



# Muistikylä -projekti 2016-2018

Projektiesittely

42§ -seminaari, 26.4. 2017

Maija Haapakoski

Salon Muistiyhdistys ry



# Muistikylä-projekti 2016-2018

Yhä useampi muistisairas elää kotona, taloyhtiössään ja lähiympäristössään aikaisempaa pidempään. Muistisairaudet aiheuttavat erityisiä haasteita toimimiselle muistisairaana lähiympäristössä. Siksi muistisairaudet koskettavat myös lähiympäristön ihmisiä, läheisiä ja omaisia. Tarvitaan myös paikallisten toimijoiden osaamisen vahvistamista ja tiedon sekä ymmärryksen lisäämistä, jotta muistisairas pärjää kotonaan mahdollisimman hyvin.

Tärkeimpiä tehtäviämme on:

- vaikuttaa ihmisten asenteisiin muistisairauksiin liittyen
- vahvistaa muistiesteettömyyttä niin sosiaalisen kuin fyysisen esteettömyyden näkökulmasta

Asenteisiin vaikuttaminen tapahtuu lisäämällä tietoa muistisairauksista, muistisairaana henkilön tarpeista, tunnistamisesta sekä kohtaamisesta. Lähiympäristön toimijoiden osaamisen vahvistaminen on suuri osa muistiystävällisyyttä.



# Muistikylä-projekti 2016-2018

Muistikylä-projekti on Salon Muistiyhdistys ry:n kolmivuotinen kehitysprojekti. Projekti saa rahoituksensa STEA:lta vuosille 2016-2018.

## Projektityöntekijät (80 %)

Maija Haapakoski  
maija.haapakoski@muistisalo.fi, 044 978 9453

Riina Aulén  
riina.aulen@muistisalo.fi, 044 977 5412



# Muistiystävällisyys

Kansallisen muistiohjelman työryhmä on linjannut rakennettavaksi YHTEISVASTUULLISESTI muistiystävällinen Suomi neljän kivijalan varaan:

1. Aivoterveysten edistäminen
2. Oikeat asenteet aivoterveysten, muistisairauksien hoitoon ja kuntoutukseen
3. Hyvän elämänlaadun varmistaminen muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen oikea-aikaisen tuen, hoidon, kuntoutuksen ja palvelujen turvin
4. Kattavan tutkimustiedon ja osaamisen vahvistaminen

Lähde: Sosiaali- ja terveysministeriö (2012) KANSALLINEN MUISTIOHJELMA 2012-2020 - Tavoitteena muistiystävällinen Suomi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2012:10.



# Muistiesteettömyys

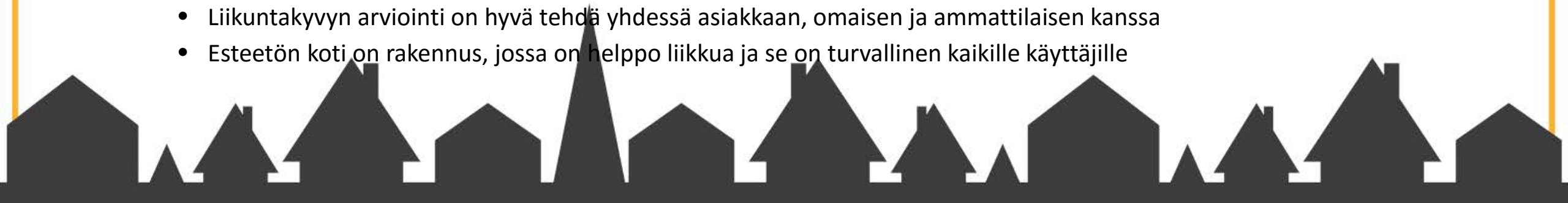
Muistiesteettömyys perustuu fyysiseen ja kognitiiviseen esteettömyyteen, lisättynä muistitietoudella. Muistisairaana omat mieltymykset ja elämäntarina vaikuttaa olennaisesti siihen, mikä todellisuudessa on muistiesteetöntä.

## Yleisesti

- Palveluiden ja asioiden saavutettavuus
- Selkeät tekstit, mainokset, tiedotteet jne
- Välineiden käytettävyys ja paikkoihin pääseminen
- Tiedon ymmärrettävyys ja itseä koskevaan päätöksentekoon osallistuminen
- Hyvä, arvostava kohtaaminen

## Kotona

- Hyvä valaistus
- Kodikkuus, harmoninen tunnelma, riittävät kontrastit
- Turvallisuudesta huolehtiminen: turvalaitteet, huomiovärit, siisteys, turhat tavarat pois
- Liikuntakyvyn arviointi on hyvä tehdä yhdessä asiakkaan, omaisen ja ammattilaisen kanssa
- Esteetön koti on rakennus, jossa on helppo liikkua ja se on turvallinen kaikille käyttäjille



# Sosiaalinen esteettömyys

Sosiaalisen esteettömyyden termiä muistisairaiden kohdalla on lähdetty määrittelemään sairastuneiden kanssa yhdessä ja se on ollut heidän mielestä helpompi käsittää esteellisyyden kautta. Esteiksi osallistua lähiympäristön toimintaan on lueteltu mm.:

- Häpeän tunne. Jos muut huomaavat muistipulmani tai unohtamisen takia tulenkin paikalle väärään aikaan ja väärään paikkaan
  - Arvostuksen puute. Pelko siitä, että minua pidetään huonompana ihmisenä koska minulla on muistipulmia
  - Huono mieliala, suru, ei huvita lähteä mihinkään
  - Rahan puute
  - Ei ole ketään kenen kanssa lähteä, yksin ei viitsi. Yksinäisyyden tunne!
  - Pelko, että kukaan ei auta jos tarvitsenkin apua
  - Mitä jos en löydä enää kotiin!
- Muistisairaana kotona pärjääminen on kotiaskareissa pärjäämisen lisäksi myös lähiympäristössä toimimista ja oman arjen pyörittämistä kokonaisuudessaan
  - Sosiaalisten kontaktien häviäminen voi aiheuttaa ahdistusta ja edesauttaa esimerkiksi masennukseen sairastumista
  - Psykyinen hyvinvointi on selvästi yhteydessä fyysiseen hyvinvointiin ja pärjäämiseen. Jos ihminen erakoituu siitä syystä, että kokee muistipulmistaan häpeää (ei huvita lähteä tapahtumiin tai edes lähikauppaan) voi hänen fyysinen toimintakykykin heikentyä apean mielenvireen seurauksena
  - Muistisairaana henkilön sosiaalinen osallistuminen ympäristönsä toimintaan on osittain riippuvaista muiden ihmisten asenteista



# Projektin toimenpiteet

- ”Kaveripenkki” ja korttelikerhot: matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja helpottamaan myös muistisairaiden osallistumista arkisiin sosiaalisiin tilanteisiin
- Muistiystävällinen toimija –valmennus (pilotti) ja jatkossa kohtaamiskoulutukset eri alojen ammattilaisille
- Aistipuutospäivä -> Koulutusmatkalaukku
- Muistiesteettömyyskartoitus
- Muistiystävällisen kodin vinkit –kansio
- Konkreettiset demopaikat, joissa esitellään muistiesteettämiä ratkaisuja, esim.
  - Muistikodin pienoismalli ”Nukkekoti”
  - Muistiesteetön Särkisalokoti
- Muistiesteetön koti ja lähiympäristö –työryhmä
- Avoimia yleisöluentoja
- Osallistumista messuille ja tapahtumiin



Kiitos! Kiitos! Kiitos! Kiitos!  
Kiitos! Kiitos! Kiitos! Kiitos!  
*Kiitos!* **Kiitos!** **Kiitos!** **Kiitos!**  
*Kiitos!* *Kiitos!* **Kiitos!** *Kiitos!*  
Kiitos! **Kiitos!** *Kiitos!* **KIITOS!**

