



**TIETOPAKETTI
OMAISHOITAJILLE**

SISÄLLYSLUETTELO

1. Lukijalle	3
2. Omaishoito	4
3. Kuka on omaishoitaja	5
4. Etäomaishoitaja	6
5. Omaishoidon tuki	6
6. Omaishoitajan oikeus vapaaseen	8
7. Omaishoitoa tukevat palvelut	9
7.1 Asiakasraati	9
7.2 Omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastukse	10
7.3 Omaishoidon valmennus ja koulutus	11
7.4 Seniorineuvonta Ankkuri	11
8. Omaishoitajan vertaistuki	12
9. Omaishoidon jälkeen	13
10. Järjestöt	14
11. Omaishoidon palvelut kunnittain	15
12. Yhteystietoja	16

Tekijät

Kristiina Tiittanen, Karelia AMK
Kaisa Rautiainen, Siun sote omaishoito
Katri Tuulensola, Siun sote Avot –hanke
Kuvat: STM materiaalipankki

Laadittu 2018

1. Lukijalle

Tämän esitteen tarkoituksena on antaa lisätietoa kaikille Teille, jotka olette omaishoitajia. Esitteessä on tietoa omaistaan tai läheistään hoitaville ja heidän läheisilleen. Esite on lähtenyt omaishoitajien toiveesta saada tietopaketti omaishoitajuudesta ja kaikesta siihen liittyvästä Siun soten alueella. Omaishoitajia on Siun soten alueella paljon, mutta omaishoidon tuen saajia oli marraskuussa 2017 noin 1400. Jokainen omaishoitaja tekee arvokasta työtä ja toivomme, että tästä esitteestä on hyötyä Teille.

2. Omaishoitaja

Omaishoidolla tarkoitetaan lapsen, vammaisen, vanhuksen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotioloissa, omaisen tai muun hoidettavan läheisen henkilön toimesta. Yleisesti omaishoitajuus mielletään ikäihmisten hoitamiseksi, vaikka monet hoidettavat ovatkin lapsia tai työikäisiä. Omaishoitotilanne voi kehittyä hitaasti hoidettavan avuntarpeen lisääntyessä tai äkillisesti onnettomuuden, sairauskohtauksen tai erityistä hoivaa tarvitsevan lapsen synnyttyä. Omaishoito voi olla lyhytkestoista tai pitkäaikaista, riippuen hoidettavan avun tarpeesta.



3. Kuka on omaishoitaja

Omaishoitaja on tavallisesti hoidettavan läheinen, vanhemmat, oma lapsi, puoliso, sukulainen, ystävä tai muu läheinen henkilö.

Suomen omaishoidon verkosto määrittelee omaishoitajaksi henkilön, joka pitää huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka sairauden, vammautumisen tai muun erityisen hoivan tarpeen johdosta ei selviydy arjesta omatoimisesti.

Omaishoitolain mukaan omaishoitaja on henkilö, joka on tehnyt omaishoitosopimuksen kunnan kanssa ja on hoidettavan omainen tai muu hänelle läheinen täysi-ikäinen henkilö. Kuitenkaan omaishoitotilannetta tai omaishoitajana olemista ei voi määrittää ainoastaan lakisääteisen omaishoitolain perusteella.

Omaishoitajana voi toimia, vaikkei ole tehnyt omaishoitosopimusta kunnan kanssa, tällöin kyseessä on niin sanottu epävirallinen omaishoitaja. Epävirallinen omaishoitaja hoitaa läheistään, mutta ei saa kunnan tai kaupungin myöntämää omaishoidon palkkiota, eikä tukeen kuuluvia muita palveluja.



4. Etäomaishoitaja

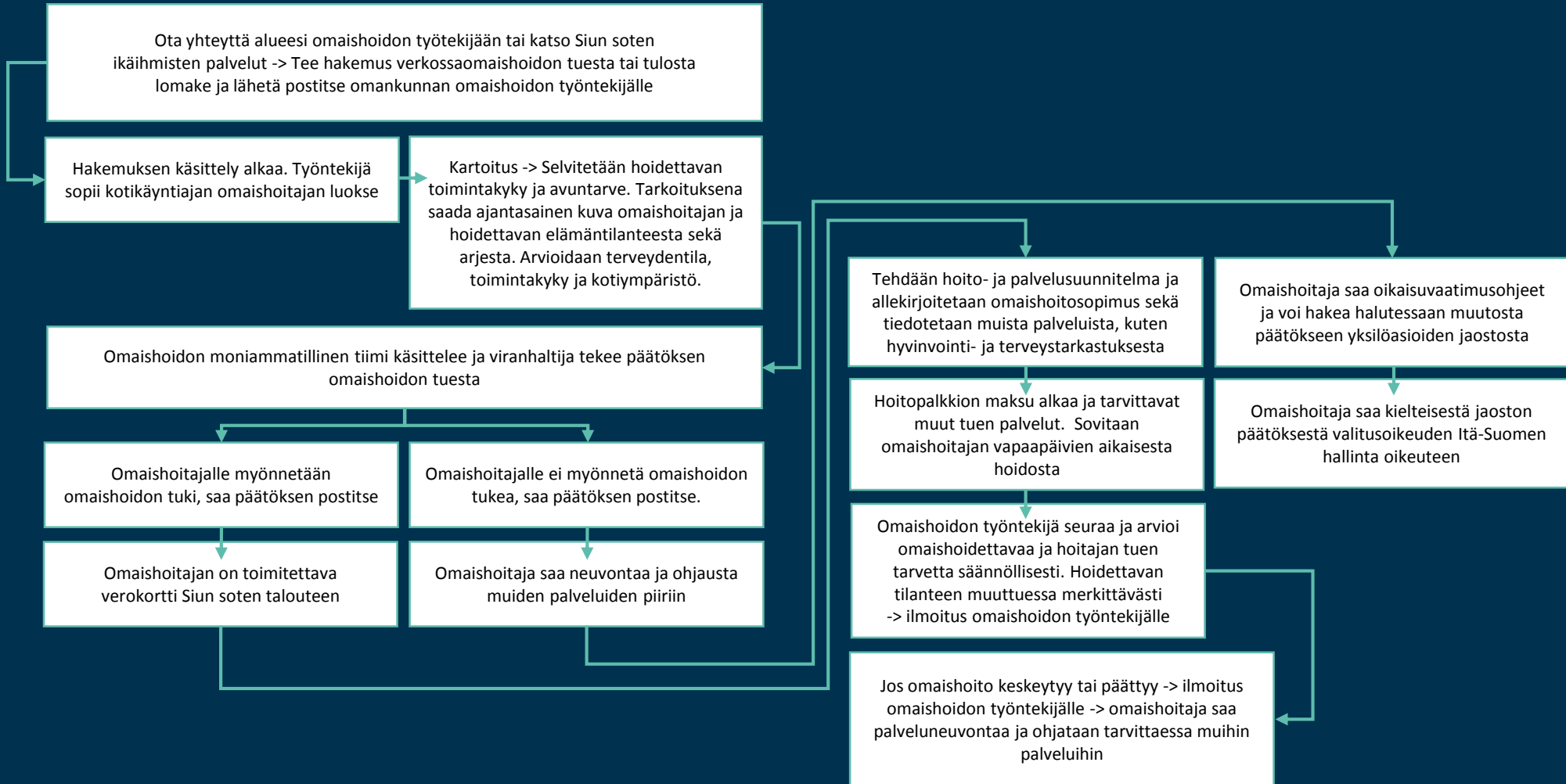
Etäomaishoitaja on vähemmän tunnettu omaishoitajuuden muoto, eikä sille löydy virallista määritelmää. Etäomaishoitajuus tarkoittaa myös jatkuvaa sitoutumista ja se on yleensä taloudellisesti ja henkisesti raskasta. Omainen voi asua toisella paikkakunnalla ja matkustaa läheisensä luo harvemmin varmistamaan omaisensa pärjääminen arjessa. Etäomainen on yleisimmin 41 – 65 -vuotias nainen, joka käy töissä ja hoitaa omia vanhempiaan tai vanhempaa. Etäomaishoitoon voi osallistua myös muita sisarusia, sukulaisia ja naapureita, mutta kuitenkin joku kantaa suurimman vastuun ja on pääasiallinen etäomaishoitaja.

5. Omaishoidon tuki

Omaishoidon tuki on lakisääteinen sosiaalipalvelu, jonka järjestämisestä kunta huolehtii talousarvioon varattujen määrärahojen puitteissa. Omaishoidon tukeen ei ole subjektiivista oikeutta, vaan se on harkinnanvarainen, määrärahasidonnainen sosiaalipalvelu. Jos omaishoitoon varattu määräraha on jo käytössä, tehdään myöntämisperusteet täyttävälle niin sanottu jonopäätös. Tällöin omaishoidon tuen hakija jää odottamaan vapautuvaa määrärahaa. Omaishoidon tuen tavoitteena on tukea kotona tapahtuvaa hoitoa ja hoitajan työtä ja palkkio maksetaan korvauksena tehdystä hoitotyöstä. Tukeen ei ole oikeutta, mikäli avun tarve on pelkästään ruoanlaitossa, siivouksessa ja asiointissa kodin ulkopuolella. Omaishoidon tuki on kokonaisuus, joka koostuu hoidettavalle annettavista tarvittavista palveluista sekä omaishoitajalle maksettavasta hoitopalkkiosta, vapaista ja muista omaishoittoa tukevista palveluista.

Tuen saaminen edellyttää, että hoidettava tarvitsee apua ympärivuorokautisesti päivittäisissä toiminnoissa. Hoitopalkkion taso määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan. Tuki kohdennetaan ensisijaisesti eniten hoitoa ja huolenpitoa tarvitseville, päävastuu hoidettavan hoidosta tulee olla omaishoitajalla. Omaishoidon tuesta laaditaan yhdessä hoidettavan, hoitajan ja kunnan kanssa palvelusuunnitelma sekä hoitajan ja kunnan välillä toimeksiantosopimus. Sopimuksen tehnyt henkilö ei ole työsopimuslain tarkoittamassa työsuhteessa kuntaan, hoidettavaan tai hoidettavan huoltajaan. Siun soten alueella omaishoidontukea voi hakea sähköisessä asiointipalvelussa (<https://miunpalvelut.fi/siunsote>), tai tulostamalla lomakkeen (www.siunsote.fi/omaishoidon-tuki) Siun soten sivuilta ja toimittamalla sen oman kunnan yhteyshenkilölle.

OMAISHOIDON TUEN PALVELUPOLKU SIUN SOTESSA



6. Omaishoitajan oikeus vapaaseen

Sopimusomaishoitajalla oikeus kolmen vuorokauden vapaaseen syntyy, kun omaishoitaja hoitaa hoidettavaa vähintään 15 päivää kuukaudessa, jos hoitopäiviä on vähemmän, niin vapaa-oikeus on kaksi vuorokautta. Vapaa-päiviä ei tule ollenkaan alle viikon hoitojaksosta kuukaudessa. Myös jonopäätöksen saaneet omaishoitajat ovat oikeutettuja kolmeen vapaa-päivään kuukaudessa. Omaishoidon vastuutyöntekijän kanssa tulee sopia vapaiden järjestämistavasta, mikä kirjataan hoidettavan palvelusuunnitelmaan, lisäksi palvelusuunnitelmaan kirjataan omaisen/läheisen antama hoito ja huolenpito. Omaishoidon lakisääteisen vapaan järjestämistapoina Siun sotessa on lyhytaikainen vuoro-hoito Siun soten omissa yksiköissä tai perhehoidossa, palveluseteli ja sijaishoito.

Omaishoitajan vapaan aikainen hoito pyritään ensisijaisesti järjestämään omaishoitajan ja hoidettavan toivomalla tavalla, mutta Siun sotella ei ole ehdotonta velvollisuutta järjestää omaishoitajan vapaan aikaista hoitoa omaishoitajan tai hoidettavan haluamalla tavalla.



7. Omaishoitoa tukevat palvelut

Omaishoitoa tukevina palveluina voi olla mm. kotiin saatavat palvelut, aterija turvapalvelut, vuorohoito, asunnon muutostyöt, hoitotarvikkeet, kuljetuspalvelut ja apuvälineet. Lisäksi on mahdollista hakea hoitotukea KEELA:lta korvaamaan sairaudesta tai vammasta tulevia kustannuksia. Henkinen tuki, neuvonta ja tiedottaminen ovat myös ehdottoman tärkeitä omaishoitajan jaksamisen ja hyvinvoinnin kannalta. Myös hoitajille järjestettävät hyvinvointi- ja terveystarkastukset kuuluvat omaishoitoa tukeviin palveluihin, näistä palveluista sovitaan tarkemmin palvelusuunnitelmassa. Omaishoitoa tukevista ja hoidettavalle järjestettävistä palveluista peritään asiakasmaksut asiakasmaksulain, asetuksen sekä Siun soten vahvistamien maksujen mukaisesti.

7.1 Asiakasraati

Siun sotessa toimii omaishoitajille oma asiakasraati, jonka avulla saadaan omaishoitajien näkemykset esille palveluiden toimivuudesta ja tarpeista. Tätä raatien tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää Siun sotien toiminnan suunnitteluun, kehittämiseen ja arviointiin. Raadeissa on mukana kaikenikäisiä ja kaikenikäisten omaishoitajia ja raadit kokoontuvat säännöllisesti. Omaishoitajat valitsevat raadeissa itse ne asiat, joita haluavat kehittää. Raatitoimintaan voivat osallistua kaikki, jotka hoitavat omaisiaan, omaishoitajan ei tarvitse olla omaishoidon tuen saaja tai kuulua mihinkään järjestöön. Pääasiana on halu käyttää omaa aikaa kaikkien omaishoitajien hyödyksi ja kehittää palveluja. Omaishoitajien raatitoimintaa ylläpidetään yhdessä Omaiset ja läheiset yhdistysten kanssa, toiminta on vapaaehtoista, eikä siitä makseta palkkiota, mutta sovittaessa voidaan maksaa matkakorvaus. Asiakasraadit ovat tärkeitä vertaistuen paikkoja omaishoitajille ja näin tuetaan myös omaishoitajien omaa jaksamista.



7.2 Omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastukset

Omaishoidon tuesta säädetään omaishoidon tuesta annetussa laissa (937/2005). Omaishoidon tuen myöntämisen yhtenä edellytyksenä on, että hoitajan terveys ja toimintakyky vastaavat omaishoidon asettamia vaatimuksia. Ikääntyneiden omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastukset perustuvat ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystarkastuksista annettuun lakiin (980/2012). Työikäisten omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastukset perustuvat terveydenhuoltolakiin (1326/2010).

Hyvinvointi- ja terveystarkastuksien tavoitteena on edistää omaishoitajan jaksamista ja täten tukea koko perhettä.

Siun soten alueella on vastuuhenkilöt, jotka vastaavat hyvinvointi- ja terveystarkastusten toteuttamisesta. Tarkastus voidaan toteuttaa terveysaseman vastaanotolla, ikäneuvolassa tai tarvittaessa myös kotikäytinä.

Hyvinvointi- ja terveystarkastukset ovat maksuttomia sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista annetun lain (734/1992) 5 §:n 1) kohdan perusteella.

Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastukset on tarkoitettu ensisijaisesti kunnan kanssa omaishoitosopimuksen tehneille omaishoitajille. Tarkastukset ovat omaishoitajalle vapaaehtoisia ja tarkastukset ei välttämättä ole tarpeellisia, jos omaishoitaja on työterveyshuollon piirissä, tai kyseessä on lyhytaikainen omaishoito. Omaishoitajien hyvinvointi- ja terveystarkastuksia tarjotaan noin kahden vuoden välein tai tarpeen mukaan.

7.3 Omaishoidon valmennus ja koulutus

Omaishoitajan valmennusta koskeva säännös on astunut voimaan vuoden 2018 alusta. Tässä lisäyksessä on säädetty kunnan velvollisuus järjestää omaishoitajan hoitotehtäviä tukevia palveluja. Samalla on säädetty myös kunnan velvollisuus järjestää omaishoitajalle valmennusta ja koulutusta tarvittaessa. Kunta voi tarvittaessa huolehtia valmennuksen ja koulutuksen aikaisesta sijaishoidosta. Valmennuksen ja koulutuksen tavoitteena on tukea omaishoitajuutta sekä kehittää omaishoitajaksi ryhtyvän henkilön valmiuksia, osaamista ja ylläpitää valmiuksia omaishoitosuhteen aikana. Tavoitteena on, että lähes kaikki uudet omaishoitajat valmennetaan ja koulutetaan tehtävänsä.

Omaishoitajat ja läheiset paikallisyhdistysten valmennukset täydentävät kunnan lakisääteistä valmennusta ja täten omaishoito-sopimuksen tehneet omaishoitajat ovat tervetulleita koulutukseen, kun ovat saaneet kunnalta valmennuksen tai sopineet sen toteutumisesta. Ilman omaishoitosopimusta olevat omaishoitajat voivat osallistua Omaishoitajat- ja läheiset yhdistyksen valmennuksiin, ne on tarkoitettu erityisesti sellaisille omaisille, joiden omaishoitotilanne on uusi, ei siis tarvitse olla virallisen omaishoidontuen saaja.

7.4 Seniorineuvonta Ankkuri

Seniorineuvonta Ankkuriin voivat ottaa yhteyttä kaikki, jotka haluavat tietoa Siun soten, yksityisten ja järjestöjen tarjoamista palveluista. Ankkurista saat tietoa mm. kotiin annettavista palveluista, harrastus- ja virkistystoiminnasta sekä taloudellisista etuuksista. Lisäksi voit saada tietoa muista ikäihmisille tärkeistä asioista. Neuvonnassa autetaan asiakasta löytämään hänelle sopivat yksilölliset vaihtoehdot ja ohjataan tarvittaessa palveluohjaukseen tarkempaa palvelujen kartoitusta ja myöntämistä varten. Palveluohjauksen työntekijät tekevät myös kotikäyntejä.

Seniorineuvonta Ankkuri

Puh. 013 330 2890

Rauhankatu 1 A, Matti-talo, 80100 Joensuu

Arkipäivisin klo 8–16

seniorineuvonta.ankkuri@siunsote.fi

8. Omaishoitajan vertaistuki

Välillä tuntuu, että muu maailma ei ymmärrä, vaikka yrittää ja joskus se ei edes yritä. Omaishoitajat joutuvat monesti sietämään hyvää tarkoittavia, mutta ajattelemattomia neuvoja. Samassa elämäntilanteessa olevat henkilöt yleensä ymmärtävät sanoman puolesta sanasta, kumpikin voi tietää, ettei asiaa voi ratkaista, mutta sen jakaminen huojentaa.

Monet Omaishoitajaliiton paikallisyhdistykset eri puolilla maata järjestävät monipuolista toimintaa, kuten vertaisryhmiä, virkistystapahtumia ja tilaisuuksia. Tällaisissa tapahtumissa ja tapaamisissa omaishoitajille tarjoutuu tilaisuus tavata samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ja jakaa kokemuksiaan. Lisäksi liitot järjestävät omaishoitajien jaksamisen tueksi tuettuja omaishoitajalomia. Omaishoitajaliiton lisäksi useat muut järjestöt ja seurakunnat tarjoavat omaishoitoperheille tukea, vertaisryhmiä ja virkistystapahtumia.

Siun soten alueella toimii ainakin Joensuun, Ylä-Karjalan, Keski-Karjalan, Lieksan ja Juuan Omaiset ja Läheiset yhdistykset. Nämä yhdistykset toimivat jäsentensä edunvalvojana ja järjestävät erilaisia vertaisryhmä- ja virkistystoimintaa, teatteri- ja kylpyläretkiä ja maksuttomia jäsentapahtumia omaishoitajille sekä omaishoitoperheille. Lisäksi yhdistykset järjestävät Vertaisryhmiä, jotka ovat ohjattuja toiminnallisia ja/tai keskustelu mahdollisuuksia tarjoavia vertaistukiryhmiä. Nämä ryhmät on tarkoitettu omaishoitajille ja/tai omaishoito perheille.

OmaisOiva toiminta on Omaishoitajaliiton ja sen paikallisyhdistysten yhteinen omaishoitajien voimavaroja tukeva toimintamuoto. OmaisOivassa kehitetään ja toteutetaan erilaisia toimintamalleja, joiden avulla omaishoitajien jaksamista, hyvinvointia ja osaamista lisätään. Toimintaa on tervetulleita kaikenikäiset läheistään hoitavat omaishoitajat, toimintaan mukaan tulo ei edellytä virallista omaishoitajuutta tai yhdistyksen jäsenyyttä.

Vertaisryhmät, joita OmaisOiva tarjoaa ovat ohjattuja, toiminnallisia ja/tai keskustelu mahdollisuuksia tarjoavia vertaistukiryhmiä. Ryhmät on tarkoitettu omaishoitajille ja/tai omaishoitoperheille. Etäomaishoitajille on omia kohdennettuja tilaisuuksia.

9. Omaishoidon jälkeen

Yleensä omaishoitosuhte on ollut tiivis ja läheinen ihmissuhde. Se kestää usein vuosia, jopa vuosikymmeniä.

Omaishoitosuhteen päättymisen hoidettavan kuolemaan tai siirtymiseen pitkäaikaishoitoon on suuri muutos omaishoitajan elämään. Vaikka omaishoitajuus on raskasta, se kuitenkin koetaan myös sisältöä tuovana ja antoisana osana elämää. Se päättykö omaishoitajuus äkillisesti vai onko siihen kenties ollut aikaa valmistautua, vaikuttaa omaishoitajuuden päättymisen kokemukseen. Lisäksi vaikutusta on myös sillä, oliko päättymisen taustalla omaishoidettavan tilanne, vai omaishoitajasta johtuva syy. Monien viimeaikaisten tutkimusten mukaan siirtyminen omasta kodista sen ulkopuolelle hoitoon on yksi vaikeimmista elämänkaaren vaiheista, niin hoidettavalle kuin hoitajalle.

Sururyhmät joita mm. seurakunnat järjestävät ovat avoimia kaikille, vaikka asuinalue olisi eri kuin ryhmän järjestävän seurakunnan alue. Sururyhmään voi ilmoittautua, kun läheisen kuolemasta on mennyt noin kolme kuukautta aikaa. Sururyhmistä ilmoitetaan seurakunnan kotisivuilla ja Kirkkotie-lehdessä.



10. Järjestöt

OMAISHOITAJALIITTO

Valtakunnallisella tasolla Omaishoitajaliiton paikallisyhdistykset ovat omaishoidon asiantuntijoita ja vaikuttajia. Yhdistykset välittävät omaishoitajien aseman parantamiseksi ja tukemiseksi heidän näkemyksiä sekä toiveita päätöksentekijöille. Yhdistykset järjestävät erilaisia vertaistuellisia keskustelu- ja toimintaryhmiä sekä jakavat tietoa, että ohjausta. OmaisOiva-toimintaa toteuttavat paikallisyhdistykset tarjoavat omaishoitajien tueksi myös Ovet-valmennusta® ja kehittävät erilaisia omaishoitajien voimavaroja tukevia toimintamuotoja. Virallista omaishoitajuutta tai yhdistyksen jäsenyyttä ei edellytetä osallistuessa toimintaamme. **Sinua lähinnä olevan paikallisyhdistyksen löydät takasivulta.**

POHJOIS-KARJALAN MUISTI RY

Pohjois-Karjalan Muisti tarjoaa vertaistukea, toimintaa ja rinnalla kulkemista. Yhdistyksen tavoitteena on toimia muistisairautta sairastavien ja heidän läheistensä edunvalvontajärjestönä Pohjois-Karjalan maakunnan alueella. Tarkoituksena on vahvistaa muistisairautta sairastavien ja heidän läheistensä toiminta- ja osallistumismahdollisuuksia sekä edistää tuen ja palvelujen tasavertaista toteutumista maakunnassa. Yhdistyksen tarkoituksena on vaikuttaa asenteisiin ja toimintoihin niin, että muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä voivat toimia täysivaltaisina jäseninä toimintaympäristöissään. Toimintaa on paikkakunnittain, mutta osallistua voi yli kuntarajojen. (Joensuu, Ilomantsi, Juuka, Kitee, Kontiolahti, Lieksa, Liperi, Nurmes, Outokumpu, Polvijärvi, Kiihtelysvaara, Heinävesi, Rääkkylä, Tohmajärvi)

Pohjois-Karjalan Muisti ry

Siltakatu 20 A 11
80100 Joensuu
Toiminnanjohtaja Leena Knuutila
puh. 050 4006194

POHJOIS-KARJALAN MIELENTERVEYSOMAISET FINFAMI RY

Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry:n toiminnan tarkoituksena on edistää mielenterveyskuntoutujien omaisten ja lähiverkoston hyvinvointia, toimia heidän edunvalvojanaan ja olla mukana kehittämässä mielenterveystyötä. FinFam järjestää omaisten tukiryhmiä, joka kokoontuu kerran kuukaudessa. Siellä voi tavata muita samassa tilanteessa olevia ja saat tukea ratkaisujen tekemiseen. Ryhmässä tulet ymmärretyksi ja kuulluksi, ryhmät ovat maksuttomia ja kaikille avoimia, lisäksi siellä käsitellään asioita luottamuksellisesti.

Lisätietoja

puh. 050 534 6772
Omaistyöntekijä Raija
puh. 050 362 6818

11. Omaishoidon palvelut kunnittain

Joensuu, Outokumpu

Rauhankatu 1b, 80100 Joensuu

Puh. 013 330 7136 (Rantakylä, Mutala, Utra, Eno, Uimaharju)

Puh. 013 330 7129 (Kaikki alle 18-v ja kehitysvammaiset; keskusta, Linnunlahti, Kanervalala, Noljakka, Marjala)

Puh. 013 330 7130 (Niinivaara, Hukanhauta, Karhunmäki, Karsikko,

Kiihtelysvaara, Tuupovaara, Pyhäselkä, Reijola)

Puh. 013 013 330 7128 (Outokumpu)

Kontiolahti

Tähkätie 3, 81100 Kontiolahti

Puh. 013 330 7135

Heinävesi

Sairaalanatie 4, 79700 Heinävesi

Puh. 013 330 6193

Juuka, Valtimo ja Nurmes

Aimontie 7, 83900 Juuka

Puh. 013 330 658

Liperi

Käsämäntie 111c, 83100 Liperi

Puh. 013 330 7109

Rääkkylä

Kinnulantie 1, 82300 Rääkkylä

Puh. 043 8263 727 Attendo

Lieksa

Jokikatu 2, 81700 Lieksa

Puh. 013 330 7124

Ilomantsi

Ylätie 20, 82900 Ilomantsi

Puh. 013 330 6686

Kitee

Savikontie 15, 82500 Kitee

Puh. 013 330 6305

Polvijärvi

Polvijärventie 20 D, 83700 Polvijärvi

Puh. 013 330 5236

Tohmajärvi

Takkunurmentie 9, 82600

Tohmajärvi

Puh. 050 3655 264 Attendo

12. Yhteystietoja

Seniorineuvonta Ankkuri

avoinna ma-pe klo 8.00 – 16.00

Puh. 013 330 2890

Joensuunseudun Omaishoitajat ry

Puh. 0400 544244

Kirkkokatu 16 C 34

80100 Joensuu

Juuan Omaiset ja Läheiset ry

Puh. 045 669 4332

Pieni-Heikkiläntie 4,

83900 Juuka

Lieksan seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Puh. 0400 513 755

Pielisentie 8,

81700 Lieksa

Keski-Karjalan Omaishoitajat ry

(Kitee, Tohmajärvi)

Puh. 050 539 8461

Ylä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Puh. 040 705 2658