

NÄIN MEISTÄ TULI

Ikäihmisten perhehoitoa voi tarjota pitkäaikaisesti tai lyhytkestoisesti joko Hoivatyötaustasta on hyötyä, mutta se ei ole välttämätöntä. Pyysimme viittä

TEKSTI OLLI KOIKKALAINEN

PERHEHOITAJIA

perhehoitajan tai ikäihmisen kotona tai kiertäen useissa kodeissa. perhehoitajaa kertomaan vinkkinsä perhehoitajuutta harkitseville.

KUVAT HAASTATELTAVIEN KOTIALBUMIT

Arjesta voi muokata sopivasti omanlaisen

” Meillä ajatus perhehoitajaksi ryhtymisestä lähti siitä, kun pohdiskelimme molemmat muutosta työkuvioidimme, haaveilimme maallemuutosta ja halusimme viettää enemmän aikaa perhehoidettavan äitimme kanssa. Valmisteluissa meni kaksi vuotta, sillä ensin oli käytävä ennakoivaltamennus, saata-va entiset työt päätökseen, löydettävä sopiva kiinteistö, myytävä edelliset kotimme ja varmistettava, että perhehoidosta saa elannon.

Lopulta kaikki loksautti kohdilleen, ja olemme tarjonneet vuodesta 2016 lähtien ikäihmisille perhehoitoa Joensuun Hammasslahdessa vanhassa koulurakennuksessa. Valitsimme perinteisen pitkäkestoisen perhehoidon, koska halusimme elää ihan tavallista perhe-elämää niin, ettei

porukka vaihdu koko ajan. Kodissamme keskimäinen kerros on asukkaiden käytössä, Johanna perheineen asuu yläkerrassa ja alakerrassa on Annan yksiö. Kaikkiin kerroksiin remontoitiin



omat keittiöt ja makuuhuoneet, joten voimme viettää myös vapaita kotonamme ilman, että pyörisimme sijaisten tiellä.

Olemme olleet tosi tyytyväisiä, että rupesimme perhehoitajiksi. Perhehoito mahdollistaa niin paljon ja jättää perhehoitajille paljon vapauksia tehdä arjesta omanlaista. Kannattaa keskittyä nimenomaan siihen omaan visioon ja tavallaan myydä se myös sijoittavalle taholleen sijaan, että kyselisi sijoittajalta, mitä pitäisi tehdä.

Perhehoitajuus sopii sellaisille, jotka tykkäävät kotitöistä, sillä ruuanlaittoa, siivousta ja pyykkäystä on tosi paljon. Usein tarvitaan myös lehmänhermoja ja sitkeyttä. Palkitsevinta on, kun saa elää yhteistä elämää ikäihmisten kanssa ja kokea hellyttäviä tunteita heitä kohtaan.

» Johanna Ahlholm ja Anna Kuhmonen, Joensuu / Pohjois-Karjala

Omien arvojen mukaista hoivaa laitostyön sijaan

” Kun opiskelin aikuisiällä vanhustyön lähihoitajaksi, olin harjoitteluissa erilaisissa laitoksissa ja ajattelin, että niiden tapa hoitaa vanhuksia on ristiriidassa omien arvojeni kanssa. En kuitenkaan halunnut palata entiseen työhöni kirjanpitäjänä, vaan kaipasin ihmisläheisyyttä. Sitten näin lehdessä perhehoitovalmennuksen mainoksen ja kiinnostuin, että perhehoitajana voisin päästä vaikuttamaan siihen, miten vanhuksia hoidetaan.

Ensimmäiset ikäihmiset muuttivat kotiimme lyhytkestoille perhehoitajakoille viisi vuotta sitten. Mieheni kävi ensimmäisen vuoden ajan töissä kodin ulkopuolella ja autteli minua iltaisin ja viikonloppuisin. Sitten hänkin havahtui, että tämä on myös hänen juttunsa,

ja nykyään olemme molemmat täysipäiväisiä perhehoitajia.

Perhekodissamme on paikka kuudelle ikäihmiselle, jotka ovat meillä hoidossa ympäri- vuorokautisesti keskimäärin kolmesta päivästä kahteen viikkoon kerrallaan. Arkeen täällä kuuluu ihan tavallisia asioita: ruokailua, lehtien lukua, jump- paa, askartelua, neulontaa sekä luonnossa liikkumista ja tapahtumissa käyntiä, jos asukkaiden kunto sallii.

Perhehoitajana toimiminen vaatii joustavuutta, yhteistyö- kykyä ja rohkeutta ottaa yhteyttä eri viranomaisiin, sillä tietoa, ohjeita ja neuvoja tarvitaan usein. Välillä pitää muistaa myös levätä ja olla ilman vanhuksia. Mekin olemme nykyään vapaalla vähintään viikon kuukaudessa, kun ennen saatiimme tehdä melkein täyttä viikkoa kuukaudesta toiseen.

Toivottavasti kaikki Suomen kunnat rupeavat tarjoamaan ikäih- misten perhehoitoa viimeistään sitten, kun sote-uudistus toteutuu ja hyvinvointialueet aloittavat toimintansa.

» Maarit Ruottinen, Muhos / Pohjois-Pohjanmaa

Oikeasti aikaa kohdata ikäihminen

” Työskentelin aiemmin lähihoitajana yksityisessä kotipal- veluyrityksessä ja kunnallisessa kotipalvelussa. Etenkin iltaisin asiakkaita tuppasi olemaan niin paljon, että työ oli kello kaulassa juoksemista. Se soti kaikkia arvojeni vastaan eikä tun- tunut enää inhimilliseltä, sillä vanhustyössä täytyy olla oikeasti aikaa kohdata ihminen.

Äitini oli käynyt perhehoitovalmennuksen ja tavallaan yllytti mi- nuakin menemään sinne. Ajattelin, ettei siinä mitään menetäkään. Valmennuksen jälkeen päätin, että voisin ruveta vähän työntämään varvasta oven väliin ja kokeilemaan perhehoitajuutta. Nyt olen toimi- nut perhehoitajana pian kolme vuotta ja tykkään tästä ihan hirveästi!

Koska minulla ei ole mahdol- lisuutta ottaa hoidettavia koti- ni, olen kiertävä perhehoita- ja eli käyn useiden ikäihmisten kotona. Kaikki asiakkaani ovat omaishoidettavia, ja käynnit sovitaan yleensä hyvissä ajoin. Kun tulen paikalle, omaishoita- ja pääsee pitämään vapaitaan, hoitamaan asioitaan tai vaikka- pa käymään harrastuksissaan.

Teen perhehoitoa käytän- nössä täydet viikkotunnit, toisi- naan myös iltaisin ja viikonlop- puisin. Varjopuolena tässä on, että palkkio maksetaan vain tehdyistä päivistä: Jos vakituinen asiakas joutuu yllättäen laitoshoitoon tai sairaalaan, kuukausituloi- hin voi tulla iso lovi. Siksi teen myös sihteerin töitä mieheni firmassa.

Perhehoitajuutta harkitsevan on hyvä olla auttamishaluinen, omatoiminen ja valmis ottamaan selvää asioista. Esimerkiksi muis- tisairaus tai Parkinsonin tauti voi muuttaa muotoaan äkillisestikin. Myös sosiaalinen pitää olla, että jaksaa olla hoidettavan lähellä ja ju- tustella hänelle pitkiäkin aikoja.

» Rebekka Pölkki, Toivakka / Keski-Suomi



Vapautta samaan tapaan kuin yrittäjyydessä

” Kiersin pitkään parturi-kampaajayrittäjänä asiakkaiden kotona ja tein sen lisäksi esimerkiksi hyllytys- ja asiakas- palvelutöitä. Kävin parturoimassa ja kampaamassa myös erään ikäihmisten perhekodin asukkaita. Perhekodissa tuli ensimmäi- senä koronakesänä 2020 puheeksi, että heillä oli vaikeuksia saada sijaisia, ja minäkin kaipasin uutta tekemistä, kun edelliset sivutyöni olivat loppuneet.

Ryhdyimme selvittämään perhehoidon koordinaattorin kanssa, voisinko ruveta sijaistamaan perhehoitajia. Vielä saman kesän lopulla löysin itseni perhekodista sijaisena. Järjestely onnistui, vaikka en ol- lut käynyt perhehoitajan ennakoivaltamennusta, koska olin hoitanut

aiemmin tuttavani erityislasta. Varsinaisen valmennuksen kä- vin sitten seuraavana keväänä. Se oli tiivis ja antoisa paketti.

Nykyään tuuraan tämän perhekodin perhehoitajia hei- dän vapaidensa ajan ja sijais- tan myös erästä omaishoita- jaa. Tämä on mielekästä ja ih- misläheistä ja loppujen lopuksi aika samanlaista kuin minkä tahansa kodin pyörittäminen. Joustavuutta ja vapautta on samaan tapaan kuin yrittäjyydes- sä. Olen lopettanut varsinaiset yrittäjän tehtävät kokonaan ja teen tätä toivottavasti eläkeikäni asti.

Tuloni eivät ole suuret, koska olen jättänyt tietoisesti itselleni va- paapäiviä. Sijaishoitajana toimiminen ei välttämättä sovi sellaisille, jotka elävät ihan kädestä suuhun, koska kunnat saattavat maksaa palkkion kuun alussa tehdyistä vuoroista vasta seuraavan kuun lo- pussa. Mutta kiva tätä on tehdä, ja voin suositella tätä kaikille, jotka osaavat huomioida erilaisia ihmisiä ja ovat tottuneet laittamaan ruo- kaa, siivoamaan ja tekemään muitakin kotitöitä.

» Taina Korpela, Pöytyä / Varsinais-Suomi

