

ULKOILU EI SAA JÄÄDÄ PUKEMISEEN.

Mitä jos et pääsisi ulos?

Päivä toisensa jälkeen sisällä. Ilman tuulta, ääniä ja tuoksuja.
Ilman vuodenaikojen vaihtelua. Mitä menettäisit?

Hetki ulkona – pieni hetki, suuri merkitys

Monelle hoivakodin asukkaalle ulospääsy ei ole itsestäänselvyys. Ei siksi, ettei haluttaisi ulos, vaan siksi, että arki ei mahdollista sitä riittävän helposti.

Missä haaste oikeasti on?

- Aika ei riitä.
- Ulkovaatteiden pukeminen vie aikaa ja kuormittaa henkilöstöä fyysisesti.
- Pukeminen voi olla asiakkaalle raskasta tai kivuliasta.
- Kaikilla asukkailla ei ole helposti puettavia ulkoiluvaatteita.

Entä jos ulos pääsy olisi helppoa?

5–15minuuttia, joka oikeasti toteutuu.

Nopea pukeminen. Ulos. Takaisin.

Helppo Ulkoilusetti poistaa pukemisen esteitä

ja mahdollistaa ulkoiluhetket keskellä tavallista arkea.

KUN PUKEMINEN HELPOTTUU, AIKAA VAPAUTUU.

Teette arvokasta ja merkityksellistä työtä. Helppo Ulkoilusetti on kehitetty hoivatyön arkeen keventämään avustamista ja tekemään ulos lähdöstä nopeaa, sujuvaa ja turvallista.

Esimerkki: 1 hoitaja auttaa 5 asukasta ulkoilemaan

PUKEMINEN	AIKA
Tavalliset ulkovaatteet	noin 75 min
Helppo Ulkoilusetti	noin 5 min
Työajansäästö	noin 70 min

70 minuuttia = 1 tunti 10 minuuttia

Aikaa, joka voidaan käyttää ulkoiluun, kohtaamiseen ja muuhun hoivatyöhön.

ASUKAS

Enemmän ulkoilua ja yhteyttä ympäröivään maailmaan.

HOITAJA

Vähemmän fyysistä kuormitusta ja sujuvampi pukeminen.

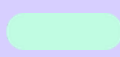
ESIHENKIÖ

Työaika ja voimavarat paremmin käyttöön.

Kokeilun aikana havainnoikaa:

Nopeutuiko pukeminen? Väheniö kuormitus? Toteutuiko ulkoilu helpommin?

Helpottiko tämä arkea riittävästi, että siitä kannattaa tehdä pysyvää?



Kokeile mua!

Kuka tahansa voi auttaa!

Helppo Ulkoilupussi

(korvaa toppahousut + kengät)

Helppo Viitta

(korvaa takin, hatun ja hanskat)

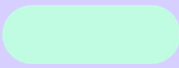
= **Helppo Ulkoilusetti**

Minuutissa pihalle!

MYvaate – enemmän kuin vaate – mahdollisuuksien pukija
myvaate.fi | 044 235 0110

Hei asukkaamme,
läheinen, ystävä
tai vapaaehtoinen.





- Haluaisitko osallistua läheisesi hyvinvoinnin tukemiseen ja käydä yhdessä ulkoilemassa?

- Pienetkin ulkoiluhetket ovat merkityksellisiä. Ne piristävät, tuovat iloa ja vaihtelua päiviin, tukevat vuorokausirytmää sekä vahvistavat yhteyttä luontoon ja ympäröivään maailmaan.

- On totta, että hoitavia käsiä on vähän ja me hoitajat teemme parhaamme, että pystymme huolehtimaan myös asukkaidemme ulkoilutuksesta, mutta ilomielin ottaisimme myös teidän apua vastaan.

- Olemme hankkineet yhteiskäyttöön kokeiltavaksi lämpimiä sekä helposti puettavia ulkoiluvaatteita. Ne tekevät ulkoilusta miellyttävää säästä huolimatta, ja mahdollistavat lyhyetkin päivittäiset ulkoilut vaivattomasti asukkaalle kuin ulkoilussa avustavalle.

**JOS KIINNOSTUIT KOKEILEMAAN, KYSY
ROHKEASTI HOITAJILTA LISÄÄ!**

Autamme ja opastamme mielellämme!