

Nº 3 / 2019

memo

*Muistisairaiden ihmisten
hyvinvoinnista vastaavien ammattilehti*

Juhlavuoden
tunnelmiin

3

Elämänmakuista omaishoitoa
– kokemusasiantuntija
voimavarana 6

Ikäihmisten kaltoinkohtelun ja
lähisuhdeväkivallan vastaista työtä
Kotiväki-hankkeessa 8

Hyvää Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta

toivoo
toimiston
henkilökunta

- 03 Pääkirjoitus: Juhlavuoden tunnelmiin
- 05 Keskity, kuuntele ja yritä ymmärtää
- 07 Seuraa Ulpun ja Paulin arkea
- 08 Elämänmakuista omaishoitoa – kokemusasiantuntija voimavarana
- 10 Ikäihmisten kaltoinkohtelun ja lähisuhdeväkivallan vastaista työtä Kotiväki-hankkeessa
- 12 Aluevastaavatoiminnan yhteystiedot
- 13 Toimiston henkilökunta

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-
ASIAANTUNTIJAT

Julkaisija
Suomen muistiasiantuntijat ry

Uusi osoite:
Itämerenkatu 5, krs 7.
00180 Helsinki
Puh. (09) 454 28 4
ISSN 2342-5652
(Verkkójulkaisu)

Ilmestyy 2020 neljä
kertaa vuodessa

1. maaliskuu
2. toukokuu
3. syyskuu
4. marraskuu

Tilauhinnat
vuodelle 2020
Vuosikerta 30,00

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

Toimitus
Tom Anthoni
puh. 050 348 5068

Juhlavuoden tunnelmiin

Siirrymme pian uudelle vuosikymmenelle.
Samalla alkaa SUMUn 30-vuotisjuhlavuosi.



TOM ANTHONI

SUMUn tarkoituksena on sääntöjensä mukaisesti edistää muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnin ja palvelujärjestelmien kehittymistä, tukea muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnista huolehtivia henkilöitä ja yhteisöjä edistämään muistisairaiden ihmisten hyvinvointia, edistää näiden yhteistyötä ja alan yleisiä toimintaedellytyksiä sekä huolehtia muistisairaiden ihmisten yhdenvertaisista oikeuksista.

Tämän tarkoituksensa toteuttamiseksi SUMU on vuosien varrella esim. toteuttanut kehittämis- ja tutkimustoimintaa, järjestänyt koulutusta, toteuttanut ohjaus-, neuvonta- ja tukitoimintaa muistisairaiden ihmisten hyvinvoinnista vastaaville henkilöille ja yhteisöille.

SUMU on ollut edelläkävijä ja alullepanija – tämä rooli ei ole muuttunut mihinkään. Olemme tänä syksynä kysyneet muistialan ammattilaisilta: **”Mistä saat lisätietoa ja valmiuksia toimia muistiperheiden kanssa?”**

Yli sadan vastauksen joukosta muutama poiminta:

”Ammattikirjallisuudesta, muistihoitajien- ja koordinaattoreiden sekä Alvojen verkostotapaamisista ja koulutuksesta. Valmius kohdata muistiperheitä on tullut myös pitkän ja monipuolisen työhistorian kautta.”

”Alva-toiminnasta ja Sumun koulutuksesta.”

”Sumun ja Muistiliiton materiaalit ja koulutukset.” (tämänkaltaisia vastauksia oli useampia)

Yksi jälleen ajankohtainen koulutus järjestettiin joulukuun alussa. SUMUn seminaarissa aiheena oli Kommunikaatio ja vuorovaikutus muistisairaana ihmisen kohtaamisessa. Tilaisuudessa kuultiin monta hyvää puheenvuoroa: viittomakielisten muistisairaiden kohtaamisen erityispiirteistä, sateenkaarisenioreiden kokemasta vähemmistöstressistä, pohjoismaisten kielten professorin **Camilla Lindhomin** oiva esitys kielen roolista vuorovaikutuksessa. Euroopan parlamentin jäsen ja European Alzheimer Associationin hallituksen jäsen **Sirpa Pietikäinen** kertoi, että muistisairauksien prioriteetti on Euroopassa valitettavasti taka-alalla tällä hetkellä. Samoin muistisairauksiin liittyvä osaminen on edelleen kehittämätöntä eli stigma istuu tiukassa ja vielä on pitkä matka siihen, että muistiasioista opitaan puhumaan oikeilla nimillä, ilman leimaamista. Silviasjuksköterska **Sofie Klawér-Kallio** piti koskettavan esityksen muistisairaiden asiakkaiden huolenpidosta ja tavoitetilasta, jossa esim. hoitohenkilökunta ja muistisairaana henkilön omaiset ovat samalla tasolla.

SUMUn aluevastaavatoiminta ja sen kehittäminen on merkittävä ja pitkäaikainen osa yhdistyksen valtakunnallista toimintaa. Haluamme laajentaa ja kehittää Alva-verkoston toimintaa.

2020 on Alva-toiminnan 22. toimintavuosi. Nyt kuitenkin rahoittajamme STEA esittää Alva-toiminnalle avustusta vain puolen vuoden toimintaan eli kesäkuun loppuun asti. STEAn mukaan

Alva-toiminnan hakemuksessa esitetyt toimenpiteet eivät edistä riittävästi tavoiteltua muutosta kohderyhmän asenteissa tai hyvinvoinnissa. STEAn mielestä aiempi toiminta ei ole ollut riittävän tavoitteellista ja tuloksellista, jotta jatkoavustamiselle olisi edellytyksiä. STEA ilmoittaa avustusehdotuksessaan, että SUMUn avustuskokonaisuutta tullaan arvioimaan uudelleen vuonna 2020. SUMUn roolista ja tehtävästä keskustellaan siis perusteellisesti pian alkavana juhlavuonna. Samalla etsitään uusia ratkaisuja puuttuvan rahoituksen korvaamiseksi.

SUMUn juhlaseminaari ja vuosikokous järjestetään torstaina 14.5. Helsingissä, laittakaa päivä muistiin.

Kustannussyistä Memo ilmestyy toistaiseksi vain sähköisenä. Etsimme kuitenkin lehdelle tuloja, jotta se voitaisiin tulevaisuudessa julkaista myös paperiversiona.

Seuraavat Memo-lehdet ilmestyvät seuraavasti:

nro 1: maaliskuu 2020
nro 2: toukokuu 2020
nro 3: syyskuu 2020
nro 4: marraskuu 2020

Hyvää joulunaikaa ja Onnellista Uutta Vuotta!

Tom Anthoni
toiminnanjohtaja
Suomen muistiasiantuntijat ry

Keskity, kuuntele ja yritä ymmärtää

Muistisairaus vai kognitiivinen sairaus?

TEKSTI SANNA KASKI KUVAT SUOMEN MUISTIASIANTUNTIJAT

Suomen muistiasiantuntijoiden järjestämässä seminaarissa käsiteltiin kommunikaatiota ja vuorovaikutusta muistisairaana ihmisen kohtaamisessa.

Muistisairaus on vamma

Seminaari pidettiin 3.12. ja europarlamentaarikko, European Alzheimer Associationin jäsen ja muistisairaana äidin tytär **Sirpa Pietikäinen** aloitti puheenvuoronsa toivottamalla kaikille hyvää kansainvälistä vammaisten päivää. Hän painotti, että myös muistisairaus on vamma.

-Jotta meillä olisi oikea lähestymiskulma, pitäisi meidän vaatia, että muistisairaudet kirjataan vammaksi ja niitä kohdellaan myöskin vammana. Se on yksi Alzheimer European tavoite ja asia, jota meidän täytyisi laajalla rintamalla viedä eteenpäin.

Jos muistisairaus nähtäisiin vammaksi, kuuluisivat muistisairaille myös vammaisten oikeudet. Tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi mahdollisuutta henkilökohtaiseen avustajaan tai kuljetuspalveluihin.

Sirpa Pietikäinen kertoi sekä Euroopan Alzheimer Associationin työstä että niistä oivalluksista, joita hän on tehnyt omien muistisairaiden läheistensä kanssa. Yksi hänen muistisairaiden kohtaamiseen liittyvä lempiteesinsä on presidenttiperiaate. Hän kehotti yleisöä miettimään, mitä tapahtuisi, jos lavalla olisi Sauli Niinistö, joka alkaisi puhumaan sekavia. Mitä kaikki silloin tekisivät? Ei kukaan silloin alkaisi lassyttämään, että "Saulii...?! Tuu pois sieltä...". Kyllä silloin alettaisiin ihan korvat höröllä kuuntelemaan, että mitä oikein tapahtuu. Onko presidentti sairas vai onko hänellä joku hätä?

-Tässä viesti on se, että otettaisiin aina vakavasti. Kuunneltaisiin muistisairasta kuin kuunneltaisiin presidenttiä. Keskityttäisiin, kuunneltaisiin ja yritettäisiin ymmärtää.

Sofie Klawer-Kallion, Hugo Maria Winberg säätiön yksikkövastaavan, esityksessä toistuivat sanat kunnioitus, arvokkuus ja kunniallisuus.

-Olen myös Suomen ensimmäinen kuningatar Silvian nimetty sairaanhoitaja, Klawer-Kallio esittäytyi. Hän kertoi käymänsä Silvian nimeä kantavan sairaanhoitajakoulutuksen olleen todella intensiivinen. Kolmestakymmenestä koulutuksen aloittaneesta sairaanhoitajasta valmistui vain kahdeksan.

-Suosittelen koulutusta todella lämpimästi. Silvia-sairanhoitaja koulutetaan ruotsinkielen lisäksi myös englanniksi.

Klawer-Kallio pohti myös muistisairauksista käytettävää nimitystä. Esimerkiksi Ruotsissa puhutaan dementiaasta siinä missä Suomessa yleisin käytetty nimitys on muistisairaudet. Viime aikoina on käyttöön tullut myös nimitys kognitiiviset sairaudet. Klawer-Kallio kertoi itse suosineensa aiemmin muistisairaus-nimikettä, mutta muuttaneensa mielipidettä.

-Kognitiivinen sairaus on se, mikä saa tässä vaiheessa minun pojot.

Klawer-Kallio näkee muistisairauksista puhuttaessa ongelmalliseksi sen, että muistin heikkeneminen on vain yksi oire muiden joukossa. Muut oireet, kuten vaikutukset ajattelukykyyn, käyt-



Sirpa Pietikäinen kiittää äitiään voimakkaasta sitoutumisestaan muistisairaiden hyvään hoitoon. Pietikäisen äiti on vuodesta -94 lähtien sairastanut muistisairautta.



Sophie Klawer-Kallio ja Camilla Lindholm korostivat, että vaikka muistisairautta ei voi parantaa, voi muistisairaana henkilön elämänlaatua kohentaa kunnioittavan kohtaamisen keinoin.





Muistisairaat henkilöt eivät ole yksi yhtenäinen ryhmä. Maria Kursi kertoi, minkälaisia erityispiirteitä kuuluu viittomakielisen muistisairaahan kohtaamiseen, kun taas Touko Niinimäki puhui sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen näkökulmasta.

täytymiseen sekä kykyyn tuottaa ja ymmärtää puhetta, voivat olla joissain tapauksissa jopa voimakkaampia kuin varsinaiset muistioireet.

-Muistisairauksissa nähdään olevan sairaudesta ja luokittelutavasta riippuen kolme tai neljä vaihetta. Joillakin muistin heikkenemistä esiintyy vasta viimeisessä vaiheessa, ja joskus viimeisen vaihe jää lyhyeksi.

Klawer-Kallio korosti, että valitaan sitten mikä näistä kolmesta nimityksestä tahansa, on tärkeää muistaa, että kyseessä ei ole yksi yhtenäinen sairaus, vaan sateenvarjonimike yli sadalle eri sairaudella.

Tärkeää on antaa tarpeeksi aikaa

Memocaten tieteellinen johtaja ja Tampereen yliopiston pohjoismaisten kielten professori **Camilla Lindholm** kertoi, että muistisairaahan henkilön vuorovaikutusta voidaan helpottaa kolmesta eri näkökulmasta. Näitä ovat muistisairaahan henkilön itsensä tukeminen, hänen keskustelukumppaneidensa ohjeistaminen sekä keskusteluympäristön muokkaaminen. Lindholmin puheenvuorossa pääpaino oli keskustelukumppaneiden ohjeistamisessa.

Yksi tärkeä neuvo on antaa tarpeeksi aikaa, koska muistisairailla henkilöillä kielellinen prosessointi on hitaampaa.

-Meidän on joskus vaikea kestää hiljaisuutta ja jäädä odottamaan muistisairaahan henkilön puheenvuoroa. Joskus käy niin, alamme itse muodostamaan vastausta, vaikka silloin, jos maltaisimme odottaa, olisi se vastaus muistisairaalta henkilöltä tulossa.

Puheen nopeus on myös asia, johon kannattaa kiinnittää huomiota.

-Kun puhuu muistisairaahan henkilön

kanssa, on kielellisen prosessoinnin hitauden vuoksi hyvä puhua vähän normaalia hitaammin. Puhe ei kuitenkaan saa olla liioitellun hidasta, koska se voi olla haasteellista muistamisen näkökulmasta. Jos puheenvuoron tuottaminen kestää pitkään, saattaa muistisairas henkilö unohtaa, mitä alussa on sanottu

Muistitesti viittomakielellä

Viittomakielisten muistiasiantuntija **Maria Kursi** Kuurojen Palvelusäätiöstä kertoi muun muassa muistitestin tekemisestä viittomakieliselle asiakkaalle. Kuurojen Palvelusäätiö on laatinut viittomakielisen CERAD-testin.

-Suomenkielistä testiä ei voinut suoraan kääntää viittomakielelle, vaan meidän piti tehdä hieman muutoksia siihen, hän totesi.

Kuurojen Palvelusäätiö toteuttaa testejä kuntien maksusitoumusten kautta. Kuurojen Palvelusäätiön työntekijät tulevat maksusitoumuksen saatuaan asiakkaan luo tekemään testin ja laativat siitä tilaajalle yhteenvedon. Testin hinta on 75 euroa ja pääkaupunkiseudun ulkopuolelle matkustettaessa matkakulut.

Kursi kertoi, että toinen vaihtoehto on tehdä CERAD-testi viittomakielen tulkin avustuksella, mutta hän ei pidä sitä parhaana ratkaisuna.

-Viittomakielen tulkin rooli on siinä erilainen kuin Kuurojen Palvelusäätiön työntekijöiden. Tulkin tehtävä ei ole arvioida kieltä. Hän on siinäkin tilanteessa kielenkääntäjä.

Vähemmistöstressi voi nousta pintaan muistisairauden myötä

Seniorityön asiantuntija **Touko Niinimäki** ja kokemuskouluttaja Kuisma Seta

ry:stä puhuivat sateenkaarisenioreiden kohtaamisesta. Sateenkaarisenioreilla viitataan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluviin ikäihmisiin.

-Jos ei ole koskaan pystynyt olemaan oma itsensä, saattavat salatut ja käsittelemättömät asiat muistisairauden myötä nousta pintaan ja nostaa vähemmistöstressiä, kertoi Niinimäki.

Vähemmistöstressi on krooninen stressitila, joka syntyy kun ihminen kokee olevansa valtaväestöön nähden erilainen eikä uskalla olla oma itsensä. Pitkittänyt ja voimakas vähemmistöstressi voi pahimmillaan johtaa päihdekäyttäytymiseen ja itsemurhataipumukseen.

Niinimäki muistutti, että todellisuus ja lainsäädäntö, jossa nykyiset sateenkaariseniorit elivät lapsuutensa ja nuoruutensa, poikkesivat nykyajasta. Homoseksuaaliset teot dekriminalisointiin vasta vuonna 1971 ja vuonna 1981 homoseksuaalisuuden tautiluokitus poistettiin.

-Tämä tarkoittaa sitä, että vuosiin 1971 ja 1981 asti nämä ihmiset nähtiin rikollisina ja sairaina pelkästään sen vuoksi, että he olivat sitä, mitä olivat, eli sateenkaari-ihmisiä, seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia ihmisiä.

Kun nämä rikollisuuteen ja sairauksien liittyvät pykälät poistuivat tuli tilalle vuoteen 1999 asti voimassa ollut kehotuskielto, jonka vuoksi esimerkiksi kouluissa tai mediassa ei sateenkaari-ihmisiin liittyviä asioita käsitelty kovin paljoa. Kehotuskielto esti asiallisen tiedon leviämisen.

-Vuonna 2011 transvestisuus poistettiin tautiluokituksesta ja vasta viime vuonna Maailman Terveysjärjestö WHO poisti transsukupuolisuuden mielen-terveyshäiriölistalta. Vaikka nykyään tuntuu, että asiat kehittyvät nopsaan tahtiin, ovat nämä ennemminkin pieniä askeleita koko ajan parempaan suuntaan, totesi Niinimäki.

Sanna Kaski

on Memocaten sisällöntuottaja. Hän on suomen kielen ja viestinnän asiantuntija (FM) sekä sairaanhoitaja.

Artikkeli luettavana myös Memocaten sivuilla



SUMUn toimisto on muuttanut

Suomen muistiasiantuntijoiden toimisto
muutti marras-joulukuun vaihteessa
Helsingin Pasilasta Ruoholahteen.

Uusi osoitteemme on:

Itämerenkatu 5, krs 7.
00180 Helsinki

Muut yhteystietomme
ovat ennallaan.

CERAD-koulutuspäiviä keväällä 2020

7.2.

13.3.

24.4.

*Ilmoittautumislinkki
tulossa pian!*

Facebookiin ja nettisivuillemme tammikuussa





KUVA EMMI JORMALAINEN

Ulpu ja Paul kertovat kotona muistisairauden kanssa asumisesta, onnistumisista ja haasteista sekä kohtaamistilanteista ammattilaisten kanssa. tarinat perustuvat Lupa puhua -hankkeen keräämiin kokemuksiin muistiperheiltä ja ammattilaisilta.

Seuraa Ulpun ja Paulin arkea

<https://muistiasiantuntijatblogi.wordpress.com/>
sekä www.facebook.com/muistiasiantuntijat.

"Innostuttiin tässä syksyllä käymään palvelukeskuksessa lounaalla. Viime kerralla sattumalta tavattiin siellä mukava työntekijä, joka alkoi kyselemään kuulumisia. Se tuntui ihan mukavalta, että hän oli kiinnostunut, vaikka ei ollut meitä nähnyt siellä aikaisemmin. Hän kertoi olevansa sosiaaliohjaaja.

Kerroimme hänelle, että tilanteemme on tällä hetkellä ihan hyvä. Silloin aluksi kaikki tuntui sekavalta, ja kyllä hän se muistisairaus mietitytti kovasti. Koemme kyllä edelleenkin haastavaksi sen, että mistä sitä nyt sitten tarvittaessa pitäisi kysellä ja mitä. Toisaalta kaikkea ei oikein haluaisi tietääkään, kun meillä menee tällä hetkellä oikein hyvin. Ei oikeastaan halua kysyä, kun pelottaa mitä joutuu kuulemaan.

Sosiaaliohjaaja kertoi sitten meille vinkkejä arjen sujumiseen ja aktivointiin. Hän ehdotti meille joitakin ryhmiä siellä palvelukeskuksessa. Hän kertoi meille myös erilaisista kolmannen sektorin toimijoista, joista emme olleet aikaisemmin kuulleetkaan. On olemassa paljon erilaisia yhdistyksiä, joiden toimintoihin on mahdollista osallistua ilman ilmoittautumista tai ajanvarausta. Niissä pääsee kuulemaan tapamaan vaikkapa muita samassa elämäntilanteessa eläviä. Kuulostaa kyllä ihan mukavalta. Toivottavasti kaikki kaltiamme kohtaavat ammattilaiset osavat neuvoa asiakkaitaan yhtä ihmisläheisesti ja monipuolisesti, kuin tämä kohtaamamme miellyttävä sosiaaliohjaaja. Tulee niin mukava olo, kun saa itse miettiä ja valita, mikä meille juuri nyt sopii ja millaisiin juttuihin olemme tässä vaiheessa halukkaita mukaan lähtemään. Ihan todella mukavaa oli kuulla neuvoja, mutta eiköhän me vielä pärjätä keskenämme. Sinne palvelukeskukseen menemme lounaalle tai päiväkahville jatkossakin!"



Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry:n kouluttamat kokemusasiantuntijat

TEKSTI MINNA HEINI KUVA ARI LIIMATAINEN

Elämänmakuista omaishoitoa – kokemusasiantuntija voimavarana

Omaishoitajuus, kokemusasiantuntijuus ja yhteistyö ammattilaisten kanssa olivat pääaiheina Pääkaupunkiseudun omaishoitajien, tutummin Pollin, juhlaseminaarissa 11.10.2019. Omaishoitajien keskeinen viesti ammattilaisille oli yksinkertainen: Muista aina kysyä omaishoitajalta, kuinka sinulla menee hoidettavan kanssa, ja miten sinä jaksat? Jo kysyminen tuo voimia tehdä omaishoitotyötä.

Omaishoito on raskasta ja rakasta

”Oli päiviä, kun en itse jaksanut. Sitä on vieläkin vaikea itselle myöntää”, totesi puheessaan Jyrki Ista. Istalla on oma kokemus siirtymisestä puolisoista omaishoitajaksi. Hänen kohdallaan omaishoitajan tehtävän alkuvaihe oli sisältänyt paljon hämmennystä ja uuteen tilanteeseen sopeutumista. Aina ei osannut kysyä apua tai neuvoja, eikä aluksi edes huomannut joutuneensa erityistilanteeseen. Hän muisteli kaivanneensa omaishoitajalle suunnattua ensitietokurssia, sekä apua ja opastusta palvelujärjestelmän ymmärtämiseen.

Ista korosti, että huolimatta omaishoitajan statuksestaan, hän koki ennen kaikkea olevansa vaimolleen puoliso. Vaimon sairaudesta huolimatta hymyilyllä ja yhteisellä huumorintajulla pystyi kommunikoimaan sujuvasti.

Ruut Pylvänäinen kuvasi omaishoitoa puheenvuorossaan ratkaisujen etsimiseksi, mutta samalla elämän perusmerkkien etsimiseksi. ”Omaishoito on täyttä byrokratiaa ja toisaalta täyttä tunnetta”, Pylvänäinen totesi. Päällimmäinen tunne omaishoidossa on suru, mutta omaishoitoon kuuluu myös ilon tunteita ja onnistumisia.

Yhteistyötä omaishoitajan kanssa

Pollin toiminnanjohtaja Marja Ruotsalainen korosti puheessaan omaishoitajien ja ammattilaisten yhteistyön merkitystä. Yhteistyön tulee olla yhteisymmärryksessä muodostunutta kumppanuutta. Kumppanuus ammattilaisen kanssa tukee omaishoitajan arkea ja tekee yhteistyöstä sujuvaa. "Tällaisen hyvän kumppanuussuhteen toteutuminen edellyttää, ettei luo ennakoasenteita tai oletuksia, vaan ottaa jokaisen tasapuolisesti vastaan", Ruotsalainen muistutti.

Pollin suunnittelija Lea Lindqvist toi esille, että omaishoito on muutakin kuin raadollisia tarinoita iltapäivälehdistä. Pollin koulutetut omaishoidon kokemusasiantuntijat ovat esimerkki siitä, miten oma kokemus

omaishoitajana toimimisesta on voitu valjastaa voimavaraksi, joka tukee myös muita. Kokemusasiantuntija Ruut Pylvänäinen kuvasi omaishoitoa maailman parhaaksi työpaikaksi. "Omaishoito on näköalapaikka siihen, missä elämän suuria tekoja oikeasti tapahtuu. Hoidettava on monessa asiassa paras opettaja", Pylvänäinen totesi.

**"Omaishoito on näköalapaikka
siihen, missä elämän suuria
tekoja oikeasti tapahtuu.
Hoidettava on monessa asiassa
paras opettaja"**

Lea Lindqvist herätteli seminaarin kuulijoita pohtimaan, voisimmeko hyödyntää kokemusasiantuntijaa omassa työssämme. Kokemusasiantuntijana toimiva Jyrki Ista toivoi tulevansa kuulluksi: "Omainen arvostaa, jos hänen asiantuntemustaan arvostetaan ja hyödynnetään. Arvostamme kuulluksi tulemista, neuvoja ja ammattitaitoa. Tämä ei vaadi aina paljon aikaa, sillä joskus pieni teko riittää."



SUMUN 30-VUOTIS JUHLASEMINAARI JA VUOSIKOKOUS

Torstaina 14.5.2020

GLO Hotel Art
Lönrotinkatu 29, 00180 Helsinki

Laita päivä muistiin!

Tarkemmat tiedot tulevat ensi vuoden puolella.

Ikäihmistien kaltoinkohtelun ja lähisuhdeväkivallan vastaista työtä Kotiväki-hankkeessa

TEKSTI JA KUVA KOTIVÄKI-HANKE 2018-2021

Oulun Seudun Mäntykoti ry:n kolmevuotinen (vv. 2018–21) Kotiväki-hanke on yksi Ikäinstituutin ja Vanhus- ja lähimmäispalvelun liiton koordinoiman Elämänote-ohjelman Stea-rahoitteisista hankkeista. Elämänote-ohjelmassa kaikilla hankkeilla on yhteistä se, että kohderyhminä ovat haasteellisissa elämäntilanteissa elävät ikääntyneet ihmiset. Kotiväki-hankkeessa työskennellään kaltoinkohtelua ja lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden ikääntyvien löytämiseksi ja auttamiseksi.



Kotiväki-hankkeessa on tavoitteena kaltoinkohtelun ja lähisuhdeväkivallan uhan alla elävien ikäihmistien löytäminen, ikääntyneiden vertaistoiminnan kehittäminen, selviytymismallien ja turvataitojen vahvistaminen osallisuuden keinoin. Hanke perustuu Oulun Seudun Mäntykoti ry:n, Oulun ensi- ja turvakoti ry:n sekä Suvanto ry:n vuonna 2018 päättyneeseen Juuri-hankkeeseen.

WHO:n määritelmän mukaan kaltoinkohtelulla ja lähisuhdeväkivallalla tarkoitetaan luottamuksellisessa suhteessa tapahtuvaa tekoa tai tekemättä jättämistä, joka vaarantaa ihmisen hyvinvoinnin, turvallisuuden ja terveyden.

“Joka neljännellä ikääntyneellä on syy pelätä läheistään”, kertoo Helsingin kaupungin lähisuhdeväkivaltaa ehkäisevä kampanjajuliste vuodelta 2014. Ilmiön yleisyys yllättää monet hankkeessa kohtaamamme ikäihmiset ja ammattilaiset. Ikäihmistien kaltoinkohtelu ja lähisuhdeväkivalta on edelleen hyvin vaiettu ja arka asia. Aiheeseen liittyvä häpeä, syyllisyys ja pelko sulkevat suut ja avun hakeminen estyy. Kotiväki-hankkeen yksi tavoitteista onkin tämän häpeän ja pelon hälventäminen ja avun saannin mahdollistaminen. Useimmiten ikäihmistien kaltoinkohtelija on oma puoliso, lapsi, lapsenlapsi tai muu läheinen, johon hänellä on luottamuksellinen suhde.

Ikääntyneet kertovat fyysisen väkivallan lisäksi henkisestä, sosiaalisesta, hengellisestä, seksuaalisesta ja taloudellisesta lähisuhdeväkivallasta. Taloudellinen väkivalta ja kaltoinkohtelu nousevat usein esille erityisesti mediassa. Ikääntyneiden kohtaaman väkivallan ja kaltoinkohtelun erityispiirteisiin kuuluu myös hoidon ja avun laiminlyönti. Laiminlyönti ei ole aina tahallista. Se voi johtua myös osaamattomuudesta tai jaksamattomuudesta. Esimerkiksi ikääntyneiden omaishoitosuhteissa on usein tilanne, jossa sekä omaishoitaja, että hoidettava ovat ikääntyneitä. Ikääntyneiden omaishoitajien jaksamisen tukeminen sekä riittävien ja oikea-aikaisten palveluiden saatavuus ehkäisevät merkittävästi kaltoinkohtelua ja lähisuhdeväkivaltaa.

Ikääntyneiden kohtaaman väkivallan ja kaltoinkohtelun erityispiirteisiin kuuluu myös hoidon ja avun laiminlyönti. Laiminlyönti ei ole aina tahallista. Se voi johtua myös osaamattomuudesta tai jaksamattomuudesta.

Ikääntyneiden kohdalla kaltoinkohtelusta ja lähisuhdeväkivallasta irrottautuminen on pitkälinen prosessi, joka vaatii aikaa, kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä niin ikäihmiseltä kuin auttajaltakin. Väkivaltaa on voinut ikääntyneiden kohdalla kestää pitkään. Väkivalta voi

myös alkaa vasta ikääntymisen myötä. Kaltoinkohteleavasta ja väkivaltaisesta suhteesta irrottautuminen tapahtuu usein avioeron kautta. Ikäihmistien käsitys avioliitosta on usein elämän mittainen liitto. Usein ratkaisu ikäihmistien kohdalla onkin avioeron sijaan erilleen muuttaminen.



Aina ei ole helppoa löytää sanoja, joilla kaltoinkohtelusta puhutaan. Kaltoinkohtelu ja lähisuhdeväkivalta kaipaavat ikäihmisten parissa joskus sanoittamista. Eri sukupolvet käyttävät kaltoinkohtelusta puhuttaessa erilaisia sanoja. Eräs ikäihminen puhui ryykelistä. Termi ei heti auennut nuorelle hoitajalle. Tarkentavien kysymysten myötä ryykelistä päästiin puhumaan tarkemmin. Ikäihminen tarkoitti ryykelillä lapsensa tekemää kaltoinkohtelua. Kaltoinkohtelun ja lähisuhdeväkivalan puheeksi ottaminen voi olla vaikeaa myös ammattilaisille. Asian esille nostaminen ja siitä keskustelu vaativat luottamuksen syntymistä ja rauhallista aikaa. Hankkeessa kohtamme ikäihmisiä ja ammattilaiset ottavat mielellään tietoa vastaan. Yhteinen keskustelu parantaa tietoisuutta ilmiöstä ja auttamisen keinoista.

Me vanhustyön tekijät kuulemme usein huolipuhetta ikäihmistä kaltoinkohtelevista tilanteista. Vuonna 2015 voimaan tullut laki Ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista velvoittaa ammattilaisia ilmaisemaan huolensa. Huolensa ikäihmisestä voi ilmaista huoli-ilmoituksen kautta. Huoli-ilmoitus tehdään kunnan vanhustyöstä vastaavalle työntekijälle suullisesti, kirjallisesti tai sähköisesti. Huoli-ilmoitus on kiireellisissä tapauksissa tehtävä salassapidon estämättä. Huoli-ilmoituksen voi tehdä muukin ihminen kuin vanhustyön ammattilainen. Kerran eräs ikäihminen kertoi tehneensä huoli-ilmoituksen myös itsestään.

Kotiväki-hanke tarjoaa erilaista ryhmä- ja yksilötoimintaa kaltoinkohtelua ja lähisuhdeväkivaltaa kokeneille ikäihmisille.

Olemme RajatON-ryhmissä mietineet omien rajojen asettamista ja pitämistä valokuvaterapeuttisin keinoin. Ryhmien ottamista kuvista on koottu valokuvanäyttely, joka kiertää Oulussa palvelutaloissa, asukastuvissa, kirjastoissa ja yhdistyksissä. Näyttelyllä halutaan viestittää kuvin ja sanoin kaltoinkohtelusta ja lähisuhdeväkivallasta selviytymistä, vertaistuen merkitystä ja omien rajojen löytämistä.

**Huoli-ilmoituksen voi tehdä
muukin ihminen kuin vanhustyön
ammattilainen.
Kerran eräs ikäihminen
kertoi tehneensä huoli-
ilmoituksen myös itsestään.**

Hankevastaavat:

Marjaleena Kyllönen

Riitta Vesala

www.mantykoti.fi/kotivaki/



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 Levenon
tarja.levenon@
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 Knuutila
leena.knuutila@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