







Hannu Haukilahden ja Eila Ohinmaan mielestä perhehoitajilla on hyvä olla keskustelukumppaneita, joiden kanssa pohtia perhehoidon arkea.

## IKÄIHMISTEN PERHEHOITO SOITTESSA

- 2 toimivaa perhekotiä
- 8 ikäihmistä pitkäaikaisessa perhehoidossa
- 1-2 ikäihmistä lyhytaikaisessa perhehoidossa
- tarvetta erityisesti kiertävistä perhehoitajista
- seuraava valmennus suunnitella vuodelle 2020

sessä olemme olleet omatoimisia, ja siinä on välillä järjestelmistä. Se ei kuitenkaan ole meille vaihtoehto, että ikäihmiset joutuisivat lähtemään perhekodista vapaamme ajaksi, Haukilahti painottaa.

Haukilahden ja Ohinmaan mielestä on hyvä, kun sijaiset eivät koko ajan vaihdu.

– Sisko on tärkeä vertaistuki, koska hänelle perhekoti ja sen asukkaat ovat tuttuja. Vaitiolovelvollisuus on muutoinkin hyvä pitää mielessä. Emme puhukaan ikäihmisistä vaan erilaisista, perhehoidossa vastaan tulevista tilanteista. Ja etenkin lomittajan on hyvä olla perillä perhekodin asioista.

### Kokemuksia hyvä jakaa

Keski-Pohjanmaalla ei toimi vielä kovin monta ikäihmisten perhekotiä. Siksi Ohinmaa ja Haukilahti ovat osallistuneet Perhehoitoliiton järjestämille valtakunnallisille vertaistukipäiville.

– Varsinkin alkuaikoina oli tärkeää saada kokemus perhehoitajien joukkoon kuulumisesta, ja vertaistuki-

päivät vastasivat tähän tarpeeseen. Vähän aikaa sitten lähistölle perustettiin toinen ikäihmisten perhekoti, Vuokkola. Perhehoitaja **Vuokko Lahden** kanssa olemme yhteyksissä, kun joku perhehoitoon liittyvä asia mietityttää. Keskustelumme ovat hyvin eläväisiä, ja aina sanomme, että pitäisi joskus ehtiä istua nokikkain. Kyllä sen huomaa, että meillä riittää juttua, ja kokemuksia on hyvä jakaa.

Ikäihmisten perhehoitajille on alueellisten vertaisryhmien lisäksi tarjolla Perhehoitoliiton järjestämää valtakunnallista vertaistukea. Perhehoitaja **Pekka Kivi** toimii vertaisasiantuntijana ja auttaa ikäihmisten perhehoitoon liittyvissä kysymyksissä. Perhehoitopulinat-chatteihin taas voi osallistua netin välityksellä mistä päin Suomea tahansa.

– On hyvä, että ikäihmisten perhehoitajille on tarjolla erilaisia vertaistuen vaihtoehtoja. Ne luovat turvaa, kun tietää, että on joku, jolta kysyä. Meille tärkeitä keskustelukumppaneita ovat myös kotisairaanhoidon työntekijät ja lääkärit – yleensäkin kuka tahansa, kuka meillä käy.

Tärkeintä on ehkä kuitenkin se, että meillä on toisemme ja asenne kohdallaan, Ohinmaa ja Haukilahti summaavat.

### Matala kynnyks

Perhehoitaja Pekka Kivi tukee tehtävänsä ohella toisia ikäihmisten perhehoitajia vertaisasiantuntijana.

– Vertaisasiantuntija on kuuntelija ja rinnallakulkija. Voin tukea toista perhehoitajaa hänen arjessaan oman kokemukseni kautta ja luoda uskoa joskus haastavistakin tilanteista eteenpäin pääsemiseen. Tarvittaessa ohjaan perhehoitajan eteenpäin sen avun luo, jota hän erityisesti tarvitsee ja jota me vertaisasiantuntijat emme voi antaa, Kivi kuvailee.

Perhehoitoliiton vapaaehtoisina toimivat vertaisasiantuntijat tavoittaa pääasiassa puhelimitse.

– Tässä on kysymys matalan kynnyksen auttamisesta. Moni soittaja arvostaa sitä, että toisessa päässä on kokenut perhehoitaja. Jo se tieto auttaa kertomaan omasta tilanteesta.

Kivi on toiminut vertaisasiantuntijana reilun vuoden ajan.

– Tehtävä on antanut minulle uusia näkökulmia perhehoitoon. Niistä on hyötyä esimerkiksi perhehoitajien ennakoivalmennuksissa, joissa olen mukana kouluttajana. Lisäksi toiminnasta tulee hyvä mieli. On mukava auttaa toisia, Kivi hymyilee.

### Vertaisasiantuntijat näkyviin

Perhehoitoliitto tukee vertaisasiantuntijoita muun muassa järjestämällä heille yhteisiä tapaamisia. Liiton asiantuntijat ovat myös vertaisasiantuntijoiden käytettävissä, jos joku asia jää mietityttämään.

– Vertaisasiantuntijoiden tapaamisissa jaamme kokemuksia toiminnasta. Se on todella opettavaista. Esimerkiksi eri perhehoidon muotojen erilaiset käytännöt ovat kiinnostavia. Tapaamisissa myös pohdimme sitä, mikä on meidän roolimme perhehoitajien tukivalikossa, sekä vastuuta.

Vertaisasiantuntijoita on liitossa ollut jo pitkään, mutta viime vuosina toimintaan on alettu panostaa entistä enemmän ja samalla etsitty uusia, eri perhehoidon alojen kokemusasiantuntijoita.

– Toiminta tarvitsee vielä enemmän näkyvyyttä, jotta perhehoitajat osaisivat hyödyntää meidän asiantunteustamme.

**TUTUSTU** Perhehoitoliiton vertaisasiantuntijoihin  
[www.perhehoitoliitto.fi/vertaisasiantuntijat](http://www.perhehoitoliitto.fi/vertaisasiantuntijat).

## Virkistystä vuoden pimeimpään aikaan

**PERHEHOITOLIITTO JÄRJESTI** marraskuussa neljät ikäihmisten perhehoitajille suunnatut vertaistuki- ja verkostopäivät eri puolilla Suomea. Ikaalisten kylpylässä järjestetyillä päivillä oli mukana noin 20 perhehoitajaa.

– Vietimme mukavia hetkiä jutellen ja vaihtoen kokemuksia muun muassa eri perhekotien toimintatavoista, verotuksesta ja toimeksiantosopimusten eroavaisuuksista. Samalla saimme tutustua uusiin, upeisiin ihmisiin. Verkostoituminen avartaa näkemyksiä ja antaa voimavaroja tulevaisuuteen, kertoo päiville osallistunut **Sari Tupavuori**.

Päivien ohjelma oli sopiva yhdistelmä asiaa ja rentouttavaa yhdessäoloa ja virkistystä.

– Ruokailimme yhdessä kiireettömästi, liikuimme, keilasimme ja nautimme kylpylän poreista. Erityisen mahtava oli meille järjestetty rentoutustuokio! Kaikki tämä syksyn pimeimpänä aikana. Saimme varmasti voimaa tästä kaikesta. Toivottavasti pääsemme mukaan myös tulevana vuosina.



Ikäihmisten perhehoitaja Sari Tupavuoren mielestä parasta vertaistuki- ja verkostopäivillä oli rentoutustuokio.