

HELSINGIN



SENIORISÄÄTIÖ



**OPASLEHTINEN
PIKKU-MARIAN OMAISILLE**

Pikku-Marian yhteystietoja

Postiosoite: Schildtinpolku 4 B
00440 Helsinki

Käyntiosoite: Schildtinpolku 4 B
00440 Helsinki

Solu: _____

Omahoitaja: _____

Puhelinnumero: 020 7718 580 tai 020 7718 581

Osastonhoitaja Katri Sarala
Puh. 020 7718 579

Hoitotyön johtaja Maarit Eriksson
Puh. 020 7718 652

Fysioterapeutti Riikka Salminen
Puh. 020 7718 793

Ravintotyönohjaaja Satu Vartiainen
Puh. 020 7718 668

Sähköpostiosoitteemme ovat muotoa etunimi.sukunimi@seniorisaatio.fi

Tiedottaminen:

INFO – TV Sisäänkäynnin luona

www-sivut: <http://www.seniorisaatio.fi/>

Palautelaatikko löytyy ilmoitustaulun vierestä.

Seniorisäätiön omavalvontasuunnitelmaan voi tutustua Pikku-Marian sisäänkäyntiä vastapäätä olevan lehtihyllyn luona tai <http://www.seniorisaatio.fi/>

Pikku-Maria on palveluasumisen yksikkö, joka on osa Mariankodin toimintaa. Muut Seniorisäätiön yksiköt ovat Antinkoti, Kannelkoti sekä Pakilakoti. **Helsingin Seniorisäätiö** on itsenäinen, voittoa tavoittelematon vanhustalvveluja tuottava Helsingin kaupunkikonsernin tytäryhteisö, joka täydentää kaupungin vanhustalvveluja. Seniorisäätiön sääntöjen mukaan toiminnan tarkoitus ei ole voiton tuottaminen. Helsingin kaupunkikonsernin asettamien tavoitteiden mukaan Seniorisäätiön palveluiden kehittämistä tehdään samojen linjausten pohjalta kuin kaupungin omien vanhustalvvelujen. Helsingin kaupunki ostaa kaikki Seniorisäätiön 532 hoitopaikkaa ja osoittaa asiakkaan vapautuville paikoille, tekee asiakkaan palvelutarpeen arvioinnin ja myöntää palvelun sekä vastaa asiakasmaksujen perimisestä.

Helsingin Seniorisäätiössä työskentelee lähes 500 työntekijää, joista noin 90 työskentelee Mariankodissa. Pikku-Mariassa on 14 työntekijää. Osastonhoitaja, kolme sairaanhoitajaa sekä 10 hoitajaa. Lisäksi Pikku-Mariassa on fysioterapeutti yhtenä päivänä viikosta, pääsääntöisesti maanantaisin (tavoitettavissa myös tarvittaessa) sekä yksi siistiä. Aamuvuorossa Pikku-Mariassa työskentelee arkisin neljä hoitajaa ja iltavuorossa kolme. Lisäksi on vielä ns. välivuorolainen jonka työaika on 12.00 – 20.00. Viikonloppuisin aamuvuorossa ja iltavuorossa on kolme hoitajaa sekä välivuorolainen 11.00 – 19.00. Yöaikana on yksi hoitaja, joka saa tarvittaessa apua Mariankodista.

Pohjois-Haagassa sijaitsevassa Pikku-Mariassa on 22 asukaspaikkaa ja se on profiloitunut muistisairaiden hoitoon. Osasto on jaettu kolmeen soluun Ruusula, Koivula ja Ahola.

Asukkaidemme läheiset ovat aina tervetulleita Pikku-Mariaan. Sisäänkäynti on Schildtinpolulta ja alaovi on auki klo 7.00 – 19.30. Pikku-Maria sijaitsee rakennuksen ylimmässä kerroksessa. Turvallisuussyistä ovet pidetään lukossa 24/7. Sisälle pääsee soittamalla ovikelloa tai koodin avulla.

Mariankodilla on joitakin parkkipaikkoja Schildtinpolun ja Hopeatien välisellä parkkipaikalla. Alueella on aktiivinen pysäköinnin valvonta ja pysäköintiin oikeuttavan vihreän pysäköintiluvan saa Mariankodin alakerran toimistosta tai Pikku-Marian henkilökunnalta. Kahden tunnin kiekko paikkoja on Hopeatien varrella, lisäksi Pohjois-Haagan aseman lähellä on parkkipaikkoja.

Pikku-Mariassa kiinnitetään huomiota käsihygieniaan infektioiden ehkäisemiseksi. Käytävillä ja asukashuoneissa on käsihygienian hoitoon tarkoitettuja käsihuuhteita, joita myös omaisten toivotaan käyttävän. Käsien desinfiointi huuhteella on suositeltavaa osastolle tullessa ja sieltä poistuttaessa. Käsihuuhdetta hierotaan kuiviin käsiin, sitä ei pestä eikä kuivata pois vaan jätetään iholle. Huuhdetta tulee olla riittävästi, n. 3-5ml /kerta. Henkilökunta opastaa mielellään käsihygienian noudattamisessa.

HOITO JA PALVELUT PIKKU-MARIASSA

Pikku-Mariassa annettava palvelu on sosiaalihuoltolain alaista pitkäaikaista asumista ja asiakkaan avuntarpeeseen perustuvaa ympärivuorokautista hoitoa eli **tehostettua palveluasumista**. Henkilökuntamme on sitoutunut toimimaan Säätiön arvojen (arvostus, itsemääräämisoikeus, yksilöllisyys, turvallisuus, ammatillisuus) ja eettisten periaatteiden mukaan. Strategiset painopisteet *"Eettisesti kestävä hoito ja hoiva"*, *"Osaava, riittävä, sitoutunut henkilöstö"*, *"Koulutusta vastaavat työtehtävät"*, *"Työhyvinvointi"*, *"Omaisyyhteistyö ja vuorovaikutus"*, *"Kustannustehokkuus"*, *"Ympäristötietoisuus"*, *"Tiedolla johtaminen, valmentava johtaminen"* ovat Säätiön arvopohjaan perustuvia ja kulkevat kaikissa toiminnoissa mukana.

Meille on tärkeää, että asukkaamme kokevat Pikku-Marian omaksi kodikseen ja he voivat osallistua yhteisön arkeen. Tahdomme, että jokainen asukas voi tuntea elävänsä omannäköistä elämää Pikku-Mariassa ja että asukkaiden arkea rytmittävät hänen yksilölliset tarpeensa, tottumuksensa ja unelmansa. Tämän vuoksi toivomme saavamme tietoa uudesta asukkaastamme, hänen mieltymyksistään, tavoistaan ja elämänhistoriastaan mahdollisimman kattavasti hänen muuttaessaan Pikku-Mariaan. Te uuden asukkaamme läheisenä voitte olla suureksi avuksi silloin, kun asukas itse ei vointinsa vuoksi kykene kertomaan meille elämästään ja hänelle tärkeistä asioista.

Jokaiselle asukkaalle on nimetty **omahoitaja**, jonka kanssa asukas tutustuu elämään Pikku-Mariassa. Omahoitaja kuuntelee asukkaan toiveita ja huolehtii asukkaan henkilökohtaisten asioiden hoitumisesta. Omahoitajan puoleen asukas ja hänen omaisensa voivat käännyä kaikissa asioissa. Oman hoitajan ollessa poissa asioissa voi käännyä muun hoitotiimin puoleen. Asukkaan muutettua Pikku-Mariaan järjestämme **hoitoneuvottelun**, johon osallistuvat omahoitajan lisäksi asukas, hänen omaisensa / läheisensä, osastonhoitaja ja solun sairaanhoitaja sekä tarpeen mukaan muita hoitotiimin jäseniä kuten fysioterapeutti ja asukastoiminnan ohjaaja. Hoitoneuvottelussa jatketaan tutustumista asukkaaseen ja hänen läheisiinsä, keskustellaan asukkaan hoidon tarpeista ja toiveista sekä siitä, minkälaisia mahdollisuuksia niiden toteutumiseen Pikku-Mariassa on ja sovitaan omaisen roolista asukkaan arjessa. Hoitoneuvottelun jälkeen omahoitaja huolehtii sovittujen asioiden viemisestä hoitosuunnitelmaan ja kirjoittaa neuvottelusta yhteenvedon.

Lääkäripalvelut järjestetään palveluasumisessa Helsingin kaupungin palvelualueiden hankkimana ostopalveluna. Pikku-Marian lääkäripalveluista vastaa Espero Lääkäripalvelut. Terveyskeskus veloittaa asukasta lääkärinkäynnistä. Lääkäri käy Pikku-Mariassa kahden kuukauden välein. Lisäksi lääkäri on viikoittain yhteydessä hoitajiin. Virkaaikana hoitajat voivat konsultoida lääkäriä akuuteissa asioissa ja muina aikoina ollaan yhteydessä terveyskeskuspäivystykseen. Omaisets voivat keskustella asukkaan hoitoon liittyvistä asioista henkilökunnan kanssa, ja henkilökunta välittää tiedon lääkärille. Halutessaan omainen voi jättää soittopyynnön lääkärille tai sopia tapaamisesta lääkärin kanssa.

Laboratorio-, röntgen- ja kotisairaalapalvelut tuottaa Helsingin terveyskeskus. Liikkuva laboratorio huolehtii Pikku-Marian asukkaiden laboratorionäytteiden otosta. Palve-

lupalossa asuvilla on oikeus kaikkiin niihin palveluihin ja etuuksiin, joita on kotona asuvillekin tarjolla. Maksut määräytyvät terveydenhuollon maksujärjestelmän mukaisesti samojen perusteiden mukaan kuin kotona asuvalla.

Apteekkipalveluista on tehty sopimus Lassilan apteekin kanssa. Asukkaan tullessa Pikku-Mariaan hän tai hänen asioidenhoitajansa allekirjoittaa valtakirjan Lassilan apteekille, joka hoitaa jatkossa lääkkeiden toimituksen ja laskutuksen. Hoitava lääkäri määrää lääkityksen, uusii lääkemääräykset ja tarkistaa asukkaan lääkityksen säännöllisin väliajoin. Samalla valtakirjalla omahoitaja voi tilata apteekista asukkaan hygieniatuotteet, jos niin on sovittu.

Palveluasumisessa olevat vanhukset rinnastetaan kotona asuviin ja saavat sosiaali- ja terveysvirastosta maksuttomia **omahoitotarvikkeita** samoin perustein kuin kotona asuvat. Omahoitaja huolehtii siitä, että asukkaalla on palvelutarpeen mukaiset omahoitotarvikkeet.

Fysioterapian tavoitteena on mahdollistaa hyvä elämänlaatu sekä mahdollisimman itsenäinen toiminta. Toimintakykyä tukevien fysioterapiaharjoitteiden avulla tuetaan sujuvaa arkea. Fysioterapian keinoin pyritään ennaltaehkäisemään, hidastamaan ja korjaamaan liikunta- ja toimintakyvyn heikkenemistä. Fysioterapeutti arvioi myös apuvälinetarpeen, tilaa tarvittavat apuvälineet Helsingin kaupungin apuvälinepalvelupisteestä sekä ohjaa niiden käytössä. Omaiset huolehtivat apuvälineiden kuljetuksesta Pikku-Mariaan sekä palautuksesta apuvälinepalvelupisteeseen. Fysioterapeutti opastaa omaisia myös lonkkahousujen ja erilaisten asentohoitotyynyjen hankkimisessa. Asentohoitotyynyjen avulla ehkäistään mm. painehaavojen ja virheasentojen syntymistä. Fysioterapiapalveluita voi täydentää hankkimalla fysioterapiapalveluita yksityisiltä palveluntuottajilta.

Mariankodin oma keittiö tekee asukkaillemme hyvää, **perinteistä kotiruokaa** huomioiden ikääntyneiden valtakunnalliset ravitsemussuositukset. Ruokalistan suunnittelussa on huomioitu asukkaidemme mieliruokat. Aamiainen tarjoillaan klo 8.00 – 10.00, lounas klo 12.30, päiväkahvi noin klo 15, päivällinen klo 17.30 ja iltapalaa saa vielä ennen yövuoron alkamista. Henkilökuntamme huolehtii, että jääkaapista löytyy helposti syötäviä välipaloja myös yöaikana tarjottavaksi.

Sosiaalityöntekijän palvelut asukas saa Pikku-Mariaa edeltävän kotiosoitteen mukaiselta vanhusten palvelujen vastuualueen sosiaali- ja lähityön yksikön sosiaalityöntekijältä. Sosiaalineuvontaa saa myös Seniorisäätiön sosiaalihojaajalta puh. 020 7718 516.

Hoitomaksun laskutuksesta vastaa Helsingin kaupunki. Palveluasumisen maksusta päättää Helsingin sosiaali- ja terveystalokunta. Palveluasumisessa asiakkaan henkilökohtaiseen käyttöön jää 20 % nettotuloista, kuitenkin vähintään 254 € / kk. Käyttövaran tarkoituksena on kattaa terveydenhuoltomenot, lääkkeet, matkakulut, puhelimen käyttökulut, parturi-kampaajamaksut, jalkojenhoitajan palvelut, vaatteet, silmälasit, terveydenhuoltomenot, harrastustoiminta, proteesit, hygieniatuotteet yms. Laskutusasioissa yhteys Helsingin kaupungin asukaslaskuttajaan puh. 09 310 62 331.

HUONEET JA NIIDEN KALUSTAMINEN

Olemme iloisia, jos taloomme muuttava asukas saa uuteen kotiinsa esim. valokuvia elämänsä varrelta, mielimusiikkiaan ja – kirjojaan, tauluja sekä muita hänelle tärkeitä tavaroita ja huonekaluja aikaisemmasta kodistaan. Tutut esineet ja oman tyylin säilyttäminen huoneen sisustuksessa auttavat asukasta kotiutumaan uuteen ympäristöön. Henkilökuntamme keskustelee mielellään kanssanne siitä, mitä kaikkea vanhasta kodista voi tuoda Pikku-Mariaan.

Pikku-Marian puolesta huoneissa on sähkösäädettävä sänky, yöpöytä ja vaatekaappi. Koska turvallisuus on meille tärkeä asia, on huoneiden kalustamisessa huomioitava paloturvallisuus sekä se, että asukkaan on turvallista liikkua huoneessa. Asukkaiden tavaroita ei ole vakuutettu Pikku-Marian puolesta, joten suosittelemme kotivakuutuksen ottamista. Arvoesineet on syytä jättää omaisten säilytettäväksi tai viedä pankin tallelokeroon, sillä emme vastaa kadonneista arvoesineistä.

Yhteisissä tiloissa on asukkaiden yhteiskäytössä oleva televisio. Asukas voi tuoda omaan huoneeseensa käyttöturvallisen television (korkeintaan kolme vuotta vanha, huollettu tv). Myös radion ja/tai cd- soittimen hankkiminen huoneeseen voi piristää asukasta, jos asukas on kotona asuessaan tottunut kuuntelemaan radiota tai musiikkia.

VAATTEET JA VAATEHUOLTO

Asukkaiden liinavaatteet (lakanat, tyynyliina, peitto, tyynty, pyyhkeet) hankitaan Pikku-Marian puolesta, kaikista muista vaate- ja tekstiilihankinnoista huolehtii asukas yhdessä omaisen kanssa. Mariankodin puolella käy säännöllisesti vaatemyyjä, joiden kautta vaatteiden ostaminen käy helposti. Suositeltavaa on, että vaatteet ovat joustavia ja helposti puettavissa. Kaikki asukkaiden vaatteet ja tekstiilit tulee nimikoida asukkaan nimellä ja tekstillä Pikku-Maria tai osasto 6 (esim. Matti Meikäinen, Pikku-Maria), jotta vaatteet löytävät oikean omistajan pesun jälkeen. Nimikointinauhaa on tilattavissa esim. Euroteam Oy:stä puh: 06 – 450 8400 tai www.euroteam.fi. Niminauhat ommellaan puseroissa kauluksen sisäpuolelle ja housuissa vyötärön takaosaan, jotta nimet löytyvät helposti pyykkiä käsiteltäessä. Merkkauksynällä merkityistä vaatteista kuluu merkintä pesujen myötä pois.

Asukkaiden vaatteet pestään Seniorisäätiön pesulassa Mariankodissa. Kaikki pyykki pestään 70 asteessa (lämpödesinfektio), mikä on tärkeä huomioida vaatet materiaalien valinnassa. Tekstiilit, joissa on 60 asteen merkintä ja myös esim. fleece, samettitrikoo ja laadukas puuvilla (ei neuleet), jossa on 40 asteen merkintä kestävät hyvin tämän pesun. Arkoja ym. erityishuoltoa tarvittavia vaatteita ei voi lähettää pesuun Seniorisäätiön pesulaan vaan niiden pesemisen ja huollon järjestää asukas itse.

Pidämme Pikku-Mariassa tärkeänä, että asukkaamme saavat nauttia ulkoilmasta ja kokea elämää myös Pikku-Marian ulkopuolella. Ulkoilu kuuluu oleellisena osana toimintaamme, ja sen mahdollistamiseksi tulee asukkaalla olla vaatekerrat eri vuodenaajoille ja vaihtuville säille. Pidättehän siis huolen, että läheisillänne on tarvittavat varusteet

ulkona olemista varten. Henkilökuntamme neuvoo mielellään vaate- ja kenkähankinnoissa.

PIKKU-MARIAN ARKI

Haluamme mahdollistaa asukkaillemme kokemuksellisesti rikkaan arjen, jossa on tilaa myös elämän pienille nautinnoille. Pikku-Marian arki on asiakaslähtöistä, aktiivista ja virikkeellistä. Myös hengelliset tarpeet on huomioitu säännöllisten hartaustilaisuuksien myötä. Pikku-Marissa tapahtuvan toiminnan lisäksi asukkaat osallistuvat myös Mariankodin toimintaan. Mariankodissa toimii myös Pohjois-Haagan palvelukeskus ja palvelukeskuksen toimintaan voivat asukkaat myös osallistua. Mariankotiin pääsee kätevästi yhdyskäytävää pitkin tai pihan poikki. Kaikkiin tilaisuuksiin ovat myös omaiset ja läheiset tervetulleita. Tapahtumista tiedotetaan info-televisiossa ja omaisille sähköpostiin lähetettävillä viikko-ohjelmilla ja kuukausitiedotteilla. Ilmoitathan näitä varten sähköpostiosoitteesi hoitajille. Huomioimme toiminnassamme vuoden kierron ja juhlapyhät järjestämällä erilaisia juhlia ja tilaisuuksia. Tapakulttuurioppaaseemme voi tutustua kotisivuillamme (www.seniorisaatio.fi).

Koemme tärkeäksi asukkaidemme yksilöllisten toiveiden toteuttamisen. Jokaisella asukkaalla tulee olla käytössä omaa rahaa itselle mieluisiin asioihin kuten esim. retkiin, ostoksilla käyntiin, kampaajalle ja hierontaan. Toivottavaa on, että asukkaille tuotaisiin kerrallaan vain kohtuullisesti rahaa. Olisi hyvä, jos asukkaalla olisi vähintään 50€ säilytyksessä KELA – kyytejä varten. Osastolla säilytettävä summa on enintään 300 €. Rahat säilytetään osastolla kassakaapissa. Silloin kun asukas ei vointinsa vuoksi pysty itse hoitamaan raha-asioita, niistä vastaa asukkaan asioita hoitava omainen. Mikäli asukkaalle on määrätty edunvalvoja, henkilökuntamme hoitaa raha-asiat edunvalvojan kanssa. Arvoesineet, kuten korut, on syytä jättää omaisten säilytettäväksi tai viedä pankin tallokeroon. Pikku-Maria ei vastaa kadonneista arvoesineistä.

Haluamme tukea asukkaidemme sosiaalisten suhteiden jatkumista mahdollisimman normaaleina heidän muutettuaan Pikku-Mariaan. Asukkaan läheisenä voitte monin tavoin osallistua omaisenne arkeen. Läheisten kanssa vietetyt yhteiset ruokailut, kahvihetket ja ulkoilu sekä retket Pikku-Marian ulkopuolelle rikastuttavat asukkaan elämää ja tukevat hänen hyvinvointiaan. Mariankodin itsepalvelukanttiini palvelee Mariankodin toisessa kerroksessa, Mariantuvassa. Kahviautomaatista saa aina tuoretta, kahvipavuista jauhettua kahvia sekä kaakaojuomia. Automatti toimii kolikoilla. Mariantuvassa on myös tietokone, pelejä yms. asukkaiden ja läheisten käyttöön. Hopeatien palvelutalossa (Hopeatie 14) on myös kahvila, jossa voi käydä. Läheiset voivat myös ruokailla asukkaan kanssa Mariankodin ruokasalissa edulliseen hintaan. Ruokalista näkyy info-televisiosta ja e-ruokalista löytyy osoitteesta:

<http://aromimenu.cgisaas.fi/SeniorisaatioAromieMenus/Default>

Henkilökuntamme keskustelee mielellään Pikku-Marian ulkopuolelle suuntautuvista retkistä kannassanne ja auttaa tarvittaessa järjestelyissä. Asukkaamme voivat käydä myös kotilomilla, josta sovitaan yhdessä hoitohenkilökunnan kanssa.

Osastolle tilataan syntymäpäiväkakku silloin kun asukas täyttää 70 / 80 / 90 / 100 ja siitä eteen päivän joka syntymäpäivä. Kakku on tarkoitettu syntymäpäiväsankarille ja muille Pikku-Marian asukkaille, jotta he voivat juhlistaa päiväsankaria. Jos omaiset haluavat juhlistaa asukkaan syntymäpäivä tai muita merkkipäivä, voidaan niitä järjestää Pikku-Marian takkatuvassa. Myös Mariankodin tilat ovat hyödynnettävissä. Tilan varauksesta ja järjestelyistä sovitaan henkilökunnan kanssa. Jos tilaisuuteen halutaan hankkia tarjoiluja, tulee niistä sopia viimeistään paria viikkoa ennen ravintokeskuksen henkilökunnan kanssa. Ravintokeskuksesta saa tarkempaa tietoa myös hinnoista.

HYVINVOINTIA TUKEVAT PALVELUT

Pikku-Maria tekee yhteistyötä alla mainittujen yksityisyrittäjien kanssa. Asukkaalla ja omaisella on oikeus hankkia asukkaan hyvinvointia tukevat palvelut haluamaltaan taholta.

Hiusten leikkaus: Kampaamo-parturi Sirpa huolehtii asukkaiden hiustenleikkauksesta Pikku-Marian tiloissa. Ajanvaraus tapahtuu hoitajien kautta ja maksu tapahtuu laskulla hintaan 22–27€. Omainen voi tilata kampaajapalvelut myös muualta ja huolehtia itse kuljetuksista.

Jalkojenhoitaja Marjo Palkeinen käy Pikku-Mariassa n. kerran kuukaudessa. Henkilökuntamme huolehtii ajanvarauksesta jalkojenhoitoon. Jalkojenhoito maksaa 40 €, sormenkynsien leikkaaminen 10 €.

Hieroja Erja Turpeinen käy hieromassa Pikku-Mariassa asukkaita sopimuksen mukaan opaskoira - tassuterapeutti Celjan kanssa. Ajanvaraus hoitajien kautta tai puh. 050 350 4035. 30 minuutin hieronta maksaa 28 €.

Veteraaneilla, lotilla ja sotainvalideilla on mahdollisuus anoa **avokuntoutusta**. Veteraanikuntoutusta haetaan veteraanitoimiston kautta, lottakuntoutusta Lotta Svärd –järjestöstä.

HELSINGIN SENIORISÄÄTIÖ SOSIAALISESSA MEDIASSA



Kaikkien kanavien periaatteena on avoimuus, ajankohtaisuus, asiallisuus ja vuorovaikutteisuus.

Helsingin Seniorisäätiön some-päivityksiä voit seurata säätiön verkkosivuilla, www.seniorisaatio.fi vaikka et itse olisi kirjautunut palveluihin.



www.facebook.com/seniorisaatio @seniorisaatio



twitter.com/seniorisaatio @seniorisaatio



Youtube Helsingin Seniorisäätiö



www.instagram.com/helsinginseniorisaatio/ @helsinginseniorisaatio

