

# Hyvän perhehoitoarjen tarkistuslista

Näiden kysymysten avulla voit pohtia, miten ikäihmisten kokemuksiin perustuvat, hyvinvointia tuottavat asiat toteutuvat teidän arjessanne. Voit hyödyntää tarkistuslistaa eri tavoin. Voit esimerkiksi rastittaa ne asiat, jotka ovat mielestäsi kunnossa tai rastittaa asiat, joita haluaisit parantaa tulevaisuudessa.

## 1. HUOLEHDI SIITÄ, ETTÄ ARKEA ELETÄÄN YHDESSÄ IKÄIHMISEN KANSSA

- Suunnitteletko päivän kulkua yhdessä ikäihmisen kanssa?
- Ruokailenko ja kahvitteletko yhdessä ikäihmisen kanssa?
- Tunnistatko ikäihmistä aktivoivat pienetkin arkiset asiat?
- Tuetko ikäihmistä osallistumaan arjen askareisiin?
- Huolehditko siitä, että arjessa on ikäihmiselle tuttua tekemistä tai mahdollisuus seurata sitä?
- Mahdollistatko ikäihmiselle fyysisen ja aikaansaavan tekemisen?

## 2. KIINNITÄ HUOMIOTA SIIHEN, MITEN TAPASI PUHUA JA KOHDATA VAIKUTTAA IKÄIHMISEEN

- Tunnistatko, miten käyttämäsi sanat ja kohtaamisen tapa vaikuttavat ikäihmiseen?
- Kohtaatko ikäihmisen yksilöllisesti?
- Puhutko ikäihmisestä myönteisesti?
- Painottuvatko puheessasi ikäihmisen onnistumiset puutteiden ja pystymättömyyden esille nostamisen sijaan?
- Kannustatko ja rohkaisetko ikäihmistä puheellasi ja olemuksellasi?

## 3. VARMISTA, ETTÄ IKÄIHMINEN SAA TEHDÄ VALINTOJA JA PÄÄTÖKSIÄ ARJESSA

- Selvitätkö ikäihmisen tarpeet ja toiveet eri keinoja käyttäen?
- Kysytkö mielipidettä silloinkin, kun ikäihminen ei pysty sanallisesti vastaamaan?
- Tarjoatko ikäihmiselle vaihtoehtoja ja valinnanmahdollisuuksia?
- Tuetko ja ohjaatko ikäihmistä valinnoissa ja päätöksissä hänen toimintakykynsä mukaisesti?

## 4. NÄE JA HYÖDYNNÄ YMPÄRISTÖN MAHDOLLISUUDET

- Oletko järjestänyt kodin tiloja niin, että ikäihmisellä on mahdollisuus seurata ja osallistua arjen tavanomaisiin toimintoihin?
- Ovatko kodin sisä- ja ulkotilat helposti hahmotettavia ja selkeitä?
- Onko ympäristössä ikäihmisen kiinnostuksen herättäviä ja aktivoivia asioita?
- Onko ikäihmisellä mahdollisuus ulkoilla säännöllisesti eri vuodenaikoina?
- Huolehditko, että ikäihminen voi seurata luontoa, vuodenaikoja ja eläimiä?
- Tarjoatko ikäihmiselle mahdollisuuden saunoa?
- Tuetko ikäihmisten yhteyttä naapurustoon ja lähiyhteisöön?

## 5. RAKENNA PERHETTÄ JA YHTEISYYTTÄ YHDESSÄ IKÄIHMISEN KANSSA

- Tunnistatko, millaiset asiat perhehoidon arjessa muodostavat kotia ja perhettä?
- Koetko jakavasi kotisi ikäihmisten kanssa (pitkäaikainen perhehoito)?
- Keskusteletko ja päätätkö yhteisistä asioita yhdessä ikäihmisen kanssa?
- Tuetko ikäihmisen suhteita hänen läheisiinsä ja omaisiinsa?
- Tuetko ikäihmisten välisiä suhteita ja kanssakäymistä?
- Joustaako oma elämäntapasi ikäihmiselle tärkeiden arvojen ja tapojen mukaan?