



Hyvinvointilähete on
käytössä Kemijärvellä,
Muoniossa,
Enontekiöllä ja
Sodankylässä!

Hyvinvointilähete

*-toimintamalli ihmisen tukemiseksi
yhteisöllisin keinoin*

Mika Heikkilä, projektipäällikkö ja Tarja Mouhi, projektisuunnittelija

Lapin sairaanhoitopiiri

Linkki lappilaiseen hyvinvointiin –hanke 2020 - 2022

Social Prescribing → Hyvinvointilähetä

- Social Prescribing on käytössä mm. Iso-Britanniassa, Alankomaissa, Itävallassa ja Kanadassa.
- Englannissa Social Prescribing –toiminnan tuloksina on ollut muun muassa perusterveydenhuollon kuormituksen vähentyminen ja elämänlaadun kohentuminen. Toiminta on arvioitu kustannusvaikuttavaksi ja se on keskeinen osa NHS:n strategiaa.

Mistä on kyse?

- Perimmäinen syy sosiaalisen reseptin käyttöön kaikkialla sama:
- Pyrkimys auttaa ihmisiä, joiden ongelmiin ei voida vastata terveydenhuollon keinoin.
- Toiminnan tavoitteena on kaikkialla ihmisten elämänhallinnan vahvistaminen ja yksinäisyyden tai lievien mielenterveysongelmien vähentäminen.



Hyvinvointilähetä – kohdennettua yksilökohtaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä

Sote-ammattilaisen ja asiakkaan tekemä lähetä linkkihenkilölle

Linkkihenkilön antama henkilökohtainen tuki

Liittyminen yhteisön terveyttä ja hyvinvointia edistävään toimintaan

Hyvinvointilähete – kohdennettua yksilökohtaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä

- Hyvinvointilähetteen tavoitteena on, että asiakas löytäisi yhteisöllisestä toiminnasta oman paikkansa ja kokisi oman hyvinvointinsa vahvistuvan yhteiskunnallisen osallisuuden vahvistuessa.



Hyvinvointilähete

Sosiaali- ja terveydenhuollossa havaitaan asiakkaalla/potilaalla sellaista tuen tarvetta, johon sote - palveluilla ei voida vastata.

Linkkihenkilön tuki ei korvaa sosiaali- ja terveystalveluita.

Koordinoiva linkkihenkilö kunnassa vastaanottaa hyvinvointilähetteen ja kartoittaa asiakkaalle sopivan linkkihenkilön.

Linkkihenkilön ja asiakkaan yhteisen työskentelyn jakso 1-6kk.

Tapaamisten sisältö tukee asikasta hänen omien tavoitteiden saavuttamisessa.

Hyvinvointilähetteen avulla tuetaan ihmistä saamaan kiinni asioista, jotka lisäävät hänen hyvinvointiaan.

Hyvinvointilähete ja linkkihenkilön tuki ovat yksilökohtaista hyvinvoinnin ja terveydenedistämistyötä kunnassa.

Kenelle hyvinvointilähete on tarkoitettu?

- Hyvinvointilähetteen tarpeita voivat olla esim. yksinäisyys, syrjäytyminen tai sen riski, elintapamuutoksen tarve tai mielialaoireet.
- Tarve voi syntyä elämänmuutoksen, esimerkiksi eläköitymisen, leskeytymisen, sairastumisen tai vaikkapa uudelle paikkakunnalle muuton seurauksena.
- Hyvinvointilähete kohdentuu tilanteisiin, joissa ihmisellä on erityisiä tarpeita tai esteitä osallistumiseen.



No mikäs se linkkihenkilö oikein on?

- Linkkihenkilö on saanut koulutuksen työhönsä ja saa korvauksen linkkihenkilötyöstä. Linkkihenkilötyö ei ole sosiaali- ja terveysalan työtä.
- Linkkihenkilötyössä toipumisorientaation mukainen ajattelu toimii yläkäsitteenä ja lähestymistapana. Lähetteen saanut ihminen on aktiivinen toimija. Oma motivaatio, tarpeet ja tavoitteet ovat keskiössä.
- Asiakkaan ja linkkihenkilön yhteisessä työskentelyssä ei ole ammattilaisen ja asiakkaan välistä valta-asetelmaa, vaan toiminta rakentuu kahden vertaisen kohtaamiseen.





Yksinäisyys ja kotijumi

- Kun ihminen tulee tarpeineen kuulluksi, nähdyksi ja hyväksytyksi, on yhteistyösuhteeseen rakentunut sosiaalista luottamusta.
- Jos ihminen saa myös kokemuksen, että hänet otetaan vastaan esimerkiksi järjestötoiminnassa tai harrastusryhmässä, niin ollaan päästy jo pitkälle.
- Halu osallistua ja toimia yhteisössä voivat olla merkityksellisiä myös oman arvon kokemukselle. Itsensä arvokkaana näkeminen taas voi johtaa haluun huolehtia itsestään ja hyvinvoinnistaan.



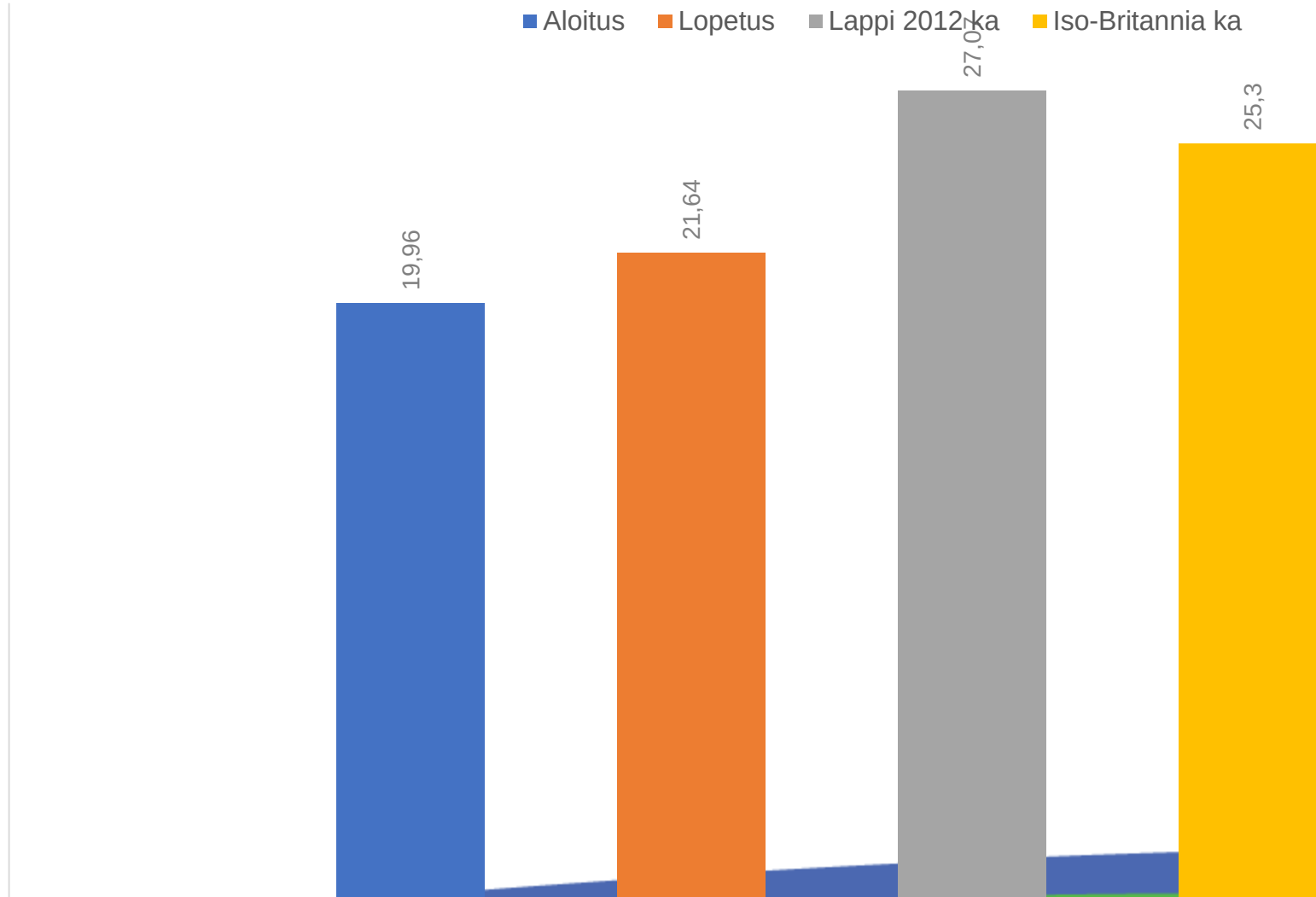
”Sitä alkaa
tuntuu taas
elävänsä niinku
ihminen.”

Case: Ikäihmisten yksinäisyyden vähentäminen

- Hyvinvointilähete tuo esiin tarpeita, mutta mikä rooli sillä on esiin nousseiden asioiden jatkokehittämisessä?
- Verkoston kokoaminen vastaamaan tarpeeseen? (esim. järjestöt, srk, vapaaehtoiset, kunnassa asian kannalta keskeiset työntekijät)
- Kunnasta tarvitaan taustatuki (arvo- ja päätösvalta) uuden toiminnan taakse.



SWEMWBS PAINOTETUT PISTEMÄÄRÄT



Hyvinvointilähetteet ovat kohdistuneet henkilöille, joilla on Lapin keskiarvoa heikompi kokemus mielen hyvinvoinnista eli voimavaroista kohdata esim. arjessa vastuksia.

Henkilö, jolla on fyysinen tai psyykkinen sairaus, voi kokea positiivista mielenterveyttä ja se on hänelle merkittävä voimavara. Sairauden puuttuminen ei automaattisesti ole yhteydessä mielen hyvinvointiin.

- ”Silloin, kun minulla oli tapaaminen Anun kanssa, niin minun mieleni kohentui huomattavasti.”
- ”Linkkihenkilön kiireettömyys ja positiivinen luonne auttoi hyvinvointiin.”
- ”Keskustelu ja ajan antaminen”
- ”Olen odottanut tapaamisia ja on ollut mukavan vaihtelevaa sisältöä.”
- ”Keskustelu ja kahvilla käyminen tai ylipäänsä kodin ulkopuolella käyminen.”
- ”Oli mukavaa käydä linkkihenkilön kanssa valokuvaamassa luonnossa. Tulistelu ja virtaavan veden rauhallisuus olivat mukavaa.”



Hyvinvointilähete soten- ja hyten rajapinnalla

- Hyvinvointilähete toimii ammattilaiselle välineenä ohjata asiakas kunnassa tarjolla olevaan kulttuuri-, liikunta- tai järjestötoimintaan linkkihenkilön tuella saattaen.
- Asiakkaan luvalla linkkihenkilö voi myös välittää lähetteen tehneelle sote - ammattilaiselle tietoa asiakkaan arjesta osallistumalla asiakkaan kanssa tapaamisiin sekä toiminnan lopussa tehtävän palautteen kautta.
- Toimintamalliin kuuluu myös, että hyvinvointilähetteiden kautta esiin tullutta tietoa ihmisten tarpeista viedään yhteisössä eteenpäin, jotta paikallisesti tarjolla oleva toiminta kehittyisi ja osallistumisen esteitä pystyttäisiin madaltamaan.

Järjestöt, kuntalaiset ja lähetteitä tekevät mukaan jo suunnitteluvaiheessa

- Kuntalaisten osallistaminen toimintamallista käytävään keskusteluun esim. kutsumalla mukaan työpajoihin.
- Jos toimintamallin kohderyhmäksi on suunniteltu erityistä kohderyhmää, voidaan työpajoihin kutsua kokemusasiantuntijoita, joilla on omakohtaista kokemusta kohderyhmän tilanteista ja haasteista.
- Järjestöjen kanssa keskustelun käyminen heti alusta saakka on myös tärkeää, jotta välttyttäisiin väärinymmärryksiltä ja vastakkainasetteluilta. Linkkihenkilöt eivät korvaa järjestöjen vapaaehtoisten roolia, mutta toimivat ihmisen saattajana vahvempaan kansalaisyhteiskunnan osallisuuteen, jossa järjestöjen rooli on toimia vastaanottavana tahona.



Animaatio hyvinvointilähetteestä:

<https://youtu.be/SNwapagzvW8>

