

## Kysy lisää

**Katariina Ruuth**  
Projektijohtaja  
sairaanhoitaja, psyk.sh  
050 449 8000

**Leena Valkama**  
sairaanhoitaja, psyk.sh  
050 439 6774

**Annele Huikuri**  
sosiaalisen kuntoutuksen ohjaaja (AMK)  
040 160 3396

**Johanna Koivisto**  
sairaanhoitaja (AMK)  
050 356 4000

**Janne Björkengren**  
projektityöntekijä, sh-opiskelija  
050 590 3115

**Tuomas Mäkinen**  
sosionomi (AMK)  
050 379 0001

**Elisa Krebs**  
sairaanhoitaja (AMK)  
050 321 9881

## Osoitteemme

Sopimusvuori ry:n  
Psykiatrisen kotikuntoutus

Sukkavartaankatu 9  
33100 Tampere

Toimisto p. 03 312 22924

kotikuntoutus@sopimusvuori.fi



Sopimusvuori

### TOIMISTO

Koulukatu 13 B  
33200 Tampere

Puh. (03) 260 1900  
Fax. (03) 260 1935



Mielenterveyskuntoutujien  
psykiatrisen kotikuntoutus  
-projekti

# KOTIKUNTOUTUS



Sopimusvuori ry



## Psykiatrinen Kotikuntoutus

- Asiakkaan kotona tapahtuvaa kuntoutustoimintaa 18 - 65 -vuotiaille mielen-terveyskuntoutujille
- Työntekijät ovat tavoitettavissa arkisin kello 8.00-20.00 ja lauantaisin kello 9.00-15.00
- Kotikuntoutukseen hakeudutaan palvelupyynnöllä, joka osoitetaan asiakasohjaus LOISTOLLE
- Tampereen kaupungin ja Sopimusvuoren yhteinen kehittämishanke. Toteutuksessa mukana myös Välittäjä-hanke. RAY tukee monikanavaisen toimintamallin kehittämistä mielen-terveyskuntoutujien itsenäisen asumisen tukemiseen

### Kotiruutu

- Kosketusnäytöllä toimivaa, videoneuvottelupohjaista yksilö- ja ryhmätoimintaa, Kotiruutua, kehitetään 10 asiakkaan kanssa
- Lähtökohtana turvallisen yhteistyösuhteen luominen. Kotiruutukeskustelu voi tapahtua kahdenvälisenä ohjaajan kanssa tai ryhmätoimintana, vertaistukikeskusteluina ja verkostotapaamisina.
- Mahdollistaa nopean yhteydenoton ongelmatilanteissa ympärivuorokautisesti

## Kotikuntoutuksen sisältö

### Verkostotyöskentely

- Yhteistyösuhteen luominen kuntoutujan ja hoitavan kotikuntoutustiimin jäsenten kesken
- Suunnitelman laatiminen verkoston hyödyntämiseksi asiakkaan kuntoutumisen tukena
- Ytimessä asiakkaan toimintakyvyn tukeminen
- Tiedon siirtyminen hoitavalta taholta kotikuntoutukseen "saattaen-vaihtaan" periaatteella

### Arjentaidot

- Kuntoutujan arkielämään liittyvien taitojen kartoittaminen ja suunnitteleminen toimintakyvyn tukemiseksi kaikilla elämän alueilla
- Sosiaalisten taitojen kartoittaminen ja suunnitteleminen taitoalueiden harjoitteluun
- Lääkehoidon seuranta ja lääkityksen merkitysten tiedostaminen
- Varomerkkien ja stressitilanteiden tunnistaminen
- Tasaantumisvaiheessa aloitettujen taitojen harjoittelu ja mielekäs tekeminen päivään

### Tietokoneavusteisuus (Kotiruutu)

- Mahdollisuus ympärivuorokautiseen yhteydenpitoon

## Kotikuntoutuksen tavoite

- Tukea tamperelaisia mielen-terveyskuntoutujia yksilöllisesti suunnitellun tuen avulla
- Yhteistyö aloitetaan asiakkaan tuen määräästä riippuen 1-3 kotikäynnillä/viikko. Käynnit jatkuvat intensiivisesti kahdesta viikosta kolmeen kuukauteen
- Kotikuntoutuksen sisältö perustuu aina asiakkaan kanssa yhdessä laadittuun alkukartoitukseen ja kuntoutumissuunnitelmaan.

### Työskentelyote on psykoedukatiivinen

Asiakas ja hänen läheisensä saavat tietoa tarvittaessa sairaudesta ja sairauden hallintaan liittyvistä asioista.

Kuntoutustapahtumassa otetaan huomioon asiakkaan elämään vaikuttavat asiat kokonaisvaltaisesti