

Omahoitovalmennus-toiminta tukee iäkkäitä pariskuntia, joiden elämää muistisairaus koskettaa

- Omahoitovalmennus-toiminta on ryhmämuotoista valmennusta varhaisvaiheen muistisairastuneille ja heidän puolisoilleen.
- Omahoitovalmennus-ryhmä kokoontuu koulutettujen ohjaajien tukemana kahdeksan kertaa kahden kuukauden aikana. Ryhmään osallistuu noin kahdeksan pariskuntaa.
- Parisuhde nähdään Omahoitovalmennus-toiminnassa voimavarana ja pariskunta osallistuu ryhmään yhdessä. Omahoitovalmennus-ryhmä on aina osallistujensa näköinen: kantavia voimia ovat vertaistuki ja mukava yhdessäolo.
- Omahoitovalmennus-toiminta perustuu laajaan ja pitkäjänteiseen tutkimus- ja kehittämistäustaan. Tutkimustulosten perusteella ([Laakkonen ym. 2016](#)) muistisairailla osallistujilla tiedolliset taidot kohentuivat, vaikutukset näkyivät mm. kielellisessä sujuvuudessa. Puolisoiden kohdalla elämänlaatu parani, tulos oli kliinisesti merkittävä.
- Omahoitovalmennus on osa Vanhustyön keskusliiton yleishyödyllistä toimintaa ja pohjautuu Ystäväpiiri-toimintamalliin. Toiminta toteutetaan Sosiaali- ja terveysministeriön tuella, Veikkauksen varoin.
- Lue lisää toiminnastamme: www.vtkl.fi/omahoitovalmennus



Kuva: Titta Lindström