



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Omahoitovalmennus-ryhmänohjaajakoulutus



Osaamista ryhmämuotoiseen muistiohjaukseen yksin asuville ja yksinäisyyttä kokeville iäkkäille ihmisille

Omahoitovalmennus-koulutus

Omahoitovalmennus-toiminta on ryhmämuotoista ja omahoitotaitoja valmentavaa muistiohjausta elämään muistioireiden kanssa. Omahoitovalmennus-koulutus antaa valmiudet voimavaralähtöisen, tavoitteellisen ja asiakaslähtöisen Omahoitovalmennus-ryhmän suunnitteluun, toteutukseen ja ohjaamiseen iäkkäille ihmisille, joita yksinäisyys ja huoli muistin alentumisesta koskettaa. Vuorovaikutteisessa koulutuksessa käsitellään iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä, muistin alentumista ja yksin asumisen teemoja, voimaantumista ja hyvinvointia edistäviä sisältöjä. Lisäksi koulutuksessa paneudutaan ryhmädynamiikkaan sekä tarkastellaan omaa ohjaustyöskentelyä.

Koulutuksemme soveltuu kaikille ryhmänohjauksesta kiinnostuneille. Koulutuksen tärkein osallistumiskriteeri on motivaatio ryhmänohjaamiseen ja iäkkään ihmisen hyvinvoinnin lisäämiseen voimavaralähtöisen, osallistavan ryhmätoiminnan avulla.

Tutkitusti vaikuttava Omahoitovalmennusryhmä edistää omahoitotaitoja, lievittää yksinäisyyttä ja auttaa ylläpitämään hyvinvointia ja omatoimista arkea.

” Olen kasvanut ryhmänohjaajana sekä oppinut pohtimaan ja luottamaan toimintaani.

Omahoitovalmennus-koulutuksen rakenne

Omahoitovalmennus-koulutukseen sisältyy viisi koulutuspäivää, joiden yhteydessä osallistujat ohjaavat Omahoitovalmennusryhmää parityöskentelynä viikoittain kolmen kuukauden, 12 ryhmätapaamisen ajan. Koulutuksia järjestään sekä lähi- että verkkokoulutuksina.

Vapaaehtoistoimijoille ja opiskelijoille koulutus on maksuton. Muille osallistujille koulutus maksaa 100 € / henkilö. Hinta sisältää viisi koulutuspäivää, koulutuspäivien materiaalit sekä mentoroinnin Omahoitovalmennusryhmänohjaajalle.

Omahoitovalmennus-toiminnan taustalla on Vanhustyön keskusliiton pitkäjänteinen tutkimus- ja kehittämistyö. Tutkimusten mukaan Omahoitovalmennusryhmään osallistuminen kohensi muistisairautta sairastavien henkilöiden tiedollisia taitoja. Lisäksi ryhmätoimintaan osallistuminen paransi iäkkäiden ihmisten hyvinvointia, vahvisti elämänlaatua ja vähensi terveyspalveluiden käyttöä. Toiminnan hyvät tulokset pohjautuvat huolelliseen tutkittuun tietoon.

Voit kysyä Omahoitovalmennus-toimintaan liittyviä vertaisarvioituja tutkimusjulkaisuja alueohjaajilta.

Omahoitovalmennus- koulutuksen eteneminen

1. koulutuspäivä:
Omahoitovalmennus-
toiminnan lähtökohdat

2. koulutuspäivä:
Ryhmänohjaustaidot

3. koulutuspäivä:
Ryhmä voimaantumisen
tukena

4. koulutuspäivä:
Ohjaustaitojen
syventäminen

5. koulutuspäivä:
Kasvu ryhmänohjaajana

Ryhmän
kokoaminen
ja haastattelu

Omahoito-
valmennus-
ryhmän
ohjaaminen,
12 ryhmä-
tapaamista

Mentorointi
ja oppimis-
päiväkirja

Hae mukaan koulutukseen täyttämällä hakulomake, jonka saat Omahoitovalmennus-toiminnan alueohjaajalta. Alkavien ryhmänohjaajakoulutusten tiedot löytyvät osoitteesta vtkl.fi/tapahtumat. Voit kysyä koulutuksista myös Omahoitovalmennus-toiminnan alueohjaajilta. Koulutukseen hakeutuneet ohjaajaparit haastatellaan.

Kerromme mielellämme lisää!

Omahoitovalmennus-toiminnan alueohjaaja

Laura Rautiainen
050 317 2562
laura.rautiainen@vtkl.fi

Ystäväpiiri-toiminnan alueohjaaja

Raita Lehtonen
050 373 1057
raita.lehtonen@vtkl.fi

Omahoitovalmennus-toiminnan alueohjaaja

Merja Kahilainen
050 568 1107
merja.kahilainen@vtkl.fi

Toiminnasta vastaa:

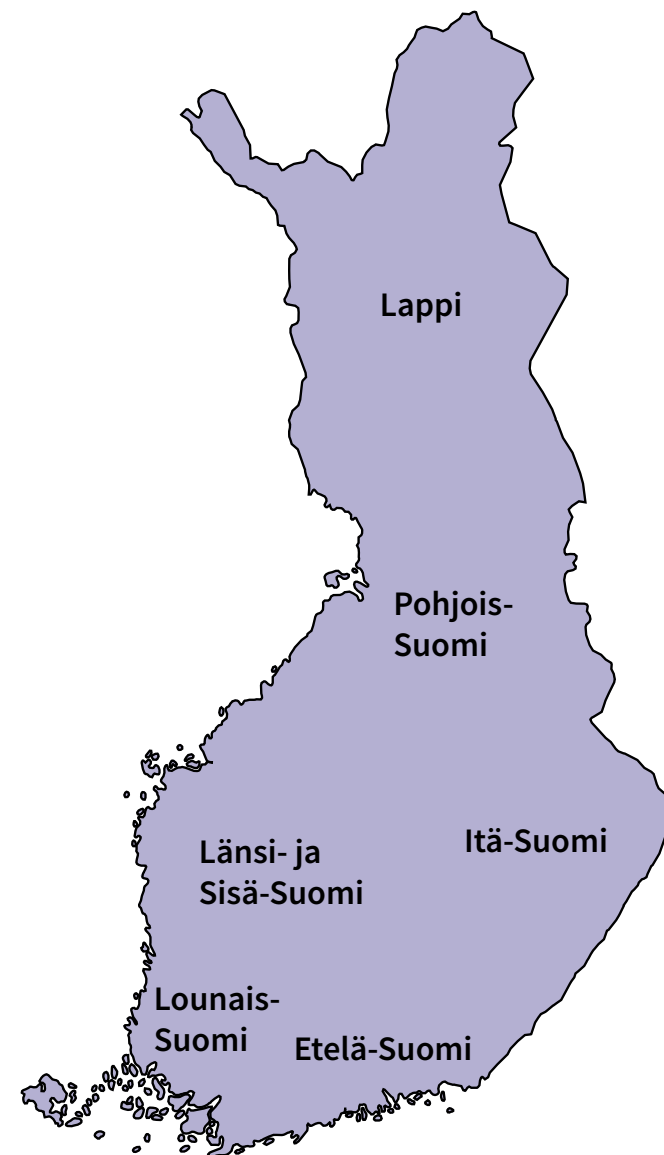
Laura Rautiainen, vastaava alueohjaaja
050 317 2562, laura.rautiainen@vtkl.fi



omahoitovalmennus@vtkl.fi

www.vtkl.fi/omahoitovalmennus

#omahoitovalmennus



Vanhustyön keskusliitto

CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Malmin kauppatie 26
00700 Helsinki
info@vtkl.fi
vtkl.fi