Mukavia kokemuksia ja paljon oppimista

19.12.2017

Seinäjoen kaupungin verkkosivuilta, kohdasta Ikääntyvien palvelut, olemme tänä vuonna voineet lukea:

“Seinäjoen kaupungin Ikäkeskus (Ikäihmisten asiakasohjausyksikkö) järjestää yhteistyössä Seinäjoen ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijoiden kanssa 1942 syntyneille hyvinvointipäiviä vuoden 2017 aikana. Hyvinvointipäivien tarkoituksena on käydä läpi ikääntyvän henkilön elämää eri näkökulmista, antaa tietoa eri mahdollisuuksista Seinäjoella ja tukea henkilön omatoimisuutta ja aktiivisuutta arjessa. Hyvinvointipäivät ovat vapaaehtoisia, luottamuksellisia ja maksuttomia. Lähetämme jokaiselle 1942 syntyneelle erikseen kutsun aina tiettyyn hyvinvointipäivään joko keväällä tai syksyllä 2017.”

Ikäkeskus on pitkään ollut SeAMKin geronomikoulutukselle tärkeä yhteistyökumppani. Olemme toteuttaneet omaishoidon opintojaksomme sekä useita harjoitteluja Ikäkeskuksen asiantuntijoiden kanssa ja ohjauksessa. Ikäkeskuksen asiakasohjaajat ovat toteuttavat Hyvinvointia tukevia kotikäyntejä 75- ja 85-vuotiaille, ei säännöllisten palveluiden piirissä oleville seinäjokisille pitkään. Myös tässä toiminnassa geronomiopiskelijat ovat opintoihinsa kuuluen olleet mukana. Ikääntyneiden määrä lisääntyy Seinäjoella. Tästä syystä Ikäkeskus on siirtynyt ryhmämuotoiseen toimintaan 75-vuotiaiden kohdalla. Kuluvana vuotena nämä Hyvinvointipäivät onkin järjestetty geronomomiopiskelijoiden voimin Ikäkeskuksen asiakasohjaajien kanssa.

Geronomiopiskelijat ryhmästä Gero15 tarttuivat Ikäkeskuksen haasteeseen reippaasti ja ensimmäiset Hyvinvointipäivät 75-vuotiaille järjestettiin maaliskuulla SeAMKin Koskenalan toimipisteessä. Marraskuussa vastaavat päivät järjestettiin Ylistarossa, Nurmossa ja Peräseinäjoella. Päiviin kutsuttiin kirjeellä osallistujat, jotka varsin mukavasti saapuivatkin paikalle. Kantakaupungin päivissä oli kummassakin useita kymmeniä osallistujia, samoin Nurmossa. Ylistarossa ja Peräseinäjoella oli paikalla innokkaat pienryhmät.

“Positiivisena kokemuksena pidin sitä, että pääsimme varsinkin lähikuntapäivinä keskustelemaan vanhusten kanssa ihan kasvotusten. Pieni ryhmä edesauttoi yksilölähtöisemmän kohtaamisen ja oli helppo jutella aiheista mitä ikäihmiset toivat esille.”

Geronomiopiskelijat valmistelivat toiminnallisia pisteitä, ’ständejä’, joissa Hyvinvointipäiviin osallistujat saivat tietoa mm. terveyteen ja toimintakykyyn, kotona asumiseen ja asumisturvallisuuteen, ravitsemukseen, mielen hyvinvointiin, muistiin, osallistumiseen ja tulevaisuuden toiveisiin liittyvistä asioista. Päiviin kuului myös esimerkiksi tasapainoharjoitteita sekä jokaisella oli mahdollisuus verenpaineen ja verensokerin mittaukseen. Hyvinvointipäivässä osallistujilla oli myös oiva mahdollisuus tavata tuttuja ja tutustua uusiin ihmisiin. Päivästä saattoi seurata jatkotoimenpiteitä, esimerkiksi neuvontaa oman terveyden seurantaan ja ylläpitoon sekä ohjausta liikunta- ja harrasteryhmiin. Näistä jatkoista huolehti Ikäkeskuksen asiakasohjaajat.

Hyvinvointipäivät ovat jatkossakin osa geronomiopintoja, seuraavaksi niitä järjestää monimuotoryhmä MGERO16.

Seinäjoen päivät onnistuivat mielestäni hyvin ja väkeä oli saatu mukavasti liikkeelle. Pienemmällä paikkakunnalla jäin pohtimaan, että miten olisi saatu enemmän väkeä paikalle, ja ovatko ne poisjääneet niitä jotka palveluita ehkä tarvitsisivat?

*“Kaiken kaikkiaan koen, että Hyvinvointipäivät ovat hyvä tapa kohdata vanhuksia. Nyt on hyvä jatkaa eteenpäin, kun pilottivaihe on tehty ja kehittää päivien sisältöä.”***Marita Lahti**
lehtori, geronomikoulutus, SeAMK Sosiaali- ja terveysala