Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

Olkkari-toiminta & asiakasohjauksen ohjausmalli

Vardagsrum-verksamhet & modell för kundstyrning

Vid utarbetandet av denna presentation harCopilot utnyttjats.

Julkaisu on toteutettu terveyden edistämisen määrärahalla (STM)

Publikationen har genomförts med anslaget för hälsofrämjande (STM)

asiakas voi tulla toimintaan mukaan myös oma-aloitteisesti.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

Mitä on Olkkari-toiminta?

- Tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille, jotka kaipaavat tukea oman hyvinvointinsa edistämiseen, mielekkääseen arkeen ja toisten kohtaamiseen
- Olkkari-toiminta on maksutonta ja avointa, matalan kynnyksen ryhmätoimintaa. Asiakkaalla on mahdollisuus saada myös yksilöohjausta
- Asiakkaaksi voi tulla esimerkiksi Seniori-Infon, terveysaseman, järjestön tai kotikuntoutuksen ohjaamana sekä toisen asiakkaan suosittelemana tai oma-aloitteisesti.

Vad är vardagsrumverksamhet?

- Avsedd för personer som har fyllt 65 år, som behöver stöd för att främja sitt eget välbefinnande, en meningsfull vardag och möten med andra
- Olkkari-verksamheten är avgiftsfri och öppen gruppverksamhet med låg tröskel. Kunden har möjlighet att också få individuell handledning
- Som kund kan man komma till exempel via Seniorinfo, hälsostationen, en organisation eller hemrehabiliteringen samt på rekommendation av en annan kund eller på eget bevåg.

1

AVOIN RYHMÄ

Hyvinvointipolku

- vahvistaa hyvinvointiasi
- antaa uusia oivalluksia arkeen
- mahdollistaa kokemusten jakamisen vertaisten kanssa

Asiakkaan ei tarvitse ilmoittautua ryhmään

2

KOHDENNETTU RYHMÄ

Virtaa arkeen

- auttaa liikkumisen lisäämisessä
- ruokailujen sisällöissä tai ajoittumisessa
- mielen hyvinvoinnin vahvistamisessa
- unen ja palautumisen parantamisessa

Ilmoittautumiset toiminnanohjaajalle

3

KOHDENNETTU RYHMÄ

Hyvinvointia mielelle

- saat tietoa mielen hyvinvoinnista
- saat ohjausta hyvinvointia lisääviin harjoitteisiin
- teet harjoitteita yhdessä muiden kanssa
- voit halutessasi keskustella kokemuksistasi– omaa tilannetta ei tarvitse jakaa syvällisesti

Ilmoittautumiset toiminnanohjaajalle

1

ÖPPEN GRUPP

Må bra -stig

- stärker ditt välbefinnande
- ger nya insikter i vardagen
- möjliggör att dela erfarenheter med jämlikar

Kunden behöver inte anmäla sig till gruppen

2

RIKTAD GRUPP

Kraft i vardagen -stig

- hjälper till att öka motionen
- med innehåll eller tidpunkt för måltiderna
- med att stärka det psykiska välbefinnandet
- med att förbättra sömn och återhämtning

Anmälningar till verksamhetsledaren

3

RIKTAD GRUPP

Psykiskt välbefinnande -stig

- du får information om psykiskt välbefinnande
- du får handledning i övningar som ökar välbefinnandet
- du gör övningar tillsammans med andra
- om du vill kan du diskutera dina erfarenheter – du behöver inte dela din egen situation på djupet

Anmälningar till verksamhetsledaren

ETÄTOIMINTA Toteutustapana kaikissa kolmessa ryhmässä. Asiakas voi osallistua etänä videoyhteydellä myös, kun paikalle pääsy ei ole mahdollista.

DISTANSVERKSAMHET Genomförandeform i alla tre grupperna. Kunden kan delta på distans via videoförbindelse också när det inte är möjligt att ta sig till platsen.

Asiakkaan ohjausmalli Olkkari-toimintaan
Kundensstyrningsmodell till Vardagsrum-verksamheten

1 2 3 4 5

Asiakkaan tarve
Saada hyvinvointia, osallisuutta ja tukea arkeen

Kundens behov
Att få välbefinnande, delaktighet och stöd i vardagen

Puheeksiotto
Asiakas saa ymmärrettävän kuvan Olkkari-toiminnasta

Att ta upp saken
Kunden får en begriplig bild av Vardagsrum-verksamheten

Asiakkaan ohjaus
Ohjataan toiminnanohjaajalle ja tarvetta vastaavaan Olkkari-toimintaan

Styrning av kunden
Styrs till verksamhetshandledaren och till Vardagsrum-verksamhetsom motsvarar behovet

Osallistuminen
Ensimmäisestä kerrasta jää hyvä mieli ja halu palata

Deltagande
Efter första gången känns det bra och kunden vill komma tillbaka

Sovi jatko
Asiakas jatkaa tarpeen mukaan Olkkari-toiminnassa tai ohjataan muuhun toimintaan

Kom överens om fortsättningen
Kunden fortsätter vid behov i Vardagsrum-verksamheten eller styrs till annan verksamhet

Sopiva toteutusmuoto valitaan asiakkaan tarpeen mukaan

Lämplig genomförandeform väljs enligt kundens behov

Hyvinvointipolku
Toimintakyvyn, osallisuuden ja hyvinvoinnin vahvistaminen

Må bra stig
Stärkande av funktionsförmåga, delaktighet och välbefinnande

Virtaa arkeen
Tukea hyvinvointia edistäviin arjen valintoihin ja omien voimavarojen vahvistamiseen

Kraft i vardagen
Stöd för vardagsval som främjar välbefinnandet och för att stärka de egna resurserna

Hyvinvointia mielelle
Tukea yksinäisyyteen ja mielen hyvinvointiin

Psykiskt välbefinnande
Stöd vidensamhet och psykiskt välbefinnande

Toteutus: Läsnä / etä · ryhmä / yksilö

Genomförande: Närvaro /distans · grupp / individ

Palvelulupaus: Asiakas tietää mihin on menossa, kuka ottaa yhteyttä ja mitä seuraavaksi tapahtuu
Tjänstelöfte: Kunden vet vart hen är på väg, vem som tar kontakt och vad som händer härnäst

Lähettävän tahon ohjausmalli Olkkari-toimintaan
Styrningsmodell för den remitterande aktören till Vardagsrum-verksamheten

1

Haastattele ja tunnista
Kysy yksinäisyydestä, mielekkäästä tekemisestä, hyvinvoinnista ja arjen tuesta

Hyödynnä seulakysymyksiä

Intervjua och identifiera
Fråga om ensamhet, meningsfull sysselsättning, välbefinnande och stöd i vardagen

Utnyttja screeningfrågor

2

Anna tietoa
Kerro Olkkari-toiminnan tarkoitus: hyödynnä esitteitä, verkkosivuja ja tapahtumakalenteria

Ge information
Berätta syftet med Vardagsrum-verksamheten: utnyttja broschyrer, webbsidor och evenemangskalender

3

Ohjaa toimintaan
Ohjaa asiakas toiminnanohjaajalle soittamalla

Styr till verksamheten
Styr kunden till verksamhetsledaren via säker per telefon

Ohjauskriteeri
Jos yksi tai useampi vastaus herättää huolen, ohjaa asiakas Olkkari-toimintaan

Styrningskriterium
Om ett eller flera svar väcker oro, styr kunden till Vardagsrum-verksamheten

Katso yhteystiedot luvn.fi/olkkari

Se kontaktuppgifterna påluvn.fi/olkkari

0

Palvelulupaus: Lähettävä taho ei jätä asiakasta välitilaan, vaan nimeää seuraavan vaiheen

Toiminnanohjaajan ohjausmalli
Verksamhetshandledare handledningsmodell

1

Tunnista
Selvitä asiakkaan arjen tilanne, hyvinvointi ja tuen tarve

Identifiera
Utred klientens vardagssituation, välbefinnande och behov av stöd

2

Valitse Olkkari-toiminta
Asiakkaalle sopivin ryhmä tai yksilöohjaus, toteutus läsnä tai etänä

Välj Vardagsrum-verksamhet
Den grupp eller individuella handledning som passar klienten bäst, genomförs på plats eller på distans

3

Seuraa Olkkari-toiminnan aikana
Arvioi vastaako Olkkari-toiminta tuen tarpeeseen

Följ upp under Vardagsrum-verksamheten
Bedöm om Vardagsrum-verksamheten motsvarar stödbehovet

4

Sovi jatko
Asiakas jatkaa tarpeen mukaan Olkkari-toiminnassa tai ohjataan muuhun toimintaan

Kom överens om fortsättningen
Klienten fortsätter vid behov i Vardagsrum-verksamheten eller hänvisas till annan verksamhet

5

Tilastoi
Osallistumiset, ryhmä ja/tai yksilöohjaukset

För statistik
Deltaganden, grupp- och/eller individuell handledning

Palvelulupaus: Tärkein tavoite on, että toiminta lisää asiakkaan hyvinvointia

Servicelöfte: Det viktigaste målet är att verksamheten ökar klientens välbefinnande

Tukimateriaali ja seulakysymykset

Hyvinvointipolku

SEULAKYSYMYKSET

- Koetko itsesi yksinäiseksi? **Kyllä** / Ei
- Onko arjessasi mielekästä tekemistä? Kyllä / **Ei**
- Koetko hyvinvointisi ja terveytesi hyväksi? Kyllä / **Ei**

Virtaa arkeen!

TARVITSETKO TUKEA…

- Liikkumisen lisäämiseen? **Kyllä** / Ei
- ruokailujen sisältöön tai ajoitukseen? **Kyllä** / Ei
- arjessa jaksamiseen? **Kyllä** / Ei
- Koetko hyvinvointisi ja terveytesi heikentyneeksi? **Kyllä** / Ei

Hyvinvointia mielelle

SOVELTUVUUS

- Terapianavigaattori on tehty ja sen perusteella on tarve portaan 1 MTP-tuelle
- Asiakkaalla on lievä tai keskivaikea masennus, ahdistuneisuus tai yksinäisyys
- Asiakas on kiinnostunut ryhmätoiminnasta.

Stödmaterial och screeningsfrågor

Må bra stig

SCREENINGSFRÅGOR

- Upplever du dig som ensam? **Ja** / Nej
- Har du meningsfull sysselsättning i vardagen? Ja / **Nej**
- Upplever du ditt välbefinnande och din hälsa som goda? Ja / **Nej**

Kraft i vardagen

BEHÖVER DU STÖD…

- För att öka motionen? **Ja** / Nej
- med innehåll eller tidpunkt för måltiderna? **Ja** / Nej
- med ork i vardagen? **Ja** / Nej
- Upplever du att ditt välbefinnande och din hälsa har försämrats? **Ja** / Nej

Psykiskt välbefinnande

LÄMPLIGHET

- Terapinavigatorn har gjorts och utifrån den finns behov av stöd på nivå 1 MTP
- Klienten har lindrig depression, ångest eller ensamhet
- Klienten är intresserad av gruppverksamhet.

Yhteydenottokanava

Ajantasaiset ryhmätiedot ja oman alueen yhteystiedot löytyvät verkosta

LUVN:n verkkosivu

Ryhmät, kokoontumispaikat,
aikataulut ja alueelliset yhteystiedot

Avaa Olkkari-toiminnan sivu

1

Tutustu ryhmiin

Katso oman alueesi lähiryhmät ja etäolkkari-ryhmät.

2

Tule avoimiin ja maksuttomiin ryhmiin

Hyvinvointipolku-ryhmään ei tarvitse ilmoittautua.
Virtaa arkeen ja Hyvinvointia mielelle –ryhmiin
ilmoittautuminen toiminnanohjaajan kautta.

3

Ota yhteyttä

Kysy lisätietoja oman alueesi toiminnanohjaajalta.

Verkkosivun linkki on napsautettava esitystilassa.