

# Kostamokoti

kohti päihtetöntä elämää vuodesta 1995

## Osa Honkalammen tarinaa

### Pykälää parempi maailma

Honkalampi on ollut olemassa jo vuodesta 1991 lähtien pitämässä huolta, että jokaisella on mahdollisuus antaa parhaansa. Säätiö on perustettu tukemaan maakunnan ihmisten hyvinvointia, ja voitot kanavoidaan yhteiskunnalliseen hyvään. Teemme työtä, jotta palveluiden käyttäjän maailmasta tulee tänäänkin pykälää parempi.

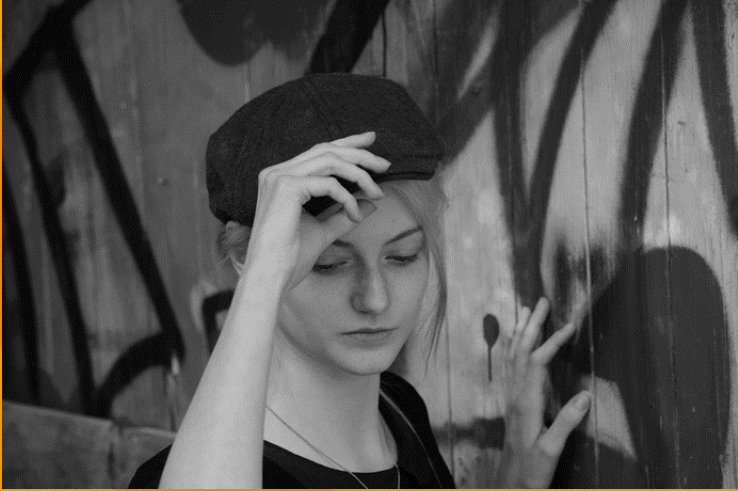
Kostamokoti on osa Honkalammen tarinaa.

## Kohdaten ja kuunnellen, arjen siipiä vahvistaen

Kostamokoti on kodinomainen päihdekuntoutusyhteisö, jossa yhteiset säännöt ja arjen askareet rytmittävät päiviä kauniissa maisemissa. Kuntoutuksessa ei hoideta vain ongelmaa, vaan huomioidaan ihminen kokonaisuutena. Tukena tässä ovat moniammatilliset osaajat 24/7 sekä viikoittain tapaamiset psykiatrisen erikoislääkärin kanssa.



Sertifikaatin ISO 9001:2015 ylläpidolla varmistamme sen, että palvelumme kehittyy koko ajan ja pystymme vastaamaan kuntien päihdehuollon palvelutarpeeseen.



Juuret ovat totta

mutteivät määritä tulevaa

Matka kuntoutumiseen alkaa omien juurien hyväksymisestä ja tulevien mahdollisuuksien näkemisestä. Tukena on moniammatillinen henkilöstö lääkäripalveluineen ja kuntoutuksemme perustuu monitasoisille vuorovaikutussuhteille. Yhteisössämme toteutetaan myös korvaushoitoa.

## Enemmän kuin unelma

Asiakkaittemme kuntoutus on aina yksilöllisestä, tarpeista lähtevää. Ympärillä tukemassa on yhteisö, jossa uskalletaan olla oma itsensä ja saa kokemuksen ihmisenä olemisesta ja kasvamisesta osana yhteiskuntaa.

Yhteisö antaa kuntoutumisprosessiin yhteisöllisen ja sosiaalisen tuen. Vuorovaikutuksesta ja kanssakuntoutujien kohtaamisesta haetaan voimavaroja omaan kuntoutumisprosessiin.

# Arjen askareet

Arkisten kotitöiden hoitaminen on osa Kostamokodin sosiaaliseen vastuullisuuteen kasvattavaa kuntoutusta. Kukin yhteisön jäsen huolehtii vuorollaan vastualueen hoitamisesta.

- Talon emäntä/isäntä ja pyykkäri
- Kauneuden ja siisteyden vaalija
- Talkkari
- Keittiöläinen



## Kognitiivinen työote

---

Asiakkaan kanssa yhdessä tutkitaan hänen ajattelutapojen, tunteiden ja käyttäytymisen välisiä yhteyksiä.

Kognitiivinen työote kehittää asiakkaan kykyä havainnoida omia ajatuksiaan, uskomuksiaan ja tulkintojaan, sekä niihin liittyviä vääristymiä. Asiakas oppii huomaamaan näiden vaikutuksen hyvinvointiin, sekä hän oppii uusia tapoja ajatella, ja hyväksyä omia kielteisiä tunteita ja reaktioita.

Painotetaan yksilön vuorovaikutusta ympäristönsä kanssa nykyhetkessä. Tarkastellaan asiakkaan käyttäytymistä, sekä menettelyä eri tilanteissa hänen pyrkiessään ratkaisemaan pulmiaan ja ongelmiaan.



# Ohjaustyöskentely

---

Henkilökunta vastaa yhdessä asiakkaan kanssa tämän yksilöllisen kuntoutussuunnitelman toteuttamisesta ja -prosessin etenemisestä. Ohjaajan tuella hoidetaan käytännön asioita ja pidetään yhteyttä viranomaisiin.

Kostamokoti pitää säännöllisesti yhteyttä lähettävään tahoon ja järjestää kuntoutusjakson aikana verkostotapaamisia, joihin pyritään saamaan paikalle kaikki asiakkaan kanssa työskentelevät tahot ja henkilöt. Asiakkaan niin halutessa hänen läheisensä osallistuvat kuntoutusprosessiin.

Kuntoutuksen jälkeiseen elämän hallintaan annetaan tarvittava tuki. Asiakas saatetaan avohoitoon ja kolmannen sektorin palveluihin.





## Terveydenhuolto palvelut

Toteutamme kokonaisvaltaista terveydenhuoltoa, lääketieteellisestä tutkimuksesta hoitotyöhön.

Terveydenhuoltoa toteuttaa moniammatillinen työryhmä: psykiatrian erikoislääkäri, sairaanhoitajat, lähihoitajat ja mielenterveysshoitaja.

Teemme paljon yhteistyötä terveyskeskuksien, erikoissairaanhoidon, hammashuollon sekä neuvolan kanssa.

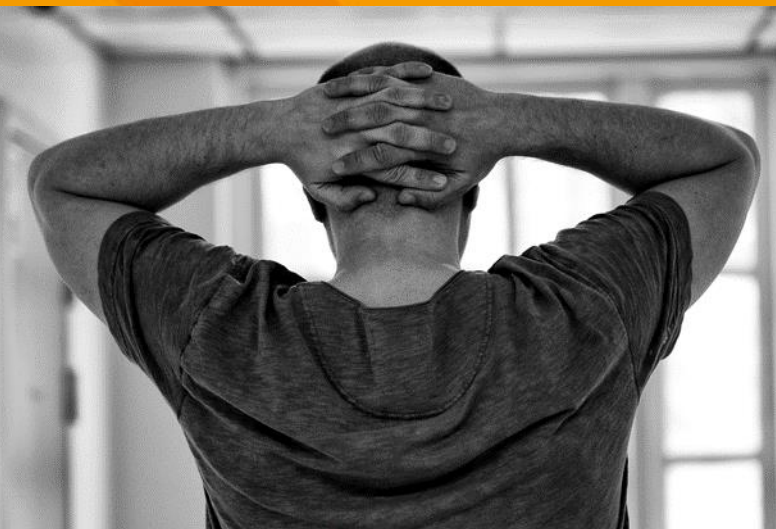
Päihderiippuvuushoidon perustana on lääketieteellinen tutkiminen, lääkehoito, terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävä ohjaus ja neuvonta sekä työ- ja toimintakyvyn tukeminen.

Lääkkeettömänä hoitomuotona käytämme akupunktio- ja Neurosonic-hoitoja sekä vyöhyketerapiaa.

# Suuttumuksen hallinta

SUHA eli suuttumuksen hallintakurssi on tarkoitettu henkilöille, joilla on vaikeuksia hallita aggressiivista käyttäytymistään. Kurssin tavoite on lisätä osallistujien tietoisuutta siitä, mitä heille heidän suuttuessaan tapahtuu.

KostamoKodilla on mahdollista käydä suuttumuksen hallinta kurssi, johon asiakas tarvitsee erillisen maksusitoumuksen. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä, miksi omaa käytöstä on syytä tarkkailla sekä lisätä suuttumuksen hallinnan taitoja eri tilanteissa.



## Pienen etu on kaikista suurin

### Vauvaperhekuntoutus

Meillä kaikilla on oma polkumme kuljettavanamme, ja on aika katsoa seuraavaa mutkaa pidemmälle: vauvan tarpeet ja terve kehitys ovat kaiken perusta. Vauvaperhekuntoutukseen voi saapua jo raskausaikana yhdessä lapsen isän kanssa, jonka jälkeen matka jatkuu yhdessä tehdyn kuntoutussuunnitelman mukaisesti.



# Pienen etu on kaikista suurin

## Vauvaperhekuntoutus

Vauvaperhekuntoutuksessa turvataan raitis raskausaika. Ollaan mukana synnytyksessä ja vierailaan sairaalassa. Tuetaan vanhemmuutta, varhaista vuorovaikutusta ja itsenäistä päihteetöntä selviytymistä arjessa.

Vanhempien kanssa tehdään viikoittain vanhemmuuden viikkoarvio, jossa vanhemmat ja henkilökunta yhdessä arvioivat vauva-arjen sujuvuutta.

Kuntoutuksen aikana tehdään perhearviointia, Bentovim/Millerin -menetelmän mukaisesti. Menetelmä on perheen voimavarojen, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointimenetelmä.

Prosessissa mukana aina lastensuojelu.

# Kostamokoti

## Kuntoutus

Pitkälammentie 12  
83430 Käsämä  
Puh: 013 312 790  
Fax: 013 312 798

[info@kostamokoti.fi](mailto:info@kostamokoti.fi)  
[www.kostamokoti.fi](http://www.kostamokoti.fi)

## Vauvaperhekuntoutus

Renginpolku 1  
82600 Tohmajärvi  
Puh: 050 388 6624  
Fax: 013 848 225

[info@vauvaperhekuntoutus.fi](mailto:info@vauvaperhekuntoutus.fi)  
[www.kostamokoti.fi](http://www.kostamokoti.fi)