KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Hyvinvoiva omaishoitoperhe -hanke

Hyvinvointi- ja terveystapaamiset

Mervi Vornanen

Hyvinvoiva omaishoitoperhe -hanke

Tavoite

Vahvistaa omaishoitajien ja läheistään hoitavien hyvinvointia ja jaksamista vastaamalla omaishoitoperheiden hyvinvointia tukeviin tarpeisiin monipuolisesti, tasapuolisesti ja yhdenvertaisesti koko alueella lakisääteisten palveluiden rinnalla

Toteutus

Toimintaa toteutetaan tiiviissä yhteistyössä Laurea ammattikorkeakoulun sekä Hyvinkään ja Keski-Uudenmaan omaishoitajat ry toimijoiden kanssa

Hankkeen kesto

1.3.2025 - 31.5.2027

Rahoitus

Hanke saa sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta.



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

LAUREA

Hyvinkään Omaishoitajat ry

Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry

Yhteistyömalli omaishoitoperheiden tukena

TAVOITE: Luoda yhteistyötoimintamalli, joka yhdistää alueen omaishoidon toimijat ja omaishoitoperheet

Oppilaitosyhteistyö

- Rakennetaan pysyvää yhteistyömallia Keusoten ja Laurea ammattikorkeakoulun välille.
- Laajennetaan malli myöhemmin koskemaan myös kuntia ja järjestötoimintaa.
- Tähän mennessä yhteistyömallin kautta on toteutettu hyvinvointi- ja terveystapaamisia, vertais- ja ryhmätoimintaa sekä muuta hyvinvointia tukevaa toimintaa.
- Tavoitteena vakiinnuttaa opiskelijayhteistyö osaksi omaishoitoperheiden palvelukokonaisuutta.

Valmennus ja koulutus

- Kehitetään digitaalinen valmennuspolku sekä lähivalmennusta erityisesti yli 65-vuotiaille omaishoitajille.
- Valmennukset sisältävät mm. hyvinvointia ja jaksamista tukevia kokonaisuuksia, tietoa apuvälineistä, arjen käytännön vinkkejä ja vertaistukea.
- Tavoitteena vahvistaa omaishoitajien osaamista, voimavaroja ja arjessa selviytymistä.

Hyte-palveluihin ohjautuminen

- Lisätty omaishoitajien tietoisuutta hyvinvointia, osallisuutta ja jaksamista tukevista hyte-palveluista.
- Vahvistettu omaishoitajien ohjautumista kuntien ja järjestöjen hyte-palveluihin.
- Tehostettu Liikkumislähetteen ja Kaikukortin hyödyntämistä omaishoitajien hyvinvoinnin tukemisessa.
- Tavoitteena sujuvat palvelupolut, oikea-aikainen tuki ja hyvinvointia edistävien palveluiden parempi saavutettavuus.

TAVOITELTU VAIKUTUS

Omaishoitajat saavat enemmän tukea, tietoa ja hyvinvointia edistäviä palveluja, samalla kun alueen toimijoiden yhteistyö ja resurssien yhteiskäyttö vahvistuvat.

Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastuskonsepti

TAVOITE: Toteuttaa omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastukset sekä läheistään hoitavien hyvinvointi- ja terveystapaamiset vaikuttavasti ja yhdenvertaisesti

Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastus

Kohderyhmä: Sopimuksen omaishoitajuudesta hyvinvointialueen kanssa tehneet omaishoitajat.

Lakisääteisyys: Hyvinvointialueen lakisääteinen tehtävä.

Toteuttaja: Keusoten työntekijät.

Tarkastusten tavoite ja sisältö:

- Tukea omaishoitajien hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja arjessa jaksamista sekä tunnistaa tuen tarpeita varhaisessa vaiheessa.
- Hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja voimavarojen kokonaisvaltainen arviointi, terveys- ja hyvinvointiohjaus sekä tarvittaessa jatko-ohjaus palveluiden ja tuen piiriin.

Läheistään hoitavan hyvinvointi- ja terveystapaaminen

Kohderyhmä: Omaishoidon kaltaisessa tilanteessa olevat (eivät ole tehneet sopimusta).

Lakisääteisyys: Ei ole hyvinvointialueen “lakisääteinen” tehtävä.

Toteuttaja: LaureaKehittämö, Laurean terveydenhoitaja- ja sairaanhoitajaopiskelijat.

Tapaamisen tavoite ja sisältö:

- Tukea läheistään hoitavan henkilön hyvinvointia, terveyttä ja jaksamista sekä tunnistaa varhaisessa vaiheessa tuen tarpeita ja ohjata tarkoituksenmukaisten palveluiden piiriin.
- Tapaamisessa tarkastellaan hyvinvointia, voimavaroja ja arjen kuormitustekijöitä, etsitään keinoja oman jaksamisen vahvistamiseen sekä annetaan hyvinvointi- ja palveluohjausta.

Läheistään hoitavan hyvinvointi ja terveys digipolku

- Julkaistu 1.9.2026 OmaKeusotessa
- Avoin kaikille OmaKeusoteen kirjautuneille käyttäjille
- Sisältää 16 teemaa (mm. uni, liikunta, ravitsemus, mielen hyvinvointi)

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastus pilotointi

Terveysasemalla

Osana omatiimin palvelua

Omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastuksia pilotoitiin keväällä 2026 osana omatiimin palvelua terveysasemilla.

- Yhtenäistettiin hyvinvointi- ja terveystarkastuksen toimintamallia ja tarkastuksen sisältöä.
- Arvioitiin hyvinvointi- ja terveyskyselyn toimivuutta osana tarkastusprosessia.

Tulos:

- Tarkastus koettiin tarpeelliseksi ja se tuki omaishoitajien hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.
- Hyvinvointi- ja terveyskysely tuki tarkastuksen valmistelua ja keskustelun kohdentumista.
- Tunnistettiin kehittämistarpeita palvelun saavutettavuudessa sekä omaishoitoperheen kokonaisutilanteen huomioimisessa.

Sairaanhoitajapalveluna

Osana omaishoidon palvelua

Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastuksia pilotoitiin syksyllä 2026 osana omaishoidon sairaanhoitajapalvelua kotikäyntinä yhteistyössä Laurea ammattikorkeakoulun kanssa.

- Vahvistettiin omaishoitoperheen tilanteen kokonaisvaltaista arviointia.
- Kehitettiin tuen tarpeiden tunnistamista osana kotikäynnillä toteutettavaa hyvinvointi- ja terveystarkastusta.

Tulos:

- Kotikäyntinä toteutettu tarkastus paransi palvelun saavutettavuutta.
- Tarkastus mahdollisti omaishoitoperheen tilanteen kokonaisvaltaisemman arvioinnin ja huomioimisen.
- Mahdollisti tuen tarpeiden varhaisen tunnistamisen ja oikea-aikaisemman tuen tarjoamisen.
- Vakiinnuttaminen edellyttää riittävän henkilöstöresurssin varmistamista.

Digipalveluna

Digitaalinen etäpalvelu

Omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastus toteutetaan kokonaan tai osittain digitaalisena palveluna.

Digitaaliset ratkaisut

- Digitaalinen omaishoitajan hyvinvointi- ja terveyskysely on valmis, mutta tätä ei ole otettu käyttöön.
- Alustava digitaalinen hyvinvointi- ja terveystarkastuksen toiminamalli kuvattu.
- Digitaanen omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastus parantaa joidenkin omaishoitajien palvelujen saavutettavuutta ja joustavuutta.
- Digi- ja etäpalvelut täydentävät, mutta eivät korvaa henkilökohtaista kohtaamista ja omaishoitoperheen kokonaistilanteen arviointia.

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Läheistään auttavan hyvinvointi- ja terveystapaamisen päävaiheet

1 Tunnistaminen ja ohjaus

TEHTÄVÄT

- Tunnista läheistään auttava henkilö
- Ohjaa läheistään hoitavan hyvinvointi ja terveys digipolulle
- Kerro Laurean toteuttamasta hyvinvointi- ja terveystapaamisesta
- Ohjaa varaamaan aika hyvinvointi- ja terveystapaamiseen
- Ohjaa täyttämään esitietolomake ennen tapaamista ja ottamaan se mukaan käynnille

TYÖKALUT

- Omaishoitajan kaltaisessa tilanteessa olevan henkilön tunnistamisen tukimateriaali
- Tiedote ja esitietolomake
- Ajanvarauskalenteri

2 Tapaamisen toteutus

TEHTÄVÄT

- Asiakas varaa ajan hyvinvointi- ja terveystapaamiseen sekä täyttää esitietolomakkeen
- Laurean opiskelija toteuttaa asiakkaan hyvinvointi- ja terveystapaamisen (läsnä- tai etävastaanotto)
- Laurean opiskelija kirjaa ja antaa asiakkaalle koosteen tapaamisesta
- Laurean opiskelija ohjaa tarvittaessa asiakkaan jatkopalveluihin

TYÖKALUT

- Toimintaohje hyvinvointi- ja terveystapaamiseen
- Lomake hyvinvointi- ja terveystapaamisen yhteenvedolle
- Tietoa jatkopalveluista ohjausta varten

3 Tapaamisen päättäminen

TEHTÄVÄT

- Laurean opiskelija tilastoi seurantaa ja jatkokehittämistä varten tiedot

TYÖKALUT

- Asiakaskyselomake
- Tilastointipohja seurannalle

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Läheistään auttavan hyvinvointi- ja terveystapaamisen alustavat tulokset

Asiakasmäärä

Toteutuneet tapaamiset:

- Keväällä 23 tapaamista
- Syksyllä x tapaamista

Toteutustapa:

- Pääsääntöisesti lähitapaamisia
- Tapaamisia toteutettu Hyvinkäällä, Järvenpäässä ja Nurmijärvellä

Asiakkaat:

- Asiakkaita oli lähes kaikista Keusoten kunnista
- Pääsääntöisesti iäkkäitä asiakkaita, jotka auttoivat puolisoa

Tulokset

Tuki läheistään auttavien hyvinvoinnin, terveyden ja jaksamisen seurantaa sekä mahdollisti heidän tuen tarpeiden varhaisen tunnistamisen.

Vahvisti palveluohjausta ja lisäsi tietoisuutta kuntien, järjestöjen ja Keusoten tarjoamasta tuesta.

Asiakaspalaute oli myönteistä ja tapaamiset koettiin merkityksellisiksi sekä omaa tilannetta tukeviksi.

Oppilasyhteistyö osoittautui toimivaksi ja tarjosi opiskelijoille arvokasta oppimiskokemusta terveyden edistämisestä ja kohtaamisesta.

Kehittäminen

Näkyvyyden lisääminen
Toiminnan tunnettavuuden lisääminen ja kohderyhmän tavoittavuuden vahvistaminen.

Palvelurakenne
Toiminnan vakiinnuttaminen osaksi pysyvää palvelurakennetta. Oppilaitosyhteistyöllä vahvistetaan toiminnan jatkuvuutta, kehittämistä ja resurssiviisasta toteutusta.

Digitaaliset työkalut

- Ajanvarauksen parantaminen käyttäjä ystävällisemmällä järjestelmällä
- Esitietolomakkeen käytettävyyden parantaminen: digitalisoiminen paperi lomakkeen rinnalle
- Hyvinvointi- ja terveystapaamisen tietojen kirjaaminen esim. Kanta yhteensopivaan järjestelmääni, jotta tiedot ovat terveydenhuollon käytettävissä

Johtopäätökset

Tarve tunnistettu: Läheistään hoitaville suunnatulle matalan kynnyksen tuelle on selkeä tarve. Läheistään hoitavien hyvinvoinnin tukeminen on keskeinen osa kestävää sote-järjestelmää.

Kuormittuneisuuden tunnistaminen: Läheistään auttavan kuormittuneisuus vaikuttaa hoidon laatuun, turvallisuuteen ja palvelutarpeiden kehittymiseen, minkä vuoksi sen varhainen tunnistaminen on tärkeää.

Toimintamallin vaikuttavuus: Toimintamalli tukee hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, mahdollistaa tuen tarpeiden varhaisen tunnistamisen sekä vahvistaa oikea-aikaista palveluohjausta.

Oppilaitosyhteistyön hyödyt: Oppilaitosyhteistyö vahvistaa ennaltaehkäisevää työtä, tuo lisäresursseja palveluun ja tukee tulevien ammattilaisten osaamisen kehittymistä.

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Ryhmä- ja vertaistoiminta

Tavoite: Omaishoitajien ja –hoidettavien vertais- ja ryhmätoimintaa on saatavilla monipuolisesti ja yhdenvertaisesti

Toiminnan kehittäminen

- Suunniteltu yhtäaikaisesti toteutuvan vertais- ja ryhmätoiminnan malli omaishoitajille ja -hoidettaville.
- Erityistä tukea tarvitseville lapsiperheille suunniteltu toimintaa, mutta osallistujia ei löytynyt.
- Etäryhmätoimintaa pilotoitu fysioterapiaopiskelijoiden toteuttamana, mutta osallistujien vähyydestä johtuen malli integroitu osaksi liveryhmiä.

Yhteistyö järjestöjen ja oppilaitosten kanssa

- Toimintaa kehitetty yhteistyössä järjestöjen, oppilaitosten ja kuntien kanssa.
- Opiskelijat osallistuneet ryhmien suunnitteluun, toteutukseen ja materiaalien tuottamiseen.
- Yhteistyö vahvistaa toiminnan jatkuvuutta ja saavutettavuutta.

Tulokset ja palaute

- Syksyn 2025 ja kevään 2026 aikana järjestettiin vertais- ja ryhmätoimintaa, joissa oli mukana noin 150 osallistujaa.
- Omaishoitajat kuvasivat toiminnan virkistävän arkea, lisäävän hyvinvointia ja tarjoavan mahdollisuuden jakaa kokemuksia.
- Vertaistuki vahvisti osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja jaksamista.

Jatkokehittäminen

- Hyödynnetään hankkeessa luotua yhteistyöntoimintamallia.
- Vahvistetaan opiskelijoiden osallistumista ryhmätoiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen.
- Vahvistetaan toiminnan saavutettavuutta ja näkyvyyttä yhteistyön avulla.
- Yhteistyö järjestöjen ja oppilaitosten välillä vahvistaa omaishoitajien hyvinvointia tukevan toiminnan saatavuutta ja mahdollistaa toiminnan kehittämisen myös niukkenevien resurssien toimintaympäristössä.

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Hyvinvointia yhdessä

Mervi Vornanen
Mervi.vornanen@keusote.fi

KEUSOTE.FI