

Nº 2 / 2019

memo

*Muistisairaiden ihmisten
hyvinvoinnista vastaavien ammattilehti*

SuMun
henkilöstö
esittäytyy

4

SuMun toiminnat
ja hankkeet **5–9**

Kehitysvammaisten
muistisairauksien varhainen
diagnosointi tärkeää **10**

SEMINAARI: Kommunikaatio ja
vuorovaikutus muistisairaahan ihmisen
kohtaamisessa 3.12.2019 **18**



”Muistipuisto on kattava, asiantunteva ja sisällöllisesti perusteltu kokonaisuus”
sivut 12–13



” Ei ole epätyypillistä, että jopa alle 40-vuotias kehitysvammainen henkilö voi sairastua muistisairauteen.” **sivu 10**

Sähköinen memo-lehti on interaktiivinen

Klikkaamalla harmaalla pisteviivalla tai nuolella merkittyä tekstiä tai kuvaa, pääsee tutustumaan aiheeseen lähemmin. Sähköpostia voi lähettää kätevästi siirtämällä kursorin osoitteen päälle, kursori muuttuu ”kädeksi” ja klikkaamalla linkki aukeaa.



SUOMEN MUISTI-
ASiantuntijat

Julkaisija
Suomen muistiasiantuntijat ry
Pasilanraito 9
00240 Helsinki
Puh. (09) 454 28 48

ISSN 2342-5652
(Verkkójulkaisu)

**Ilmestyy kolme kertaa
vuodessa**
1. heinäkuu
2. lokakuu
3. joulukuu

**Tilauhinnat
vuodelle 2019**
Vuosikerta 30,00

**Tilaukset ja
osoitteenmuutokset**
info@muistiasiantuntijat.fi
tai Barbro Sjöroos
puh. (09) 454 2848

Toimitus
Tom Anthoni
puh. 050 348 5068

Kannen kuva
Fredrik Bäckman

Sisältö 2/2019

- 03 Pääkirjoitus: Hyvä renki, mutta huono isäntä
- 04 SuMun henkilöstö esittäytyy 2
- 06 Siltoja ammattilaisten ja muistiperheiden välille
- 08 ETNIMU-toiminnan paneelikeskustelu 18.9.2019 Paasitornissa
- 10 Kehitysvammaisten muistisairauksien varhainen diagnosointi tärkeää
- 11 Kolumni: Seksiä kaiken ikää
- 12 Aivoterveyttä Muistipuisto®-verkkopalvelusta
- 14 Seniorihotelli Ainola: ”Haluamme palvella ikäihmisiä kunnioittavasti ja teemme sen mitä he haluavat ja toivovat”
- 16 Aluevastaavatoiminnan yhteystiedot
- 17 Toimiston henkilökunta
- 18 SEMINAARI: Kommunikaatio ja vuorovaikutus muistisairaana ihmisen kohtaamisessa 3.12.2019

Hyvä renki, mutta huono isäntä



Otsikon ajatus liitetään perinteisen sananparren mukaisesti tuleen, mutta se voitaneen liittää muihinkin asioihin, joiden ajatellaan olevan välineitä. Suomen muistiasiantuntijoiden viime toukokuussa pidetyn kevätseminaarin aiheena oli Kulttuuri ja tekniikka lyövät kättä muistisairaahan ihmisen parhaaksi. Seminaarissa avattiin eri esitysten kautta teknologian mahdollisuuksia olla apuna yleensä vanhusten hoidon saralla ja eriytyneemmin muistisairaiden ihmisten hoidossa. Teknologia voi olla hyvä renki, kunhan muistetaan ja huolehditaan siitä, että se ei ota isännän roolia.

Vanhusten ja muistisairaiden ihmisten hoidon tai paremminkin elämän kokonaisuudessa tarvitaan monialaista osaamista ja kaikkien mahdollisten tekijöiden huomioon ottamista – kuten minkä tahansa ihmisryhmän elämässä.

Arjen ratkaisuihin ja hoidon järjestämiseen on hyvä käyttää kaikkea tietoa ja tiedon soveltamista, mutta tarvitaan muutakin kuin tietoa. Tarvitaan tunnetta ja ihmisen näkemistä moniulotteisena, kokevana, omaa elämäänsä hallinnoivana ja tahtovana yksilönä.

Samalla tavoin olisi hyvä myös muistisairaiden ihmisten kanssa työtä tekevien ihmisten koulutuksessa ja ”kasvatuksessa” hyvä ottaa käyttöön monenlaisia keinoja ja välineitä. Suuri osa oppimisesta tapahtuu muuten kuin tietoa oppimalla ja opettelemalla. Asioiden omaksumisessa on usein kokemus suureksi avuksi. On ammatteja ja työtehtäviä, jotka voidaan oppia tietojen ja taitojen opettelulla, mutta kun tehdään työtä ihmisten kanssa, tarvitaan myös syvällisempää oppimista, sanottakoon sitä vaikka kasvuksi.

Pitkälti on opittu se, että erilaisia keinoja, kuten taidetta – ja erityisesti musiikkia voidaan käyttää muistisairaahan ihmisen elämän rikastuttajana ja elämän laadun parantajana niin kuin kenen tahansa elämässä. Monia keinoja puhtaasti kognitiivisen vuorovaikutuksen ohella voidaan käyttää apuna kohtaamisen mahdollistajina. Kohtaaminen, todellinen vuorovaikutushan on kaiken hyvän hoidon ja hyvän elämän peruspilari.

On myös mahdollista käyttää taiteen keinoja kun koulutetaan muistisairaiden ihmisten hoitajia. Kokonaisvaltaiset, ei-verbaaliset keinot tavoittavat

helpommin persoonan syvempiä, kokemuksellisia kerroksia.

Suomen muistiasiantuntijoiden tämän vuoden Vuoden muistiteko -tunnustus annettiin Tanssiteatteri sivuun Ensemblen taiteelliselle johtajalle Ninni Perkolle tunnustuksena erityisesti muistisairaahan potilaan ja omaishoitajan yhteistä matkaa kuvaavasta tanssiteoksesta Vain rakkautta 2. Teos on tavoittanut laajalti ja puhutellut suurta joukkoa muistisairaiden ihmisten parissa työtä tekeviä ammattilaisia.

Toivottavasti tällaisia rajoja rikkovia produktioita, joita voidaan käyttää koulutuksessa, syntyä lisää elävöittämään ja syventämään ammattilaisten kasvua. Ja toivottavasti niitä innostutaan käyttämään.

**Hyvää ja värikästä syksyä
kaikille Memo-lehden lukijoille!**

Merja Hållfast
*Suomen muistiasiantuntijat ry
Hallituksen puheenjohtaja*



SuMun henkilöstö esittäytyy 2.



URVE JAAKKOLA

Urve Jaakkola, sairaanhoitaja, muistihoitaja ETNIMU-toiminta, suunnittelija

Juureni ovat Virossa. Olen syntynyt Pärnun kuniissa kylpyläkaupungissa. Opiskelin Tallinnassa sairaanhoitajaksi ja ehdin olla töissä 8 vuotta, ennen kuin elämään tuli iso muutos.

Neuvostoliiton aikana me virolaiset unelmoimme vapaudesta ja demokratiasta, jota Venäjän miehityksen aikana ei ollut. Meille paremman elämän symboli oli valkoinen laiva. Laiva toisi mukanaan onnellisia aikoja. Kävi kuitenkin niin, että minulle valkoinen laiva toi mukaan suomalaisen miehen, kenen kanssa myöhemmin purjehdin avioliiton satamaan ja muutin Suomeen.

Suomeen muuttamisen jälkeen kesti, ennen kuin pääsin takaisin työelämään. Samaan aikaan isäni muistisairaus sai minut perehtymään muistin suojelemiseen ja varjelemiseen.

Tällä hetkellä olen työskennellyt muistityössä jo parikymmentä vuotta. Olen samalla oppinut vaa-
limaan terveyttäni terveillä elämäntavoilla. Luen ja keräilen innokkaasti terveyteen liittyvää kirjallisuutta ja opin jatkuvasti uutta.

Suurimpana aurinkona elämässäni ovat rakas tyttäreni perheineen ja sydänkäpyseni, lapsenlapset.



TIINA TOIKKA

Tiina Toikka, koordinaattori, Alva-toiminta

Alva-toiminnassa on menossa 21. toimintavuosi ja on ollut kunnia tulla osaksi tätä inspiroivaa ja erittäin ammattitaitoista verkostoa. Sen myötä pääsen näköalapaikalle koko Suomen muistityön tilasta aina Sodankylästä Hankoon. Muisti-ammattilaisten osaamisen vahvistaminen ja tukeminen on aina ollut lähellä sydäntäni, joten Alva-toiminnan koordinaattorina koen olevani omimmillani. Tässä työssä jatkuva uudenoppiminen ja erilaiset kohtaamiset pitävät mieleni virkeänä ja innostavat minua.

Työpäivän jälkeen rentoudun usein pehmoisen neuletyön äärellä. Jos työpäivä on vaatinut muistiltani ja aivoiltani paljon, valitsen helpon työn, joka vain soljuu puikoilla sen kummemmin ajattelematta. Jos taas ajatukseni ovat edelleen levottomat ja vauhtia on vaikea pysäyttää edes illalla, valitsen jonkin oikein vaikean ja yksityiskohtaisen neuleen, jonka silmukoita laskiessa ei voi murehtia mitään muuta. Tiesitkö muuten, että tutkitusti neulepuikkoihin tai virkkuukoukuun tarttuminen kertoo meidän käsityöihmistien aivoille, että "nyt olet turvassa", ja näin pakene ja taistele -reaktio vaimenee ja palautuminen päivän stressistä voi alkaa? Varsinkin näin syksyn tullen voin siis hyvällä omalla tunnolla vetää villasukat jalkaan ja käpertyä neulenojatuoliin pitämään aivoistani huolta.



MINNA KATAJA-RAHKO

SEMINAARI:

Kommunikaatio ja vuorovaikutus muistisairaana ihmisen kohtaamisessa

Minna Kataja-Rahko,
projektipäällikkö,
Lupa Puhua -hanke

Aloitin Lupa Puhua -hankkeen projektipäällikkönä elokuussa. Tähän projektiin mukaan pääseminen on minulle eräänlainen ammatillisen unelman täyttyminen. Olen valmistunut geronomiksi (AMK) Seinäjoelta joulukuussa 2013. Lupa Puhua -hankkeen työtöntti istuu kuin nenä päähän geronomille. Tuskin maltan odottaa yhteistyötä muistiasiakkaiden kanssa työskentelevien ammattilaisten sekä muistiperheiden kanssa. Uskon, että saamme yhdessä upeita juttuja aikaan!

Olen oppinut vasta muutamien viime vuosien aikana elämään hetkessä ja nauttimaan sydän edellä elämästä, minuutti kerrallaan. Pyrin pitämään työn ja vapaa-aikani selkeästi toisistaan erillään ja sitä kautta tuoda elämäni paljon erilaisia; hyviä ja opettavia asioita sekä kokemuksia.

Pidän huolta itsestäni syömällä terveellisesti ja ulkoilemalla. Nautin hyötyliikunnasta, kuten puutarhatoista ja metsäretkistä koiran kanssa. Usein vain istun kalliolla tai kannon nokassa metsän hiljaisuutta kuunnellen ja tuoksuja hengittäen. En tiedä parempaa aivojen kuorman tyhjämmiskeinoa!

Olen ikuinen opiskelija. Tykkään kehittää itseäni jatkuvasti. Tässäkin pidän kuitenkin huolen siitä, että en luo itselleni turhaa stressiä, vaan otan opintoja sen mukaan, mitä elämäntilanteeni minulle sallii. Siksi avoimen yliopiston kurssit istuvat elämäni mainiosti. Tällä hetkellä minulla on tavoitteena gerontologian ja kansanterveyden opintojen eteenpäin vieminen – pikkuhiljaa.

Vauhtia elämäni tuovat kaksi aikuisuuden kynnyksellä pomppivaa poikaani.

AIKA: tiistaina 3.12.2019

PAIKKA: Helsinki, Topeliuksenkatu 20,

Folkhälsan: Ossiansali

HINTA: 95€, sis. aamupalan,
lounaan ja iltapäiväkahvin

Ohjelma ja lisätiedot [takasivulla](#)



Lupa puhua -hankkeen Paul ja Ulpu kertovat kotona asumisen onnistumisista ja haasteista sekä yhteistyöstä ammattilaisten kanssa.



Huolten puheeksi ottaminen ei aina ole helppoa. Salliva ja toimiva vuoropuhelu muistiperheen ja ammattilaisen kesken lisää luottamusta. Muistiperheiden kokonaisvaltainen hyvinvoinnin tukeminen mahdollistaa perheenjäsenten kotona asumisen. Siksi ammattilaisten asiantuntijuus, sekä kyky kuulla ja löytää muistiperheelle sopivia ratkaisuja on tärkeää.

Siltoja ammattilaisten ja muistiperheiden välille

TEKSTI TARJA KOPU, MINNA HEINI JA MINNA KATAJA-RAHKO **KUVITUS** EMMI JORMALAINEN

Tulevaisuudessa yhä useampi muistisairas ihminen asuu omassa kodissaan yksin tai omaisen turvin. Tällöin on tärkeää luoda kotona asumisen tukemiseksi puitteet, joissa muistisairaalla ihmisellä, omaisella ja heitä kohtaavilla ammattilaisilla on mahdollisuus rakentaa yhteisymmärrystä ja hyvää yhteistyötä.

Muistiperheen kanssa onnistuneen vuoropuhelun ja yhteisymmärryksen syntyminen vaikuttavat monet seikat. Muistiperheitä kohtaava ammattilainen tarvitsee kykyä kuunnella ja kuulla sairastuneen ja hänen puolisonsa kokemuksia sairaudesta ja sen vaikutuksista. Tärkeää on myös kyky tukea perhettä tunnistamaan ja hyväksymään sairauden aiheuttamia tunteita. Ammattilainen vahvistaa muistiperheen luottamusta tulevaisuuteen ja rohkaisee pyytämään apua varhaisessa vaiheessa, jo ennen kuin tilanne kotona esimerkiksi kriisiytyy.

Ammattilainen voi vahvistaa muistiperheen luottamusta tulevaisuuteen ja siihen, että apua on tarvittaessa saatavilla.

Suurinta osaa ihmisistä voidaan auttaa antamalla mahdollisuus puhua ja normalisoimalla huolten aiheita. Aina keskustelun aloittaminen tai vastausten saaminen ei ole helppoa.

Muistisairaana ihmisen voi olla vaikeaa tai mahdotonta kertoa haasteista itse, ja omaishoitajana toimiva puoliso saattaa pelätä tai hävetä tilannetta tai kokea äänensä kuuluvaksi saamisen liian vaikeaksi. Sekin pitää hyväksyä, etteivät kaikki halua puhua asioistaan. Luvan antaminen puhumiseen ja rajatun tiedon antaminen tarpeen mukaan kuuluvat kuitenkin päivittäisen muistityön osaamiseen ja asiakkaan kohtaamiseen.

Tunnista vuorovaikutuksen esteet

Jotta vuorovaikutus muistiperheiden kanssa voi toimia, on hyvä olla tietoinen vuoropuhelua mahdollisesti hankaloittavista seikoista. Muistisairausdiagnoosin saamisen jälkeen sekä sairastuneen että omaisen mieleen nousee kysymyksiä siitä, miten elämä tulee muuttumaan sairauden edetessä. On tavallista, että sairauden alkuvaiheessa tuntee surua, vihaa, hämmennystä ja epätietoisuutta. Tunteet voivat toisinaan aiheuttaa fyysistä oireilua, kuten pahoinvointia, sydänoireita, lihassärkyä tai voimakasta väsymystä. Tällaisia tunteita ja oireita voi olla vaikea ottaa puheeksi tai sanoittaa.

Muistisairauksiin liittyvistä käyttöoireista noin 30% liittyy muistisairauteen ja noin 70% psykososiaaliseen tai fyysiseen ympäristöön. Muistisairauden edetessä ympäristö voi kokea sairastuneen käyttäytymisen muutokset ja käyttöoireet hankalina ja vaikeasti hallittavina. Käyttöoireet ilmenevät vaikeimmillaan sairauden keskivaiheessa ja vaikeassa vaiheessa. Hankalaksi koetut tilanteet heikentävät sekä sairastuneiden että heidän läheistensä elämänlaatua, ja ovat merkittävä tekijä kotona asumisen päättymiseen.

Muistisairaahan ihmisen omaisen tahaton hoivan ja huolenpidon laiminlyönti saattaa johtua osaamattomuudesta, tiedonpuutteesta, uupumuksesta, välinpitämättömyydestä tai esimerkiksi resurssipulasta. Avun pyytäminen voi olla vaikeaa. Apua ei haluta, uskalleta tai osata pyytää. Tietämättömyyden ja väsymyksen äärellä omainen saattaa pahimmillaan käyttäytyä haasteellisessa tilanteessa väkivaltaisesti. Väkivalta voi olla tönimistä, lyömistä, kiinnipitämistä, pakottamista, uhkailua tai pelottelua. Väkivalta voi olla myös taloudellista, henkistä tai eristämistä.

Työssään ammattilainen joutuu joskus tilanteisiin, jotka vaativat enemmän osaamista kuin mihin esimerkiksi koulutus on antanut valmiuksia. Asiakastilanteissa voi joutua ottamaan

Ammattilaisen on tärkeää olla tietoinen oman osaamisensa rajoista.

kantaa erilaisiin eettisiin kysymyksiin, kuten onko toimittu oikein, hyväksyttävästi, oikeutetusti ja onko toiminta ollut väärin, paheksuttavaa, kiellettyä tai tuomittavaa. Toisen henkilön rajoittaminen ja vahingoittaminen on väärin, mutta miten asiaa olisi tarkasteltava tilanteessa, jossa muistisairas ihminen ei kykene kontrolloimaan omaa käyttäytymistään ja saattaa siksi olla vaaraksi itselleen tai muille?

Ammattilaisen on tärkeää olla tietoinen oman osaamisensa rajoista ja selvittää tarvittaessa lisää asiakastyöhön liittyviä ratkaisuvaihtoehtoja. Onkin hyvä välillä kysyä itseltään, millaisia valmiuksia tai osaamista kaipaisiin lisää.

Pienillä asioilla on joskus suuri merkitys

Pienillä asioilla on joskus suuri merkitys

Muistiperheen elämäntilanteen hahmottamiseksi keskusteluun tarvitaan sekä sairastuneen että puolison näkökulmat, ajatukset, toiveet ja pelot. Ammattilaisen ja muistiperheen onnistuneen yhteistyön aikaansaamiseksi on tärkeää luoda luottamuksellinen ja turvallinen ilmapiiri, jossa huolten puheeksi ottaminen on mahdollista. Kun esimerkiksi sairastuneen käytösoireen syy selviää, voidaan haastavan käytöksen aiheuttajia pyrkiä poistamaan tai vähentämään. Omaishoitajan uupumisen riskiä lisää myös mahdollinen palveluiden ulkopuolelle jääminen. Tällaisessa tilanteessa myös muistisairauksista johtuvista haasteellisista tilanteista selviytyminen voi tuntua ylivoimaiselta. Omaiselle suunnattu tuki ja ohjaus ovat osa sairastuneen hoitoa, ja esimerkiksi päivätoiminta ja vapaapäiväjärjestelyt tulisi ottaa puheeksi jo sairauden alkuvaiheessa, vaikka niitä ei siinä vaiheessa vielä tarvittaisikaan.

Jokainen meistä haluaa tulla nähdyksi ja kuulluksi.

Usein avoin ja luottamuksellinen keskustelu muistiperheen kanssa lievittää häpeän, huonommuuden, pelon ja huolen

tunteita. "Mitä kuuluu?" voi olla erityisen merkityksellinen kysymys henkilölle, joka painii vaikeiden asioiden kanssa. Sairauden eri vaiheissa saatu tieto auttaa muistiperhettä ymmärtämään meneillään olevaa elämäntilannetta ja ennakkoimaan tulevaisuutta paremmin. Tiedon saaminen auttaa löytämään keinoja selviytyä eteen tulevissa uusissa tilanteissa. Huolten havaitseminen varhaisessa vaiheessa auttaa arvioimaan edessä olevia riskejä ja toimimaan niitä ennaltaehkäisevästi.

Jokainen meistä haluaa tulla nähdyksi ja kuulluksi. Joskus pienenkin asian ääneen sanominen ja kuulluksi tuleminen voi tuoda kokemuksen siitä, että oma huoli on tullut huomioiduksi. Muistiperheessä huolet eivät aina välttämättä ole akuutteja, mutta kasautuessaan ne voivat uuvuttaa perhettä niin, että kotona asuminen muuttuu mahdottomaksi. Siksi muistiperheiden esille tuomia pieniäkin ihmetyksen aiheita ja huolia on tärkeää kuulla. Kuulemalla ammattilainenkin oppii ja löytää keinoja työskennellä muistiperheen kanssa yhä sujuvammin.



SUMUn Lupa puhua -hankkeessa luomme siltoja muistiperheiden ja ammattilaisten välille sekä kehitämme välineitä huolten puheeksi ottamiseen. Kiinnostaisiko sinua kertoa meille kokemuksiasi, tarpeitasi ja toiveitasi koskien työtäsi muistiperheiden kanssa?

Jos kohtaat työssäsi kotona asuvia muistisairaita ihmisiä ja heidän läheisiään, voit osallistua:

Ilmoittautumalla yhteen keskustelevista työpajoistamme, joita järjestetään Helsingissä ja Hangossa keväällä 2020 ja syksyllä 2021. Työpajoihin kutsutaan mukaan ammattilaisia, muistiperheitä ja järjestötyöntekijöitä. Työpajat ovat maksuttomia, matkat omakustanteiset.

Ilmoittautumalla pilotteihimme ja koulutuksiimme. Pilottipaikkakuntana toimii Hanko, myöhemmin koulutuksia järjestetään myös Helsingissä ja mahdollisuuksien mukaan muualla Suomessa.

Annamme mielellämme lisätietoja:

Minna Kataja-Rahko, projektipäällikkö,
minna.kataja-rahko@sumut.fi, p. 050 326 6004

Minna Heini, projektikoordinaattori,
minna.heini@sumut.fi, p. 050 520 771

ETNIMU-toiminnan paneelikeskustelu 18.9.2019 Paasitornissa

ETNIMU-toiminta järjesti 18.9.2019 Helsingin Paasitornissa paneelikeskustelun etnistaustaisten henkilöiden muistioireiden alkukartoituksen haasteista Suomessa. ETNIMU-toiminta halusi selvittää, miten Suomessa turvataan tulevaisuudessa etnisiin vähemmistöryhmiin kuuluvien mahdollisuus päästä muistisairauksien alkukartoituksen piiriin riittävän aikaisin ja miten turvataan muistitestien tulosten totuudenmukaisuus, jotta voidaan turvata myös oikea diagnosointi? Oikea diagnosointi on erityisen tärkeää sairastuneen hyvinvoinnin ja terveyden kannalta mutta merkityksellistä myös yhteiskunnallisesti.

Ikääntyvä väestö ei ole yhtenäinen ryhmä, vaan se koostuu moninaisista erilaisista yksilöistä ja yhteisöistä. Muistisairaus koskettaa kaikkia väestöryhmiä. Vuoden 2018 lopussa Suomen väestöstä oli maahanmuuttajataustaisia 7,3%, joka tarkoittaa 402 619 henkilöä. Heistä 392 000:lla äidinkieli oli jokin muu kuin suomi, ruotsi tai saame. Ulkomailla syntyneitä oli 335 414 henkilöä. (Tilastokeskus 2019)

Tällä hetkellä Suomessa ei ole toimivia tai riittäviä työkaluja etnistaustaisiin vähemmistöryhmiin kuuluvien henkilöiden muistitestien tekemiseen, taikka riittävästi tietoutta kulttuurisensitiivisestä muistityöstä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa. Asiakkaan äidinkieli tai etninen tausta ei saa olla esteenä muistitestiin pääsemiselle. Sotelalle tarvitaan laajemmin kulttuurisensitiivistä työtä sekä työkaluja vastaanottaa ikääntyviä etnistaustaisia asiakkaita. Muistisairauden kohdatessa usein opittu kieli häviää ja jäljelle jää äidinkieli. Mikäli muistitestiä ei tehdä asiakkaan äidinkielellä, voi testituloksella vääristynyt.

Tilaisuuden panelistit olivat:

Marja-Liisa Laakkonen, ylilääkäri, geriatrian poliklinikka, Helsinki

Camilla Lindholm, professori, kielitieteet, Tampereen yliopisto

Ulla Buchert, tutkijatohtori, VTT, Ikääntymisen ja hoivan tutkimuksen huippuyksikkö (Suomen Akatemia)

Michaela Moua, ylitarkastaja, yhdenvertaisuusvaltuutetun toimisto

Päivi Majaniemi, projektipäällikkö, Suomen Romaniyhdistys ry

Eva Rönkkö, monikulttuurisuustyön suunnittelija, Eläkeläiset ry

Tilaisuuden alustivat **Siiri Jaakson**, ETNIMU-toiminta sekä **Jennifer R. van den Broeke**, PhD (Hollannin malli) ja puheenjohtajana toimi **Rekar Abdulhamed** (THL).

Tilaisuuden tarkoituksena oli tuoda esille eri mielipiteitä ja näkökulmia aiheesta. Tässä onnistuttiinkin loistavasti ja keskustelu oli vilkasta. Aihe koettiin erittäin ajankohtaiseksi ja tärkeäksi.

Muutosten vieminen sosiaali- ja terveysalan rakenteisiin vaatii 10–20 vuotta. Toiminnan tulisi olla systemaattista, eikä sen tulisi olla riippuvainen hankerahoituksista. Mitä me tarvitsemme ymmärtääksemme, että väestömme muuttuu ja palveluiden ja koko palvelujärjestelmän tulee muuttua niiden mukana? Monikulttuurisuus on jo arkipäivää.

Tarvitsemme ennen kaikkea yhteistyötä, verkostoitumista, vahvaa tahtoa, rohkeutta, asioiden tiedostamista, lisää tutkimusta sekä selkeän agendan.

ETNIMU-toiminta on laatinut aiheesta myös kannanoton, joka on luettavissa viereisellä sivulla sekä SUMU:n verkkosivuilla [tästä linkistä](#).

Tilaisuuden videotallenne on katsottavissa klikkaamalla alla olevaa kuvaa.





Helsinki 18.9.2019

Suomen muistiasiantuntijat ry:n ETNIMU-toiminnan kannanotto

Etnistaustaisten henkilöiden muistioireiden alkukartoituksen haasteet Suomessa

Miten Suomessa turvataan tulevaisuudessa etnisiin vähemmistöryhmiin kuuluvien mahdollisuus päästä muistisairauksien alkukartoituksen piiriin riittävän aikaisin? Entä miten turvataan testien tulosten totuudenmukaisuus, jotta voidaan turvata myös oikea diagnoosi? Oikea diagnoosi on erityisen tärkeää sairastuneen hyvinvoinnin ja terveyden kannalta mutta merkityksellistä myös yhteiskunnalle taloudellisesti.

Asiakkaan äidinkieli tai kulttuuri ei saa olla esteenä muistitestiin pääsemiselle. SOTE-alalla tarvitaan laajemmin kulttuurisensitiivistä työotetta sekä työkaluja vastaanottaa ikääntyviä etnistaustaisia asiakkaita. Muistisairauden kohdatessa usein opittu kieli häviää ja jäljelle jää äidinkieli. Mikäli muistitestiä ei tehdä asiakkaan äidinkielellä, voi testituloksella olla vääristynyt.

Muistihäiriöistä kärsivän henkilön hyvä elämänlaatu edellyttää hänen taustansa ja tapojensa tuntemista. Näitä ovat henkilön kieli, perhesuhteet, koulutus, työhistoria, verkostot, ruokailutottumukset, uskonto sekä muut kulttuuriset tavat. Näissä on eroja kantaväestön ja etnistaustaisten henkilöiden välillä.

Etnistaustaisen henkilön muistitesti-ilanteessa huomioon otettavia asioita ovat muun muassa asiakkaan kulttuuritausta, asiakkaan äidinkieli, asiakkaan koulutustausta sekä testien kulttuurisidonnaisuus. Nämä seikat tulee suhteuttaa testin tulokseen, muuten ei voida varmistua testin todenmukaisuudesta.

Terveydenhuollossa käytössä olevat muistitestit on suunniteltu kantaväestölle, eikä ne sovellu sellaisenaan muille kieli- ja kulttuuriryhmille. Testejä tulee soveltaa eri kulttuureihin soveltuviksi. Lisäksi asiakkaalla tulee olla testitilanteessa asiantunteva tulkki tulkaamassa.

ETNIMU-toiminnassa rakennetaan etnisen ja kulttuurisen taustan erityistarpeet huomioon ottavaa kulttuurisensitiivistä työotetta ikäihmisten, heidän läheistensä, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten sekä alan oppilaitosten välillä. Toiminnassa edistetään kulttuurisensitiivisen muistityön osaamista, jaetaan valtakunnallisesti muistiin liittyvää tietoa, kehitetään Muistitulkki-koulutusohjelmaa sekä kartoitetaan muistihäiriöistä kärsivät etnistaustaiset henkilöt.

ETNIMU-toiminta

Kehitysvammaisten muistisairauksien varhainen diagnosointi tärkeää

TEKSTI JOHANNA MÄENPÄÄ JA ANU SORVISTO

Kehitysvammaisten eliniän ennuste on kohonnut huomattavasti 20 viime vuoden aikana. Kehitysvammaisilla riski muistisairauksiin on aina ollut ja nyt eliniän noustessa se on tullut esille aiempaa enemmän. Kehitysvammaisilla henkilöillä muistisairaudet voivat saada hyvinkin erilaisia ilmenemismuotoja. Ei ole epätyypillistä, että jopa alle 40-vuotias kehitysvammainen henkilö voi sairastua muistisairauteen.

Muistisairauksiin viittaavia oireita saattaa olla vaikeampi havaita kehitysvammaisilla henkilöillä. Muistiongelmien jäävät helposti tunnistamatta, sillä muistisairauksia ei aina osata erottaa normaaleista ikääntymisen muutoksista. Niin kuin muillakin ikääntyvillä, lievästi kehitysvammaisilla oireet ovat helposti tunnistettavia: henkilö ei muista nimiä, lähipäivinä tehdyt asiat unohtuvat ja energisyys voi laskea.

Vaikeammin kehitysvammaisilla henkilöillä muistihäiriöiden tulkinta on haasteellisempaa jo pelkän kommunikaation puutteen vuoksi. Muistioireiden huomaaminen ja tulkinta jää tällöin asumisyksikön henkilökunnan ja läheisten tiedon, taidon ja havaintojen varaan. Vaikeasti kehitysvammaisten muistioireet voivat esiintyä mm. painon muutoksina, unihäiriöinä ja energisyyden vähenemisenä.

Muutoksia, joihin kannattaa kiinnittää huomiota mm.

- toimintakyvyn muutokset
- omatoimisuuden ja opittujen taitojen heikkeneminen
- käyttäytymisen muutokset
- liikuntakyvyn muutokset
- univaikeudet
- masennus
- psyykkiset oireet

Kehitysvammaisten muistisairauksia on viime aikoina alettu tutkia herkemmin. On erittäin tärkeää, että läheiset, asumisyksiköiden henkilökunta ja toimintakeskusten ohjaajat oppisivat tarkastelemaan kehitysvammaisen toimintakykyä ja tunnistaisivat mahdolliset muistioireet ajoissa. Varhainen diagnosointi ja hoidon piiriin pääseminen on tärkeää, jotta kehitysvammaisen toimintakyky säilyy mahdollisimman hyvänä niin pitkään kuin mahdollista.



Seinäjoella Eskoon tuki- ja osaamiskeskuksessa on tartuttu kehitysvammaisten muistiasioihin. Eskoossa toimii Muisti-markki, jossa moniammatillisena yhteistyönä selvitetään kehitysvammaisten henkilöiden mahdollisia muistisairauksia. Eskoo tarjoaa lisäksi ammattilaisille koulutusta kehitysvammaisten muistisairauksiin liittyen.

Seinäjoella järjestetään valtakunnallinen Muistiseminaari 11.11.2019,

jossa tarkoitus on tuoda tietoa kehitysvammaisten muistihäiriöistä ja miten muistikuntoutujaa voidaan tukea arjen toiminnoilla, liikkumisella ja luontoavusteisilla menetelmillä. Päivässä mukana joukko asiantuntevia luennoitsijoita mm. Muistiliiton puheenjohtaja, kansanedustaja Merja Mäkisalo-Ropponen ja Dosentti Irma Järvelä. Lisäksi päivän aikana on mahdollista tutustua erilaisiin työpajoihin ja näytteilleasettajiin.

Lisätietoja ja seminaarin ohjelma löytyy: www.eskoossa.fi

Yhteystiedot

Johanna Mäenpää
geronomi AMK, palveluesimies
johanna.maenpaa@esko.fi

Anu Sorvisto
fyioterapeutti YAMK, muistiprojektityöntekijä
anu.sorvisto@esko.fi



Seksiä kaiken ikää

Törmäsin Ilta-Sanomien lööppiin: ”Jopa käsirysyjä vanhainkodeissa. Eläkeläismiehillä riittää nyt vientiä”. Mikäpä tässä miehenä vanhetessa! Yli 75-vuotiaissa on lähes kaksi kertaa enemmän naisia kuin miehiä. Neidot odottavat sinua elämän kiihkeällä loppujaksolla. Ja miehen seksuaalisuushan ei vanhetessa mihinkään häviä, ainakaan kokonaan.

Osalla miehistä Ilta-Sanomien otsikko varmasti johtaa fyysisestä kunnosta huolehtimiseen kyvykkyyttään ylläpitäessään. Loppusuorituksessa apua saattaa löytyä viagroista. Niiden hintakehitys geneeristen valmisteiden myötä on ollut kuluttajille suotuisa. Pikkurahalla voi varmistaa komean erektion.

Seksuaalisuuden yksi ilmentymä, yhdyntä, jatkuu myös muistisairailla ainakin lievässä vaiheessa, vähemmän toki myöhemmin. Useimmiten yhdyntöjen jatkuminen on toivottava asia; voidaan jatkaa mahdollisimman normaalia elämää. Se on osa elämänlaatua.

On ainakin kaksi tilannetta, jossa sairauden myötä tilanne muuttuu naispuoliselle puolisolalle tukalaksi. Saattaa olla, että seksuaalisuus on ainoa elämänalue, jolla muistisairas pystyy pätemään. Olemaan mies. Hän saattaa lähestyä kumppania monia kertoja vuorokaudessa, kun ei muista, että on jo ”saanut”. Kun mies pyytää erektiolääkettä, niin yritän aina selvittää partnerin tilanteen. Ainakin liukuvoidetta pitää suositella naiselle, jos edellinen yritys on kymmenen vuoden takaa.

Toinen asia, joka voi aiheuttaa epätervettä seksuaalisuutta, on Parkinson-lääkitys. Halu on kuin nuorella miehellä, mutta kyky ei aina riitä. Aviovaimo saattaa joutua jopa pakosalle. Myös naisten halukkuus saattaa lisääntyä niin, että miehen kyvyt joutuvat kovalle koetukselle.

Useimmissa tapauksissa yhdynät vähenevät iän myötä, mutta myös (hyvinkin) vanhana seksuaalisuutta pidetään normaalina toimintona. Myös homosuhteisiin suhtaudutaan vapaamielisemmin. Uskon, että viiden vuoden kuluessa Suomessa seniori-Tinder on valtavirtaa. Yhdysvalloissa niitä toimii jo useita: <https://www.makeuseof.com/tag/too-old-for-tinder-try-these-5-alternative-dating-apps/>

Jotenkin uskon, että vanhoissa lavatansseissa oli parempi tuntuma: näkö, liikkeet, tanssitaitoa, puhetaito, luonteva kosketus ja tuoksu. Tuleva kumppani, usein vaimo, saattoi selvittää kahden tangon aikana...

Lopuksi tällä viikolla kuulemani tositapaus. Jatkuva huolehtiminen ja muistisairaassa miehessä kiinni olo väsytti omaishoitajana toimivan vaimon. Hän alkoi puhua miehelleen varovaisesti intervallihoidoista. Yllättäen mies ei kokenut asiaa mitenkään hankalana ja asia järjestettiin. Aamulla pakattiin vaatteita kassiin hyvässä yhteisymmärryksessä. Innoissaan mies puhkesi puhumaan:

- Mihinkä aikaan me lähdetäänkään sinne Interrailille?



VALOKUVA FREDRIK BÄCKMAN KUVITUKSET TUULI HANNIKAINEN

Aivoterveyttä Muistipuisto®-verkkopalvelusta



Muistipuisto syntyi tarpeesta

Muistipuisto® on muistisairaille henkilöille ja aivoterveystään kiinnostuneille ikääntyville suunnattu verkkopalvelu, jossa aivoterveyttä ja toimintakykyä ylläpitävä tieto ja harjoitukset yhdistyvät. Vastaavaa Kansallisen muistiohjelman (2015) mukaisesti toimintakykyä ylläpitävää kokonaisuutta ei Suomessa ole muistisairauden alkuvaiheessa oleville henkilöille ja aivoterveystään kiinnostuneille ikääntyville. Palvelun ideointi lähti em. käyttäjryhmien tarpeista ja toiveista, mutta helppokäyttöinen palvelu sopii kaikille terveydestään huolehtiville ikääntyville.

Suomalainen sosiaali- ja terveydenhuolto käy läpi merkittävää uudistusta, jossa digitalisaatiolla on tärkeä rooli.

Aivoterveysten edistämiseen keskittyvä muistipuisto.fi on tarvelähtöinen, innostava ja palvelumuotoilun keinoin kehitetty verkkopalvelu. Se on suunnattu aivoterveystensä ylläpitämisestä kiinnostuneille ikääntyneille ja henkilöille, joilla on jokin aivojen toimintakykyyn vaikuttava sairaus, kuten muistisairaus. Muistipuisto on otettu hyvin vastaan. Syyskuussa 2018 julkaistun palvelun ajankohtaisuus ja pelillisyyttä hyödyntävä toteutustapa ovat innostaneet Muistipuistoon jo yli 77 000 käyttäjää.

Yleisesti digitalisten palvelujen odotetaan parantavan terveys- ja hyvinvointipalvelujen valtakunnallista saatavuutta, saavutettavuutta ja yhdenvertaisuutta. Lisäksi digitaaliset teknologiat ja palvelut luovat aiempaa paremmat mahdollisuudet kansalaisten oma-aloitteiseen terveyden ja hyvinvoinnin seurantaan ja edistämiseen. Digitalisaatio tarjoaa uusia mahdollisuuksia myös muistisairauksien hoitoon ja kuntoutukseen sekä kaikkien ikääntyvien aivoterveysten ylläpitämiseen. Kun tähän liitetään hyötypeleistä tuttuja elementtejä, saadaan monipuolisia oppimis- ja toimintamahdollisuuksia. Muistipuistossa em. tekijät yhdistyvät käyttäjää innostavalla tavalla tarjoten maksuttoman sekä aikaan tai paikkaan sitoutumattoman mahdollisuuden aivoterveysten edistämiseen kaikille.

Näin Muistipuisto tehtiin

Muistipuisto on luotu käyttäjien näkökulmaa painottavana palvelukokemuksen yhteiskehittelyinä, johon on teknologian, tuotesuunnittelun ja terveydenhuollon asiantuntijoiden ohella osallistunut liki 2000 henkilöä. Mukana on muistisairaiden henkilöiden lisäksi ollut heidän läheisiään, aivoterveystään kiinnostuneita ikääntyneitä, vapaaehtoistoimijoita ja ammattilaisia.

Muistipuiston palvelumuotoilun keinoja hyödyntävä kehitystyö käynnistyi selvittämällä, millainen palvelun tulee olla, jotta se vastaa tulevien käyttäjiensä tarpeisiin. Vastausta kysymykseen "Millainen palvelu on oikeanlainen?" haettiin kolmen rinnakkaisen polun kautta. Ensimmäinen polku oli perehtymisen aivoterveyttä käsitteleviin tut-



kimuksiin, jotka antoivat palvelun sisällöllisiä valintoja ohjaavaa tietoa. Toinen polku käsitti olemassa olevien digitaalisten palvelujen analysoinnin teknisten ja käytettävyyteen liittyvien hyvien ratkaisujen tunnistamiseksi. Kolmas ja aineistoltaan laajin polku oli palvelua ideoivien työpajojen järjestäminen. Luovia työskentelymenetelmiä hyödyntävät pajat tuottivat rikkaan aineiston palvelun käyttäjien tarpeista ja toiveista.

Edellisessä vaiheessa kertyneen tiedon perusteella Muistipuistosta luotiin useita kokeiluversioita, joista käyttäjätiestien ja -palautteiden perusteella löydettiin heitä parhaiten palvelevat sisällöt, toiminnallisuudet ja käyttöliittymä. Nelivuotisessa kehitysprosessissa on kerätty jatkuvasti tietoa, joka on analysoitu ja palautettu takaisin palvelun edelleen kehittämiseen.

Sisältää tietoa, mutta ennen kaikkea tekemistä

Muistipuisto sisältää kuusi tutkimustiedon ja käyttäjien tarpeiden perusteella valittua aivoterveystietoa ja toimintakyvyn sisältöaluetta. Tietoa-osiosta koostuu monipuolisesti aivoterveystietoa edistämistä käsittelevästä teoretisestä tiedosta. Tekemistä tarjoavat sisällöt on sijoitettu puiston keskelle, sillä käyttäjät pitivät niitä itselleen tärkeimpinä. Treenejä aivoille -osiosta sisältää tarkkaavaisuuden, muistin, hahmottamisen ja päättelyn harjoituksia. Liikettä niveliin -osiosta tarjoaa kehoa ja aivoja virkistävää jumppaa. Mielen tasapainoa -osiosta tarjoaa myönteisen elämäntapojen, läsnäolon ja rentoutumisen harjoituksia. Muistelua ja visailuja -osiosta löytyy muistelun aiheita musiikista, valokuvista sekä yleistietoa haastavista visioista. Ter-

veelliseen ravitsemukseen saa vinkkejä Aivoterveystietoa -osiosta, joka sisältää helppoja ruokareseptejä päivän jokaiselle aterialle.

Käyttäjää innostetaan ja muistutetaan tulemaan uudelleen puistoon Viestitoiminnon avulla. Viesteillä käyttäjälle kerrotaan uusista ja kulloinkin ajankohtaisista sisällöistä. Helppokäyttöisyyttä lisäävä ja muistikuormaa vähentävä Suosikit-toiminto auttaa käyttäjää löytämään helposti ja nopeasti itselleen mielekkäät sisällöt. Puiston viisas Pöllö tarjoaa perusteluja ja vinkkejä, jotka motivoivat käyttäjää ja auttavat häntä ymmärtämään harjoittelun ja omien valintojensa merkityksen aivoterveystietoon ja toimintakykyyn.

Miten onnistuimme?

Muistipuisto julkaistiin syyskuussa 2018, minkä jälkeen puistossa on ollut yli 77 000 kävijää. Viikoittain Muistipuiston monipuolisia sisältöjä hyödyntää keskimäärin 1500 ihmistä. Sivuston seurantatiedon mukaan tällä hetkellä jo yli puolet istunnoista on palaavilta käyttäjiltä – tämä kertoo Muistipuiston sisältöjen mielekkyydestä. Se kertoo myös pelilliseen sekä selkeään ja iloiseen graafiseen tyyliin toteutetun palvelun vetoavuudesta. Käyttäjäkuntaan kuuluu paljon ns. kotikäyttäjiä, jotka ovat tyypillisesti muistisairautta tai jotain muuta aivojen toimintakykyyn vaikuttavaa sairautta sairastavia ihmisiä. Suuri käyttäjäjoukko muodostuu myös toimintakykynsä ylläpitämisestä ja edistämistä kiinnostuneista ikäihmisistä. Muistipuisto on löytänyt paikansa myös ryhmätoiminnassa niin ammattilaisten kuin vapaaehtoistenkin ohjaamissa ryhmissä.

Käyttäjiltä kerätyn palautteen mukaan Muistipuisto on kattava, asiantunteva ja sisällöllisesti perusteltu kokonaisuus, jossa harjoitukset ja asiainkäsittely yhdistyvät mielekkäällä tavalla. Harjoittelu Muistipuistossa vaikuttaa positiivisesti mielialaan ja käyttäjät ovat viihtyneet parhaimmillaan harjoitusten äärellä melkein kaksi tuntia. Positiivista on, että moni on ottanut harjoittelun säännölliseksi tavakseen.

Miina Sillanpään Säätio ja Muistiliitto ovat kehittäneet maksuttoman Muistipuisto.fi -palvelun hankkeessa, jolle Sosiaali- ja terveysministeriö on myöntänyt STEA:n kautta avustusta Veikkaus Oy:n pelituotoista vuosina 2016–2019.

Muistipuisto.fi, koska aivoterveys on pääasia!



Kirjoittajien tiedot

Ulla Arifullen-Hämäläinen

(Muistipuiston esitetilaukset)

ulla.arifullen-hamalainen@miinasillanpaa.fi

Helena Launiainen

helena.launiainen@miinasillanpaa.fi

Lisätietoa

Muistipuisto-hankkeesta <https://www.miinasillanpaa.fi/hankkeet/muistipuisto/>



Seniorihotelli Ainola: "Haluamme palvella ikäihmisiä kunnioittavasti ja teemme sen mitä he haluavat ja toivovat"

Suomen ensimmäinen seniorihotelli avattiin syyskuussa Espoon Pohjois-Tapiolaan. Ikääntyneille, eritoten muistisairaille suunnatun Seniorihotelli Ainolan ydin on palvelu. Asiakkaiden tervehtiminen, kuunteleminen, heille hymyileminen ja kosketus ovat luonnollinen osa hoitajien palveluhenkisyttä.



Seniorihotelli Ainolan toimitusjohtaja Tuula Laulaja haluaa tehdä asiakkaansa tyytyväisiksi. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi Ainolaan on muun muassa luotu henkisesti ja fyysisesti turvallinen ympäristö niin asiakkaille kuin heidän omaisilleen. Hymy ja kiireetön ilmapiiri sekä rauhallinen ja positiivinen asenne ovat erityisesti muistisairaille tärkeitä asioita huumorin lisäksi.

"Haluamme palvella ikäihmisiä kunnioittavasti ja teemme sen mitä he haluavat ja toivovat", kuvailee Tuula Ainolan filosofiaa.

Vehreällä paikalla sijaitseva hotelli tarjoaa tasokasta lyhytaikaista osa- ja ympärivuorokautista hoivaa ja huolen-

pitoa. Huonehintaan kuuluu aina täysihoito eli hotellissa nautitaan oman keittiön valmistamaa herkullista aamupalaa, lounasta, päivällistä ja iltapalaa. Kahvihetki on yksi päivän tärkeistä hetkistä ja välipalaa on koko ajan tarjolla. Viinilasilisenkin saa halutessaan.

Hotellin esteetön ja elämyksellinen ympäristö piristävät ja tuovat hymyn huulille. Virkistävän miljööön lisäksi hotellista voi ostaa erilaisia palveluita kuten kampaamo- ja parturipalveluita, hierontaa ja jalkahoitoja. Spa-osastolla vieras voi nauttia saunomisesta ja rentouttavasta kylvystä turvallisissa olosuhteissa. Tiloista löytyy muun muassa porekylpyamme, joka on suunniteltu ikäihmisiä varten.

"Tehdään yhdessä ikääntyville arvokkaampi vanhuus"

Hotellihuoneissa on sähköllä toimivat sängyt painetta alentavilla antidecubituspatjoilla, jotka mukautuvat nukkujan painon ja ruumiinlämmön mukaisesti. Uutta tekniikkaa edustavat unianturit ja elektroniset wc-pesuistuimet. Kylpyhuonekalustuksessa on käytetty antimikrobisia wc-kalusteita tukikaiteineen. Kalusteiden materiaali ehkäisee mikrobin leviämisen. Kylpyhuoneet ovat esteettömiä ja värit auttavat hahmottamaan tilaa.



Vehreällä paikalla sijaitseva hotelli on esteetön ja henkilökunta lähtee miellään ulos asiakkaiden kanssa sään salliessa.



Kylpyhuoneissa on käytetty antimikrobisia wc-kalusteita tukikaiteineen ja wc-pesuistuin on elektroninen.

Palveluihin kuuluvat erilaiset aktiviteetit ja henkilökunta lähtee mielellään sään salliessa asiakkaiden kanssa ulos. Ainola tarjoaa asiakkailleen sellaisia palveluita, joita he haluavat.

Hotellin toimitusjohtaja Tuula Laulaja kannustaa myös nuoria lähtemään rohkeasti rakentamaan ikääntyvien parempaa tulevaisuutta ja perustamaan vastaavanlaisia hotelli- ja hemmottelupaikkoja seniorikansalaisille.

Seniorihotelli Ainolan konsepti on avoimesti kopioitavissa.

”Seniorihotelli Ainolan konsepti on avoimesti kopioitavissa. Ja haluan kannustaa omaisiakin olemaan

rohkeasti yhteydessä. Meille voi soittaa kaikissa ongelmatilanteissa tai piipahtaa kahville kysymään, tutustumaan ja keskustelemaan. Ovet ovat aina avoinna”, sanoo Tuula ja toivottaa kaikki lämpimästi tervetulleeksi Suomen ensimmäiseen seniorihotelliin.

Seniorihotelli Ainolan kanssa samassa pihapiirissä toimii vuonna 2005 perustettu 30-paikkainen Villa Tapiola. Suomalaisen yrityksen toimitusjohtaja ja pääomistaja on Tuula Laulaja. Korkeatasoinen hoitokoti on erikoistunut muistisairaiden asukkaiden yksilölliseen palvelemiseen. Villa Tapiola on palkittu muun muassa asiakkaiden ja omaisten tyytyväisyyskyselyissä, kannustinmallikilpailussa ja digitarinoiden ansioista Tassu Kunniakirjalla.

Lisätietoja:

Toimitusjohtaja Tuula Laulaja
puh. 050 303 7660, tuula.laulaja@ainolahotelli.fi

Hotellin johtaja Päivi Paajanen
puh. 040 759 9111, paivi.paajanen@ainolahotelli.fi

Huonevaraukset ja lisätiedot

puh. 040 645 8473, info@ainolahotelli.fi
www.ainolahotelli.fi



Hotellihuoneissa on sähköllä toimivat sängyt painetta alentavilla antidecubituspatjoilla, jotka mukautuvat nukkujan painon ja ruumiinlämmön mukaisesti.



Spa-osastolla vieras voi nauttia saunomisesta ja rentouttavasta kylvystä turvallisissa olosuhteissa.



ALUEVASTAAVATOIMINTA AMMATILLINEN VAPAAHTOISVERKOSTO



Etelä-Savo

Mikkeli

Riitta Halonen
riitta.halonen@esmuistiluotsi.fi

Itä-Savo

Eevaliisa Salminen
eevaliisa.salminen@
esmuistiluotsi.fi

Kanta-Häme

Hämeenlinna

Piia Kalliopuska-Janhunen
pia.kalliopuska@gmail.com

Forssan seutu

Kirsi Uusimäki
kirsiiuusimaki1@gmail.com

Keski-Pohjanmaa

Pietarsaari

Irma Salonen
irma.salonen@hotmail.com

Keski-Suomi

Jämsä

Elina Koivumäki
enna.koivumaki@gmail.com

Keuruu, Mänttä-Vilppula

Kaisa Lipsonen
lipsoiset@gmail.com

Keski-Suomen seututkk

Marja Immonen
marja.immonen@seututk.fi

Kymenlaakso

Hamina

Heidi Lehto
heidi.lehto@kymsote.fi

Kotka

Paula Tommola
paula.tommola@kymp.net

Milena Vanhala

milena.vanhala@kumsote.fi

Kouvola

Tarja Levonen
tarja.levonen@
kouvolanseudunmuisti.fi

Jenni Pussinen

jenni.pussinen@
kouvola-seudunmuisti.fi

Lappi

Länsi-Lappi ja Luoteis-Lappi

Lea Waljus
lea.waljus@gmail.com

Sodankylä

Inga Mukku
inga.mukku@sodankyla.fi

Keminmaa

Teija Tervo teija.
tervo@gmail.com

Pirkanmaa

Tampere

Nina Janhunen
nina.e.janhunen@tamper.fi

Pohjanmaa/Österbotten

Kronoby

Ann-Marie Strandvall
ann-marie.strandvall@herberts.fi

Vasa

Johanna Juthborg
jjuthborg@gmail.com

Pohjois-Karjala

Joensuu

Leena Knuuttila
leena.knuuttila@pkmuistiry.fi

Pohjois-Pohjanmaa

Oulu

Sirpa Remdahl
sirpa.remdahl@gmail.com

Haapajarvi-Pyhajarvi

Heidi Vaaramaa
heidi.vaaramaa@selanne.net

Päijät-Häme

Iiti

Sanna Tillaeus-Äijö
sanna-riina.tillaeus-aijo@pPHYKY.fi

Lahti

Eva Koskimaa
ev.koskimaa@pPHYKY.fi

Lahti/Hollola

Maritta Ratia
maritta.ratia@pPHYKY.fi

Päivi Nurmi

paivihannele.nurmi@gmail.com

Hämeenkoski

Tiina Rantanen
tiina.rantanen1@pPHYKY.fi

Lahti/Orimattila

Heidi Heikkilä
heidi.heikkila78@gmail.com

Pääkaupunkiseutu/ Huvudstadsregionen

Esbo

Sofie Klaver-Kallio
sofie.klaver-kallio@tunaro.fi

Annika Wahren

annika.wahren@folkhalsan.fi

Helsingfors

Tina Väyrynen
tina.vayrynen@windowslive.com

Sonja Johansson

sonja.johansson@folkhalsan.fi

Helsinki

Outi Moilanen
outi.moilanen@hel.fi

Lahja Lahtinen

lahja.lahtinen@hel.fi

Vanda

Monica Printz
monica.printz@folkhalsan.fi

Satakunta

Kankaanpää, Ikaalinen

Kaarina Ketola
kaarina.ketola@kopisto.fi

Uusimaa/Nyland

Hanko

Kaarina Tynkkynen
kaarina.tynkkynen@hanko.fi

Hangö

Camilla Lindberg
camilla.lindberg@hanko.fi

Raseborg

Christel Rönnlund
christel.ronnlund@raseborg.fi

Susanne Lindgren

susanne.lindgren@folkhalsan.fi

Hyvinkää

Armi Toivonen
armituovo@gmail.com

Järvenpää

Sanna Viljanen
sanna.viljanen@keusote.fi

Lovisa

Monica Sund
monica.sund@loviisa.fi

Orimattila

Raili Karjalainen
raili.h.karjalainen@pPHYKY.fi

Titta Linden

titta.linden@pPHYKY.fi

Mäntsälä

Anna Heiskanen
anna.heiskanen@keusote.fi

Sipoo

Marjo Viitanen
marjo.viitanen@sipoo.fi

Karviainen

Ulla Henriksson
ulla.henriksson@karviainen.fi

Varsinais-Suomi/ Egentliga Finland

Kimitöön

Gerd Hakalax
gerd.hakalax@kimitoon.fi

Ulrika Storgårds-Taipale

ulrika.storgard-taipale@pasendo.fi

Laitila

Marianne Rapala
marianne.rapala@terveyskoti.fi

Lieto

Heidi Wahlroos
heidi.wahlroos@lieto.fi

Pargas

Marianne Blåberg
marianne.blåberg@pargas.fi

Salo

Kaisa Niinistö
kaisa.niinisto@salo.fi

Turku

Merete Luoto
merete.luoto@turku.fi

Åbo

Marina Gruner
marina.gruner@muistiturku.fi

Janina Dahla

janina.dahla@novia.fi

Uusikaupunki

Outi Oksanen
outi.oksanen@uusikaupunki.fi

Åland/Ahvenanmaa

Jomala

Mejt Svahnström
mejt.svahnstrom@oasen.ax



Voit lähettää sähköpostin helposti pitämällä kursoria sähköpostiosoitteen päällä, se muuttuu kädeksi jolla klikkaamalla sähköposti avautuu.



Toimiston henkilökunta

Tom Anthoni, toiminnanjohtaja

puh. 050 348 5068

tom.anthoni@muistiasiantuntijat.fi

- Memo-lehti, viestintä ja julkaisut
- Toiminnasta, kehittämisestä ja taloudesta vastaaminen

Barbro Sjöroos, järjestösihteeri

puh. (09) 454 28 48, 050 554 5199

info@muistiasiantuntijat.fi

barbro.sjoroos@muistiasiantuntijat.fi

- Jäsenasiat
- Laskutus ja tilaukset
- Koulutuksiin ilmoittautuminen

Tiina Toikka, suunnittelija

puh. 050 432 7277

tiina.toikka@muistiasiantuntijat.fi

- Aluevastaava -toiminta

Daniela Lindqvist, suunnittelija

puh. 050 441 5738

daniela.lindqvist@muistiasiantuntijat.fi

- Aluevastaava -toiminta

Siiri Jaakson, pääsuunnittelija

puh. 050 409 5199

siiri.jaakson@muistiasiantuntijat.fi

- ETNIMU-toiminta

Urve Jaakkola, suunnittelija

puh. 050 441 8002

urve.jaakkola@muistiasiantuntijat.fi

- ETNIMU-toiminta

Nina Pellosniemi, suunnittelija

puh. 050 322 0701

nina.pellosniemi@muistiasiantuntijat.fi

- ETNIMU-toiminta

Minna Kataja-Rahko, projektipäällikkö

puh. 050 326 6004

minna.kataja-rahko@muistiasiantuntijat.fi

- Lupa puhua -hanke

Minna Heini, projektikoordinaattori

puh. 050 520 7711

minna.heini@muistiasiantuntijat.fi

- Lupa puhua -hanke

Suomen muistiasiantuntijat

Haluatko vaikuttaa?

Liity jäseneksi ja tule edelläkävijöiden joukkoon.

Henkilöjäsenenä saat

- Memo-lehden sähköisen vuosikerran
- Jäsenkoulutuksissa uusinta tietoa muistisairauksista ja hoidon kehittämisestä
- Mahdollisuuden linkittyä aluevastaaviemme järjestämissä paikallisissa tapahtumissa

Jäsenmaksu on 27 €, opiskelijat ja eläkeläiset 20 €.

Suomen muistiasiantuntijat ry:n hallitus (2019–2020)

Puheenjohtaja

Merja Hållfast, –2020, TM, sairaalapastori, työnohjaaja, Helsinki

Varsinaiset jäsenet

Pauliina Savolainen 2019–2021

Teija Hammar –2020

Sointu Jokiniemi –2020

Mari Sairanen –2020

Satu Oldendorff –2020

Annikka Immonen 2019–2021

Kirsi Uusimäki 2019–2021

Satu Wäre-Åkerblom 2019–2021

Varajäsenet

Juhani Kuittinen 2019–2021

Laura Jyrä 2019–2021

Elina Kiuru –2020

Kaisa Schroderus –2020



Voit lähettää sähköpostin helposti pitämällä kursoria sähköpostiosoitteen päällä, se muuttuu kädeksi jolla klikkaamalla sähköposti avautuu.

Henkilökunnan sähköpostiosoitteet voivat olla sekä etunimi.sukunimi@sumut.fi tai etunimi.sukunimi@muistiasiantuntijat.fi

SEMINAARI:

Kommunikaatio ja vuorovaikutus muistisairaahan ihmisen kohtaamisessa

AIKA: tiistaina 3.12.2019

PAIKKA: Helsinki, Topeliuksenkatu 20, Folkhälsan: Ossiansali

HINTA: 95€, sis. aamupalan, lounaan ja iltapäiväkahvin

ILMOITTAUTUMINEN: Ilmoittaudu tästä

OHJELMA

- 8.30 Ilmoittautuminen ja aamupala
- 9.00 **Tervetuloa** – Merja Hållfast, Suomen Muistiasiantuntijat ry, Hallituksen puheenjohtaja
- 9.15 Sofie Klawer-Kallio, Silviasjukskötare, yksikkövastaava Hugo Maria Winberg stiftelsen:
Kenen tähden? Ihmislähtöinen lähestymistapa muistisairaahan kohtaamiseen
- 10.15–10.30 TAUKO
- 10.30 Sirpa Pietikäinen, Europarlamentaarikko ja European Alzheimer Association puheenjohtaja: **Terveiset Euroopasta**
- 11.00 Camilla Lindholm, Tampereen Yliopiston pohjoismaisten kielten professori:
Kielen rooli vuorovaikutuksessa
- 12.00–13.00 LOUNAS
- 13.00 Siiri Jaakson, Suomen muistiasiantuntijat ry, ETNIMU-toiminta, pääsuunnittelija:
**Muistitulkki-koulutusohjelman kehittäminen.
Kielelliset ja kulttuurilliset haasteet muistisairauden alkukartoituksessa**
- 14.00–14.30 Iltapäiväkahvi
- 14.30 Maria Kursi, viittomakielisten muistiasiantuntija, Kuurojen Palvelusäätiö:
Viittomakielisen muistisairaahan kohtaaminen – mitä sinun on hyvä tietää erityispiirteistä ja kohtaamisesta
- 15.30–15.45 Seminaarin päätös

*Katso myös muut koulutuksemme
koulutuskalenteristamme, ja ilmoittaudu mukaan!*

www.muistiasiantuntijat.fi