

Saattohoidon vapaaehtoisia koulutetaan hoivakoteihin

KIRKKONUMMI

– On arvokasta ja merkityksellistä saada olla vanhuksen vierellä, jonka elämä on hyvin hauras. Näin tiivistää ajatuksensa Espoossa asuva Veronica Witikka, joka on toiminut usean vuoden ajan saattohoidon vapaaehtoisena.

Saattohoidon vapaaehtoistoimintaa ollaan käynnistämässä nyt myös Kirkkonummella. Tammikuussa alkavaan saattohoidon vapaaehtoisten koulutukseen ollaan parhaillaan etsimässä vanhusystävällisiä ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneita Kirkkonummen ja lähialueen asukkaita.

Kahden illan starttikoulutus järjestetään hoivakoti Lehmuskartanossa. Saattohoidon vapaaehtoiset kut-

sutaan koulutuksen jälkeen hoivakodissa tapahtuvaan haastatteluun ja perehdytykseen, jonka jälkeen vapaaehtoinen voi toimia hoivakodissa asuvien vanhusien elämän loppuvaiheen tukena.

Ihmisenä ihmiselle

Saattohoidon vapaaehtoisen tärkein tehtävä on viettää kiireetöntä aikaa hoivakodissa asuvan vanhuksen vierellä. Vapaaehtoinen ei tee hoitotyötä eikä toimi hoitajana, mutta tuo läsnäolollaan vanhuksen elämän viimeisiin aikoihin lohtua, seuraa ja turvaa.

– Riittää, että on tavallisen ihmisenä läsnä toiselle ihmiselle. Vanhuksen voimista ja toiveista riippuen vapaaehtoinen voi jutel-

la, pitää kädestä, koskettaa, laulaa – tai vain istua hiljaa vierellä, kertoo pitkään saattohoidon vapaaehtoisena toiminut Arja Kalmari Kauniaisista.

– Vaikka vanhus olisi vaikeasti muistisairas eikä sanoja enää ole ja voimat ovat hyvin vähissä, hän aistii, että vierellä on toinen ihminen.

Eriytyisen tervetullut saattohoidon vapaaehtoinen on niiden hoivakodissa asuvien yksinäisten vanhusien vierelle, joiden luona ei käy omaisia tai läheisiä.

Vapaaehtoinen voi läsnäolollaan keventää myös läheisten taakkaa.

– Läheinen voi tarvita lepoa, muttei raaski jättää vanhusta yksin. Tieto siitä, että joku on vanhuksen vierellä, helpottaa, kertoo Kalmari.



ARJA KALMARI toimii saattohoidon vapaaehtoisena Kauniaisissa.



SAATTOHOIDON vapaaehtoisten starttikoulutus käynnistyy tammikuussa Kirkkonummella hoivakoti Lehmuskartanossa.

Eri tapoja toimia saattohoidon vapaaehtoisena

Saattohoidon vapaaehtoisten starttikoulutuksen järjestää sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön rahoittama kolmevuotinen Lohtua läsnäolosta -hanke. Hankkeessa koulutetaan saattohoidon vapaaehtoisia pääkaupunkiseudulla ja Länsi-Uudellamaalla toimiviin hoivakoteihin.

– Vapaaehtoinen voi itse päättää, miten paljon aikaa hän haluaa käyttää toimintaan, selventää projektipäällikkö, FT Kristiina Niemelä.

– Hoivakodeissa asuu paljon yksinäisiä vanhuksia, jotka kaipaavat juttuseuraa. Saattohoidon vapaaehtoinen voi toimia vanhuksen pitempiä aikaisena ystävä. Tai saattohoidon vapaaehtoinen kutsutaan paikalle

vasta varsinaisessa saattohoitovaiheessa, kun tiedetään, ettei elämää ole enää paljon jäljellä. On myös niitä saattohoidon vapaaehtoisia, jotka ovat valmiita tulemaan vanhuksen vierelle yöaikaan, kertoo Niemelä.

Tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin

Saattohoidon vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneilta ei edellytetä hoitoalan koulutusta tai työkokemusta. Tärkeintä on kyky kuunnel-

la ja olla läsnä. Ennen kaikkea tarvitaan myötäelämisen taitoa.

– Saattohoidon vapaaehtoiset kertovat usein siitä, miten merkityksellisenä ja tärkeänä he tätä toimintaa pitävät. Vanhuksen vierellä vietetyt hetket voivat olla samanaikaisesti sekä raskaita että äärimmäisen koskettavia, sanoo Kristiina Niemelä.

RITVA PIHLAJA

KIINNOSTAISIKO SINUA TOIMIA SAATTOHOIDON VAPAAEHTOISENA?

- Saattohoidon vapaaehtoisten starttikoulutus järjestetään hoivakoti Lehmuskartanossa (Pippolanrinne 1, Kirkkonummi) kahtena tiistai-iltaa 11.1. ja 18.1.2022 kello 17.00–19.30.
- Starttikoulutukseen käyneet voivat toimia saattohoidon vapaaehtoisena hoivakoti Lehmuskartanossa.
- Lisätietoja ja starttikoulutukseen ilmoittautuminen: Lohtua läsnäolosta -hanke, kristiina.niemela@sro.fi.