

## Koto-hankkeen tavoitteet

Kokonaistavoitteena on tukea ikääntyvien omaisten ja heidän psyykkisesti sairastuneiden läheistensä hyvinvointia ja arjessa selviytymistä.

Osatavoitteina

- kehittää ja arvioida avokuntoutuksena toteutettavaa, ennaltaehkäisevää perheohjausta ikääntyvien omaisten tukimuotona
- luoda alueellinen omaisten vertais-tuki- ja vapaaehtoistoiminnan malli täydentämään julkisia palveluita
- luoda valtakunnallinen omaisjärjestöjen kuntayhteistyömalli järjestöjen ja julkisen sektorin välille
- tukea ammatillaisia ottamaan käyttöön omaisten ja koko perheen hyvinvointiin tähtääviä tukitoimia

## Koto-hankkeen työntekijät

**Mari Helin-Tuominen**  
vastaava hanketyöntekijä  
YTM

puh. 040 -719 9355  
mari.helin-tuominen@  
omaiset-tampere.fi

**Katariina Ella**

vt. hanketyöntekijä  
Psyk.erik.sh.

puh. 040 -733 5109  
katariina.ella@omaiset-tampere.fi

**Omaiset mielenterveystyön tukena  
Tampere ry**  
Hämeenkatu 25 A 3. krs  
33200 Tampere  
FINLAND

[www.omaiset-tampere.fi/koto](http://www.omaiset-tampere.fi/koto)

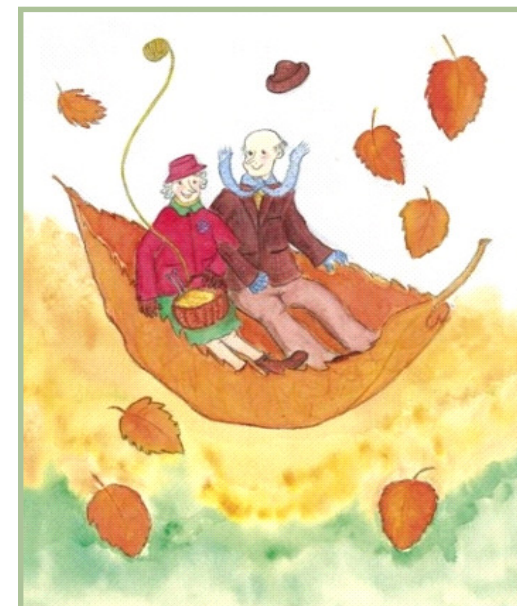


20 v. 1988-2008



Omaiset mielenterveystyön  
tukena Tampere ry

**KOTO-HANKE**  
2008-2011



**Kotiin tukea  
ikäntyvälle omaiselle**

## Koto-hanke on suunnattu

- kotona asuville ikääntyville omaisille (esim. puoliset, aikuisikäiset lapset, sisarukset, vanhemmat), jotka huolehtivat psyykkisesti sairastuneesta läheisestään ja joilla on kuormittava elämäntilanne
- julkisen sektorin ammattilaisille ikäihmisten avopalveluissa ja mielenterveystyössä
- vapaaehtoistoimijoille, jotka toimivat ikäihmisten parissa

**Yhteinen ymmärrys  
ja oikea tuki  
oikeaan aikaan  
auttavat jaksamaan**

## Toimintamuodot

- kuntayhteistyö
- tiedotus
- koulutus
- kotikäynnit ja perheohjaus
- vertaistuki- ja vapaaehtoistoiminta
- virkistys- ja lomatoiminta
- omaisten ryhmät
- kirjallisen materiaalin tuottaminen
- tutkimustoiminta

Toiminta perustuu koulutukselliseen perhetyöhön. Koto-hanke toteutetaan yhteistyössä kolmen pirkanmaalaisen kunnan kanssa (Tampereen kaupunki, Nokian kaupunki ja Ruoveden kunta). Asiakasperheet ohjautuvat hankkeeseen em. kuntien kotihoidon toimistojen kautta.

## Perheohjaus

- kokonaisvaltainen kotitilanteen kartoitus
- tietoa mielenterveydenhäiriöistä, sekä sosiaali- ja terveydenhuollon tukitoimista
- keskustelua omaisen jaksamisesta ja perhetilanteesta
- tukea yhteisen ymmärryksen löytämiseen perheenjäsenten kesken
- tukea myönteisemmän perheilma-  
piirin muodostumiseen
- kotitilanteen seuranta

## Koulutuksellinen perhetyö

- mielenterveyden häiriöiden bio-psykososiaalinen perusta
- yhteistyö perheen kanssa
- avoimuus
- lähtökohtana perheen omat tarpeet
- perheen vahvuuksien esilletuominen
- ratkaisukeskeisyys ja positiivisuus
- tukeminen arjen hallinnassa