Säkö, Huittinen) Tanja Hakulinen
- Ikäkeskus Pori (ent. Liisa) ja Rauma (ent. Palvelutori) sekä Ulvilan Santra jatkavat osin ennallaan, osa toiminnoista siirtyy kaupungille



# GERIATRISET POLIKLINIKAT

## Muistipoliklinikat

- Maakunnassa 22 muistihoitajaa + geriatriin palvelut
- Muistitutkimukset, diagnosointi ja seuranta, ennaltaehkäisevä työ, elintapaohjaus
- Yhtenäinen toimintatapa koko maakunnassa

## Tasapainopoliklinikat

- Toimii moniammatillisesti muistipoliklinikan rinnalla, tavoitteena kaatumisten ehkäisy
- Kokonaisvaltainen tilannearvio, elintapaohjaus, liikuntaohjeet
- Toimii tällä hetkellä Porissa ja Raumalla, tavoitteena laajentaa myös muualle maakuntaan
- Kehitystyön alla



# IKÄÄNTYNEIDEN KUNTOUTUS

Apuvälinearviot kotona, tavoitteelliset kotikuntoutusjaksot, tavoitteelliset ryhmät sekä fysioterapia arviointi- ja kuntoutusyksiköissä (Arvi-yksiköt)

- Ikääntyneiden fysioterapian tavoitteena on toimintakyvyn ja arjessa suoriutumisen tukeminen sekä vammojen ja tapaturmien ehkäiseminen.
- Kuntoutuksen suunnittelussa ja järjestämisessä korostuu moniammatillisen yhteistyön merkitys.
- Fysioterapian edellytyksenä on lääkärin toteama sairaus tai vamma ja niistä johtuva toimintakyvyn alenema, kuntoutujan vajaakuntoisuus on pitkäaikaista tai pysyvää, ja omatoiminen selviytyminen päivittäisissä toiminnoissa on heikentynyt.



# FYSIOTERAPEUTIN ARVIO- JA OHJAUSKÄYNTI KOTIIN

Kotona asuville ikäihmisille, joiden kotona pärjäämisessä on haastetta.

Ohjausta omatoimiseen hyvinvoinnin ja fyysisen toimintakyvyn edistämiseen sekä apuvälinetarpeen arviointi.

Pyynnön voi esittää asiakas itse, omainen, läheinen tai ammattihenkilö tarpeen huomattessaan.

Pyyntö arviointi- ja ohjauskäynnistä tehdään ikääntyneiden palvelujen oman alueen fysioterapeutille / kuntohoitajalle (yhteystiedot netissä). Pyyntö voi olla vapamuotoinen, suullinen tai kirjallinen.

Arviointi- ja ohjauskäyntejä voi tehdä 1- 5 krt, seurantakäynti yksilöllisen tarpeen mukaan 3- 6 kk:n kuluttua.

Asiakasmaksut hyväksytyjen asiakasmaksujen mukaisesti (13,40e/krt).

# KUNTOUTUSJAKSOT KOTONA



- Kuntouttava arviointijakso

- Toteutetaan yhteistyössä kotihoidon kanssa; tavoitteena selvittää kotihoidon tai muiden palvelujen tarvetta ja tukea itsenäistä selviytymistä.
- Fysioterapeutti arvioi fyysistä toimintakykyä, apuvälinetarvetta, kodin muutostyötarpeita, asiakkaan voimavaroja, kuntoutusmahdollisuuksia ja keinoja.
- Asiakasmaksu 15e/vrk.

- Kotikuntoutusjakso

- Voi olla jatko kuntouttavalle arviointijaksolle, toteutua sairaalasta kotiutuessa tai avun tarpeen lisääntyessä kotihoidon asiakkaalla tai toimintakyvyn muutoin heikentyessä.
- Kuntoutus koostuu liikkumis- ja toimintakykyä parantavista harjoitteista, jotka usein painottuvat lihasvoima- ja tasapainoharjoitteisiin.
- Ajallisesti rajattu n. 2 kk kokonaisuus, jonka jälkeen yksilöllisen tarpeen perusteella seuranta 3-6 kk:n kuluttua.
- Asiakasmaksu 13,40e/krt.