

# Toimintasuunnitelma vuodelle 2018



**Kouvolan seudun Muisti ry**  
**Muistiliitto**



## Sisällys

1. Varsinainen yhdistystoiminta .....	1
1.1 Tiedotustoiminta.....	1
1.2 Yleisötilaisuudet .....	2
1.3 Yhteistyöverkostot.....	2
1.4 Jäsen- ja varainhankinta 2018 .....	2
1.5 Järjestötoiminta .....	3
1.6 Muu virkistystoiminta.....	3
1.7 Yhdistyksen talousarvio vuodelle 2018 .....	3
2. Kehittämistoiminta .....	4
2.1. Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi .....	4

## Liitteet

Liite 1. Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi

## **Kouvolan seudun Muisti ry:n toimintasuunnitelma vuodelle 2018**

### **1. Varsinainen yhdistystoiminta**

Kouvolan seudun Muisti ry on kolmannen sektorin aktiivinen toimija Kouvolassa ja Iitissä.

Yhdistyksen perustehtävänä on sääntöjensä (2 §) mukaan toimia alueellaan muistihäiriöisten henkilöiden ja heidän omaistensa elämänlaadun parantamiseksi, tukea heidän parissaan työskenteleviä ammattihenkilöitä, edistää aivoterveyttä sekä vaikuttaa yhteiskunnalliseen päätöksentekoon (Kouvolan seudun Muisti ry:n säännöt 2013).

Yhdistyksen toimintaa toteutetaan sekä yhdistystoimintana että Muistiluotsitoiminnan kautta. Muistiluotsitoiminta ovat yhdistyksen keskeisin ja näkyvin toimintamuoto. Yhdistystoiminta rahoitetaan jäsenmaksuilla ja kuntien toiminta-avustuksilla, Muistiluotsitoiminnan on rahoittanut Veikkaus (entinen RAY). Yhdistys on perustettu vuonna 1990. Jäseniä yhdistyksessä on 317 (24.10.2017 tilanne). Yhdistys on alan kattojärjestönä toimivan Muistiliiton jäsen. Muistiliitto on muistisairauksiin sairastuneiden ihmisten ja heidän läheistensä kansanterveys-, potilas- ja edunvalvontajärjestö. Liitolla on 44 jäsenyhdistystä eripuolilla Suomea, yhdistyksillä on yli 13 000 henkilöjäsentä.

Yhdistyksen arvot ovat asiantuntijuus, eettisyys, osallisuus. Yhdistyksen ihmiskäsitys on holistinen, ihminen nähdään tasavertaisena, aktiivisena ja vastuullisena.

Yhdistyksen visio (2020) on määritelty seuraavasti: yhdessä muistisairaiden ihmisten, heidän läheistensä, yhteistyökumppaneiden ja vapaaehtoistoimijoiden kanssa on aikaan saatu muistiystävällinen Kymenlaakso.

Yhdistyksen strategia 2017–2020 jalkautuu Muistiluotsitoiminnan ja yhdistystoiminnan avulla käytäntöön.

#### **1.1 Tiedotustoiminta**

Muistiluotsitoiminnan yhtenä päätehtävänä on ajanmukaisen tiedon välittäminen niin jäsenille kuin alueen väestöllekin. Jäsenille tiedottaminen tapahtuu jäsenkirjeiden välityksellä, väestölle tiedotuskanavia hyödyntäen. Jäsenkirjeitä lähetetään 4 vuodessa työntekijöiden toimesta.

Yhdistyksen ja Muistiluotsitoiminnan tiedotuskanavina ovat erilaiset tiedotus- ja koulutustilaisuudet sekä tapahtumat, yhteistyökumppanit, kehittämishankkeet, yhdyshenkilöverkostot, esitteet, Muisti-lehti ja Internet-kotisivut osoitteessa [www.kouvolanseudunmuisti.fi](http://www.kouvolanseudunmuisti.fi) sekä facebook -sivut. Yhdistyksen ja Muistiluotsitoiminnan tapahtumista ilmoitetaan paikallislehtien

järjestö/seuratoiminta- ja menovinkit palstalla. Toiminnasta tiedotetaan mahdollisesti myös paikallis- ja alueradion välityksellä.

## **1.2 Yleisötilaisuudet**

Yleisötilaisuuksien tarkoitus on mm. jakaa aivoterveystien ja muistisairauksiin liittyvää tietoa. Muistiluotsitoiminta järjestää yleisötilaisuuksia ajankohtaisista aiheista yhteistyössä muiden yhteistyötahojen kanssa. Kansainvälisellä aivoviikolla (viikko 11) ja Muistiviikolla (viikko 39) ja Maailman Alzheimer-päivänä 21.9. järjestetään muistiasioissa tiedotusta ja kampanjointia. Vuonna 2018 yhdistys tukee Muistiluotsin järjestämiä yleisötilaisuuksia ja toimintaa.

## **1.3 Yhteistyöverkostot**

Yhdistyksen tavoitteena on luoda mahdollisimman monipuoliset yhteistoimintaverkostot muistityön eteenpäin viemiseksi niin toiminta-alueellaan kuin kansallisesti ja mahdollisuuksien mukaan kansainvälisestikin, sekä tarjota mm. muistiosaamistaan muiden toimijoiden käyttöön.

Yhteistyötahoja ovat Kouvolan kaupunki, Iitin kunta, Kotkan kaupunki, Xamk, kuntien sosiaali- ja terveystoimet, sekä julkiset että yksityiset palvelutuottajat, Muistiliitto ja sen jäsenjärjestöt, Muistiluotsiverkosto, Suomen Muistiasiantuntijat ry, Vanhustyön keskusliitto, Pohjois-Kymen sairaalan neurologian poliklinikka, Kouvolan geriatrinen yksikkö, Kouvolan seudun ammattiopisto, seurakunnat, Kymenlaakson osuuspankki sekä Kotkan Seudun Muistiyhdistys ry. Muistiluotsitoiminnalla on lisäksi useita muita yhteistyötahoja.

## **1.4 Jäsen- ja varainhankinta 2018**

Yhdistys tekee toimintaansa tunnetuksi ja pyrkii vastaamaan muistityön haasteisiin kolmannen sektorin toimijana. Yhdistys tarvitsee jatkuvasti vapaaehtoistyöhön sekä aktiivisia jäseniä että tukijoita. Yhdistyksen toiminta-avustusanomukset lähetetään toiminta-alueen kunnille Kouvolalle ja Iitille, Kymi-100 säätiölle, Kouvolan Sivistys- ja Urheilusäätiölle sekä mahdollisuuksien mukaan muille yhdistystoimintaa tukeville tahoille.

Resurssien mukaan järjestetään myös arpajaisia. Yhdistyksen varainhankintaa toteutetaan myös vuokraamalla koulutustilaa yhteistyö- ja sidosryhmäkumppaneille sekä myymällä Oikeus hyvään elämään t-paitoja sekä yhdistyksen 25 -vuotishistoriikkia. Yhdistyksen jäsen- ja varainhankintaan on valittu vastuuhenkilö hallituksesta.

## 1.5 Järjestötoiminta

Paikallisesti yhdistys pyrkii lisäämään mahdollisuuksien mukaan yhteistyötä muiden kansalaisjärjestöjen kanssa. Yhdistys on Muistiliiton jäsen ja seuraa keskusliiton strategiaa toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Yhdistys on myös Vanhustyön keskusliiton sekä Suomen muistiasiantuntijat ry:n jäsen.

Vuoden omaishoitajan palkitseminen jatkuu edelleen yhdistyksen toimintana. Uutena toimintatapana olemme palkinneet muistiviikolla vuodesta 2016 alkaen yhteisön, joka on kehittänyt ja parantanut muistisairaana elinympäristöä viihtyisämmäksi ja kodikkaammaksi. Hallitus on määritellyt palkitsemiskriteerit ja käytännöt sekä kutsuu asiantuntijatyöryhmän jäsenet arviointiryhmään. Vuorovuosin palkitaan vuoden omaishoitaja ja vuoden yhteisö. Vuonna 2018 palkitaan vuoden yhteisö.

## 1.6 Muu virkistystoiminta

Aivo- ja muistiviikon tapahtumat ja muut mahdolliset virkistystapahtumat järjestetään yhteistyössä yhdistyksen, työntekijöiden sekä muiden toimijoiden kanssa yhdessä. Yhdistyksen retkivastaava huolehtii yhdistyksen retkien ja pikkujoulujen järjestämisestä.

## 1.7 Yhdistyksen talousarvio vuodelle 2018

Kouvolan seudun Muisti ry:n yhdistystoiminnan talousarvio vuodelle 2018  
Jäsenmaksut: 20€/yksilö, 55€ yhteisöjäsenmaksu. Kokoustilan vuokra 15€/h ulkopuolisille.

<b>KULUT</b>	<b>TA 2018</b>	<b>Toteuma 2016</b>
Henkilökulut	0	2022,43
Poistot	300	236,44
Vuokrat: tilat, kone ja laite	3000	2811,46
Matkakulut	100	85,80
Tarvikkeet	100	11,95
Toimistokulut	6000	4587,29
Muut kulut	1500	1713,68
Ostopalvelu kulut	2000	741,36
Rahoituskulut	300	255,50
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>13300</b>	<b>12465,91</b>
<b>TUOTOT</b>		
Vuokratuotot	1500	1376,95
Jäsenmaksut	6700	6700
Sijoitustoiminnan tuotot	0	0,00
Korkotuotot	100	95,99
Muut tuotot	1000	963,06
Varainhankinnan muut tuotot	1000	1247,80

Varainhankinnan kulut	1000	0,00
Ostopalvelutuotot	0	663
<hr/>		
Tuotot yhteensä	13300	13046,80
Yleisavustukset ja lahjoitukset	2000,00	2000,00
<b>Tilikauden yli/alijäämä +/-0</b>		<b>580,89</b>

## 2. Kehittämistoiminta

Stea (1.1.2017 alkaen) tukee vuosittain noin 800 järjestön toimintaa yli 300 miljoonalla eurolla. Stean avustusvarat kerätään raha-automaatti- sekä kasinopelitoiminnalla ja ohjataan sosiaali- ja terveysalan järjestöjen toimintaan. Avustuksilla vastataan ajankohtaisiin terveys- ja hyvinvointihaasteisiin, joita aiheuttavat mm. päihteet, mielenterveysongelmat, ylipaino, väestön ikääntyminen ja maahanmuutto. Järjestöt ovat väylä kansalaisten osallistumiselle ja vaikuttamiselle paikallisella, alueellisella, valtakunnallisella ja kansainväliselläkin tasolla.

Kouvolan seudun Muisti ry on hakenut Stealta pysyvää toiminta-avustusta yhteensä 332.000 €. STEA:n avustusehdotuksen mukaan 1.12.2017 Kymenlaakson Muistiluotsi toimintaan ehdotettiin vuodelle 2018 253.000€.

Yhdistyksen ja Muistiluotsitoiminnan yhteinen toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2018 hyväksytään yhdistyksen syyskokouksessa 29.11.2017 sekä tarkennetaan Muistiluotsin toiminnan osalta tammikuun 2018 hallituksen kokouksessa.

### 2.1. Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi

Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Muistiluotsi Kymenlaakso on Muistiliiton jäsenyhdistyksen, Kouvolan seudun Muisti ry:n ylläpitämä maakunnallinen asiantuntija- ja tukikeskus. Kymenlaakson Muistiluotsin toimintaa rahoitetaan Veikkauksen tuotoilla. Toimintaa on koko Kymenlaaksossa, Kouvolan, Iitin, Haminan, Kotkan, Miehikkälän, Pyhtään ja Virolahden alueella. Kymenlaakson Muistiluotsin toiminta on suunnattu muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen sekä kaikille muististaan ja muistin huoltamisesta kiinnostuneille. Muistiluotsi organisoii vapaaehtoistoimintaa ja alueen ammattilaisten on mahdollisuus verkostoitua ja jakaa osaamistaan.

Kymenlaakson Muistiluotsi on osa Muistiliiton koordinoimaa valtakunnallista Muistiluotsi –verkostoa. Verkostoon kuuluu 18 maakunnallista Muistiluotsia. Kymenlaakson Muistiluotsissa on hallinnoivana yhdistyksenä Kouvolan seudun Muisti ry ja yhdistyskumppanina Kotkan Seudun muistiyhdistys ry. Muistiluotsi toimii alueellaan yhteistyössä kuntien, yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa.

Kymenlaakson Muistiluotsi tukee muistisairaana sekä omaisten ja läheisten arjessa selviytymistä. Tätä tukea tarjotaan antamalla ohjausta ja neuvontaa, jakamalla tietoa sekä järjestämällä vertaistukiryhmiä. Toiminnan keskeiset osa-alueet ovat ohjaus, neuvonta, tuki, tiedonlevitys ja vertaisryhmätoiminnan järjestäminen.

STEA:lta (Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus) on haettu vuodelle 2018 yhteensä 332.000 €, jonka jälkeen Muistiluotsissa työskentelee 1 työntekijä lisää, eli yhteensä 5 työntekijää. Avustusehdotuksen 1.12.2017 mukaan vuodelle 2018 ehdotettiin 253.000€, jolloin Muistiluotsissa työskentelee 4 työntekijää.

## **Liitteet 1: Projekti- ja toimintasuunnitelmat vuodelle 2018**



## Liite 1. Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi 2018

Muistiluotsitoiminnassa työskentelevät toiminnasta vastaava, geronomi (AMK) Tarja Levonen, muistiluotsityöntekijä sairaanhoitaja (AMK), muistiasiantuntija diploma Paula Tommola, geronomi (AMK) Sanna Hellsten ja sairaanhoitaja, geronomi (AMK) Tiina Orava (sosionomi YAMK Jenni Pussisen sijaisena).

Muistiluotsit ovat Muistiliiton jäsenyhdistysten ylläpitämiä maakunnallisia asiantuntija- ja tukikeskuksia, jotka tarjoavat apua ja tukea muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen. Muistiluotsit tekevät vaikuttamistyötä muistisairauteen sairastuneiden ihmisten yhdenvertaisuuden ja hyvän elämän puolesta sekä toimivat aktiivisesti maakuntansa verkostoissa. Muistiluotsikeskuksissa vahvistetaan erityisesti muistisairauksiin liittyvää vapaaehtois- ja vertaistoimintaa sekä varmistetaan muistisairaiden äänen kuuluminen.

Kymenlaakson Muistiluotsi on sitoutunut toimissaan valtakunnallisen Muistiluotsiverkoston laatulupauksen sekä Kouvolan seudun Muisti ry:n strategian noudattamiseen. **Missiona** on tukea kymenlaaksolaisten muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä elämänlaatua, edistää aivoterveyttä vapaaehtoistoimijoiden kanssa, tukea muistihäiriöisiä ihmisiä sekä alan ammattilaisia, jotka työskentelevät kohderyhmien parissa. **Visiona** on toimia yhdessä muistisairaiden ihmisten, heidän läheistensä, yhteistyökumppaneiden ja vapaaehtoistoimijoiden kanssa niin että saadaan muistiystävällinen Kymenlaakso. Toimintaa ohjaavat **arvot**: osallisuus, eettisyys ja asiantuntijuus. Kymenlaakson Muistiluotsi haluaa kaikissa toimissaan korostaa hyvän tekemistä eli muistisairaahan ihmisen hyvää elämää tukemalla osallisuutta ja toimijuutta. Ihmiskäsityksemme on holistinen ja ihminen nähdään kokonaisvaltaisena: tasavertaisena, aktiivisena ja vastuullisena oman elämänsä asiantuntijana.

Kouvolan seudun Muisti ry:n **strategian** mukaisesti Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnassa keskeistä on voimavarakeskeisyys, vertaisuus ja yhteisöllisyys ja tavoitteena on myönteisen, muistisairasta ihmistä arvostavien asenteiden edistäminen. Verkostoitumalla edistetään muistisairauteen sairastuneiden ihmisten äänten kuulemista heitä koskevissa päätöksissä. Aivoterveysten



edistäminen on osa muistiluotsitoimintaa, jolla vahvistetaan ja lisätään muistisairaiden ja heidän läheistensä omaehtoista aivoterveyden edistämistä. Kymenlaakson Muistiluotsin vapaaehtoistoimijat tukevat yleistä aivoterveyden edistämistä. Kymenlaakson Muistiluotsi on luotettava ja avoin kumppani, ja on sitoutunut kehittämään omaa toimintaansa, osaamistaan ja yleistä asenneilmapiirin muuttamista kohti muistiystävällistä Kymenlaaksoa.

Kymenlaakson Muistiluotsin toiminta liittyy Kansalliseen muistiohjelmaan, jonka yhtenä tavoitteena vuoteen 2020 mennessä on, että muistisairauksiin ja sairastuneisiin ihmisiin liittyvät asenteet ovat muuttuneet myönteisemmiksi yhteiskunnassa. Lisäksi tavoitteena on, että muistisairaiden ihmisten perus- ja itsemääräämisoikeuden toteutuminen on turvattu hyvin. Kymenlaakson Muistiluotsitoiminta, yhdessä alueen kuntien kanssa, luo muistisairaille ja heidän läheisilleen mahdollisuuksia mielekkääseen tekemiseen, vertaistukeen ja tiedon saantiin arjessa selviytymisen tueksi ja rikastuttamiseksi. Lisäksi tarjotaan tietoa ja tukea, ohjausta ja neuvontaa maakuntalaisille muisti- ja aivoterveyden edistämiseksi.

Kymenlaakson Muistiluotsin toiminta on osa valtakunnallista verkostoa, jota Muistiliitto koordinoi. Toiminta on maakunnassa ainutlaatuista eikä vastaavaa toimintaa muu taho järjestä. Kehittämisessä hyödynnetään toiminnanohjausjärjestelmää sekä valtakunnallista muistiluotsiverkostoa sekä toiminnassa mukana olleiden palautteita.

## **Tavoitteet vuodelle 2018**

Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnan tavoitteet vuodelle 2018 ovat muistiluotsitoimintojen jatkuminen ja kehittäminen. Tukea, tietoa ja toimintaa on saatavilla koko maakunnan alueella tasapuolisesti. Toimintamuotojamme ovat asiakastyö, vapaaehtois- ja vertaistoiminta sekä vaikuttamis- ja verkottumistyö.

**Päätavoite:** Kymenlaaksossa muistisairauteen sairastuneet ihmiset ja heidän perheensä saavat tietoa muistisairauksista, ohjausta ja neuvontaa näihin liittyvistä palvelu- ja tukimuodoista, mahdollisuuden osallistua, toteuttaa, vaikuttaa ja kokea olevansa osallisena Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnassa.

**Alatavoitteet:**

- Vertaistukiryhmätoimintoihin osallistuu 150 muistisairauteen sairastunutta ihmistä ja palautteen antaneista 60% kokee vertaisuuden lisääntyneen. Läheisten infotilaisuuksiin ja vertaistukiryhmätoimintoihin osallistuu 300, palautteen antaneista 75% saa tarvitsemaansa tietoa ja kokee vertaisuutta.

- Kaikille avoimiin muisti- ja aivoterveystapahtumiin osallistuu 2500 muistiasioista kiinnostunutta, palautteen antaneista 75% saa tarvitsemaansa tietoa. Tiedon jakamisen avulla yhä useampi rohkaistuu tuen ja avun piiriin, eikä tutkimuksiin hakeutuminen ole pelottavaa.
- Muististaan huolestuneet, muistisairauteen sairastuneet ihmiset ja /tai läheiset saavat henkilökohtaista ohjausta ja neuvontaa puhelimitse tai kasvokkain 2200 kertaa. Yhteydenottajista 90% kokee hyötynensä ohjauksesta ja neuvonnasta. Asiakasneuvonnan avulla vastataan yhteydenottajaa askarruttaviin kysymyksiin.
- Toiminnassa on mukana 40 vapaaehtoistoimijaa. Muisti-KaVeRi avunsaajista (20 henkilöä) ja vertaisryhmiin osallistuneista (100 henkilöä) kokee 85% toiminnan tukeneen arkea ja virkistäneen oloa. Vapaaehtoistoiminnan avulla tuetaan muistisairauteen sairastuneiden ihmisten ja läheisten mahdollisuutta osallistua.
- Kymenlaakson Muistiaktiivi työryhmän toimintaan osallistuu 10 muistisairauteen sairastunutta ja/tai läheistä, 80% kokee, että heidän näkemyksillään on vaikutusta Kymenlaakson Muistiluotsin toimintaan ja laajemmin maakunnassa. Tavoitteena toiminnan käynnistäminen ja vakiinnuttaminen.
- Muistisairauteen sairastuneen ihmisen ja hänen läheisensä tarpeet tulevat huomioiduksi verkostoissa ja työryhmissä. Palautteen antaneista yhteistyökumppaneista 95% arvioi yhteistyön edistävän muistisairauteen sairastuneiden ihmisten ja läheisten hyvinvointia. Tavoitteena tuoda muistisairaahan ihmisen ja läheisen ääni kuuluville.
- Muistisairauteen sairastuneen ihmisen oikeudet ja tarpeet sekä aivoterveys näkyvät mielipidekirjoituksissa (8kpl), mediassa (5kpl) ja aloitteissa tai päättäjätapaamisissa (2kpl). Muistisairaahan ihmisen oikeudet ja tarpeet tulevat huomioiduksi päätöksenteossa. Tavoitteena herättää keskustelua, saada aikaan asennemuutosta.

### Toiminnan sisältö, toteutus ja tavoite Kymenlaaksossa 2018:

Asiakastyö	Toimintamuoto	Tavoite
<b>Henkilökohtainen ohjaus ja neuvonta:</b> tarve jatkaa, ylläpitää ja kehittää tavoitettavuutta yhteistyössä toisten toimijoiden kanssa	2 toimistoa Kouvolassa ja Kotkassa, matalan kynnyksen paikat 9 Kouvolassa, Kotkassa ja Haminassa	Muistiluotsityöntekijä 270h/vuosi matalan kynnyksen paikoissa, tavoitetaan 600 ihmistä
Muistiliiton Muistineuvo - puhelinpalvelu	valtakunnallisen Muistineuvo - puhelinpalvelu päivystykseen osallistuminen	18 x 5h, tavoitetaan 54 ihmistä
<b>Avoimet toiminnot muistisairaille ja läheisille jatkuvat:</b>		
-tietoa ja keskustelua	muistikahvilat 66 x vuosi	150 eri ihmistä
-tietoa ja keskustelua	muistiklubit 20 x vuosi	115 eri ihmistä

-mahdollisuus vertaistukeen ja keskusteluun	Turinatupa toiminta: Kouvolassa, Kuusankoskella, Myllykoskella ja Haminassa 32 x 1,5h	30 eri ihmistä
-keskustelua ryhmätoiminnoista ja ensitietopäivän jälkeen mieleen nousseista asioista	<b>Ensitietopäivien jatkot</b> , Kymenlaakson Muistiluotsi kutsuu muistiperheet ensitietopäivien jatkoille. Toimintaa kehitetään maakunnallisesti.8 kertaa vuodessa 2h/kerta	16 eri ihmistä
<b>Oppilasyhteistyönä ja / tai ostopalveluna avoimena tai suljettuna toimintoina muistisairaille ja heidän läheiselleen:</b>		
-liikuntaa ja vertaistukea	avoin jumpparyhmä 24 x vuosi	15 eri ihmistä
-liikuntaa ja vertaistukea	Avoimet liikuntaryhmät Haminassa, Iitissä ja/tai Kouvolan reuna-alueilla	36 eri ihmistä
-voima- ja tasapainoharjoittelua pienryhmässä, vertaistukea	kuntosaliryhmä 20 x vuosi	18 eri ihmistä
<b>Suljetut ryhmätoiminnot muistisairauteen sairastuneet miehet ja/tai naiset/heidän läheisensä:</b>		
-työikäisenä muistisairauteen sairastuneet ihmiset toiminnalliset ryhmät	ryhmät Kotkaan ja Kouvolaan 4 eri ryhmää, 10 x 1,5h	10 itse sairastavaa
-vertaistukiryhmät muistisairauteen sairastuneille moniammatillisesti toteutettuna	6eri ryhmää, 10kertaa x 1,5h	40 eri ihmistä (ryhmiin osallistujia, opiskelijoita mukana 30)
-muistiharjoittelua Instrumental Enrichmenti (IE) ja Ahaa! aivotreeniä yhdessä -menetelmiä käyttäen muistisairauteen sairastuneille muistiluotsityöntekijän ohjaamana	10 eri ryhmää, 10-12kertaa x 1,5h	50 eri ihmistä
<b>Omaisille ja läheisille suunnatut toiminnot:</b>		
-vertaistuelliset ryhmät	muistiluotsityöntekijän ohjaamat ryhmät 6 eri ryhmää 48 x 1,5h	30 eri ihmistä
-vertaistuelliset ryhmät	ostopalveluna toteutettuna 2 eri ryhmää 12 x 1,5h	10 eri ihmistä
-tietoa muistisairaahan kohtaamisesta	infoillat ja koulutukset 10 x vuosi	100 eri ihmistä
-tietoa muistisairauksista ja muistisairaahan kohtaamisesta	kutsuttuna omaisteniltoihin	

	kotihoidossa että yhteisökodeissa	
-ei aiemmin toiminnassa mukana olleita muistisairauteen sairastuneita, muistihäiriöistä kärsiviä ja läheisiä miehiä ja naisia	ryhmätoiminnot, vertaistukiryhmät, muisti-info tilaisuudet	60 uutta miestä ja naista
<b>Vapaaehtois- ja vertaistoiminta</b>	<b>Toimintamuodot</b>	<b>Tavoite</b>
-MuistiKaVeRi -koulutus, jossa käydään läpi vapaaehtoistoiminnanperiaatteita, yleistä tietoa muistisairauksista ja TunteVa -toimintamallin avulla muistisairaahan kohtaamista.	5 eri koulutusta, 3 x 2,5h	50 eri ihmistä
-aktiivi MuistiKaVeReiden vertaisuus ja kokemusten jakaminen	tapaamiset 2 x vuodessa	
-uusien kaverisuhteita	Muisti-KaVeRi kotikäynnit aina uuden kaverisuhteen alkaessa, vuosittain tai tarvittaessa. Yksi kotikäynti 3h	20 kotikäyntiä vuodessa
-vapaaehtoistyön kehittäminen	osallistutaan maakunnan alueella yhteistyössä järjestettyihin vapaaehtoistoiminnan info- ja rekrytointitilaisuuksiin	vähintään 2 tilaisuutta
-muiden vapaaehtoistoimintaa organisoivien järjestöjen ja yhteisöjen tilaisuudet	Muisti-infot ja koulutuksen muistisairaahan kohtaamisesta 1 kerta / kunta / vuosi	70 eri ihmistä
<b>Vertaisohjaajien ohjaamat ryhmät muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen:</b>		
-tuttuja lauluja yhdessä muistin virkistämiseksi, vapaaehtoiset laulattajat	Avoin yhteislaulut tilaisuus 8 x 1h	30 eri ihmistä
-kuntouttaa, kehittää tasapainoa ja muistia sekä elinvoimaa, vertaisohjaaja	Avoin taiji ryhmä 22 x 45minuuttia	15 eri ihmistä
-ryhmä läheisille, vapaaehtoisohjaajat	Avoin Muistipirkot käsityö- ja askartelukerho 16 x 2h	12 eri ihmistä
-avoimet muistiharjoitteluryhmät vertaisohjaajien ohjaamana	8 eri ryhmää, 6 – 10 x 1 – 1,5h	70 eri ihmistä
	-ryhmänohjaajien vertaistapaaminen	5 x vuodessa
	-vapaaehtoisille ryhmänohjaajille virkistytymis- ja koulutustapaamiset	3 x vuodessa
	-vapaaehtoisille- ja vertaisohjaajille	40h /vuosi

	henkilökohtaista neuvontaa ja ohjausta	
Vapaaehtoistoiminnan kehittämistyöryhmä	-vapaaehtoisia, muistiluotsityöntekijöitä ja yhdistyksen hallituksen jäsen	2 x vuodessa
<b>Vaikuttamis- ja verkottumistyö</b>		
-muistiluotsitoiminnan kehittäminen ja edistää kymenlaaksolaisten muistisairauteen sairastuneiden ja heidän läheistensä asemaa alueella	Kymenlaakson Muistiaktiivi ryhmä kokoontuu 8 x vuodessa	10 Muistiaktiivivia (kymenlaaksolaista muistisairauteen sairastunutta ihmistä ja hänen läheistään)
-tiedon ja infon vieminen suurelle yleisölle muiden kanssa yhteistyössä järjestetyissä tai kutsutuissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa	25 tilaisuutta / vuosi	1500 eri ihmistä
-muistiluotsityön kehittäminen	Kehittävä vertaiskäynti toisen maakunnallisen muistiluotsikeskuksen luona.	1 - 2 x vuosi
	Avoimet suunnittelu- ja kehittämispäivät yhdessä muistisairauteen sairastuneiden, läheisten ja muiden toimintaan osallistuvien kanssa	1 - 2 x vuosi
-päättäjät, viranomaiset ja ammattilaiset	päättäjätapaamiset	2 x vuosi
-maakunnan muistityöntekijät, verkostoituminen	Muistifoorumi 1 x vuosi	40 kymenlaaksolaista muistityöntekijää
-muistiyhdistysyhteistyö Kymenlaaksossa toimivat muistiyhdistykset + muistiluotsityöntekijät	-yhteinen virkistys- ja vertaistapaaminen	1 x vuosi
	Kehittämistyöryhmän tapaamiset	2 x vuosi

## Erityistä vuonna 2018

Kymenlaakson Muistiluotsi haki pysyvää toiminnanrahoituksen korotusta viidelle muistiluotsityöntekijälle, korotusta ei saatu.

Kymenlaakson Muistiaktiivi ryhmä on kymenlaaksolaisten muistisairaiden ihmisten ja läheisten ryhmä. He tekevät Kymenlaakson Muistiluotsin organisoimana muistisairaiden ja läheisten paikallista vaikuttamistyötä. He ovat asiantuntijoita joita kuunnellaan.

Kymenlaakson Muistiluotsi osallistuu ja on mukana asiantuntijana hankkeissa ja työryhmissä, maakunnallisessa verkostoyhteistyössä sekä verkostoituu alueen muiden alan toimijoiden kanssa yhteistyötä tekemällä. Tavoitteena

edistää alueen muistisairauteen sairastuneiden ihmisten ja heidän läheistensä hyvinvointia ja vahvista muistisairaiden ja heidän läheistensä edunvalvontaa ja oikeuksia.

Kymenlaakson Muistiluotsi osallistuu Kymenlaakson IkäOpastin hankkeeseen ohjausryhmän jäsenenä (5 kokousta) ja työpajatyöskentelyyn (4 työpajaa, Sosiaali- ja terveysministeriön Kärkihanke "Kehitetään ikäihmisten kotihoitoa ja vahvistetaan kaikenikäisten omaishoitoa 2016 – 2018).

Verkostoituminen maakunnallisesti alueella toimivien muistityöntekijöiden kanssa yhteisessä Muistifoorumissa.

Vähintään keskivaikeassa vaiheessa muistisairautta sairastavia ihmisiä asuu Pohjois-Kymenlaaksossa eli Kouvolassa ja Iitissä 51,7%. Kouvola on maantieteellisesti laaja kaupunki, joka on aiemmin koostunut kuudesta eri kunnasta. Tämä hankaloittaa muistisairaana ihmisen mahdollisuutta osallistua ryhmiin. Haastetta lisää mahdolliset toimintakyvyn rajoitteet, julkisen liikenteen puute ja/tai sen käytön hankaluus. Tämän vuoksi vuonna 2018 ryhmätoimintoja järjestetään sinne, missä pääkohderyhmän ihmiset ovat.

Työkäisenä muistisairauteen sairastuneiden tukeminen edellyttää yhteistyötä alueella toimivien neurologisten poliklinikoiden sekä työterveyshuoltojen kanssa.

Kymenlaakson Muistiluotsi kutsuu Ensietopäivien jatkoille muistiperheet, jossa on mahdollisuus keskustella tarkemmin muistiluotsityöntekijän kanssa. Toimintaa kehitetään maakunnallisesti huomioiden toiminnan pääkohderyhmältä tulleet toiveet.

Muistisairaiden ihmisten ryhmätoimintaa toteutetaan myös Kouvolan kaupungin reuna-alueilla. Uusia muistiharjoitteluryhmiä, joissa käytetään muun muassa IE- ja Ahaa! -menetelmiä muistisairauteen sairastuneille lisätään Kouvolassa yhdestä kolmeen ryhmää. Turinatupa, avoin vertaistuellinen ryhmä muistiperheille lisätään kahdesta neljään: Myllykoski, Kuusankoski, Kouvola ja Hamina.

Vuonna 2018 tiivistetään yhteistyötä Kymenlaakson Omaishoitajat ja läheiset ry:n kanssa sekä alueella toimivien muiden neurologisten vammaisjärjestöjen kanssa. Kehitetään yhteistyötä alueilla toimivien muiden yhdistysten ja seurakuntien kanssa pääkohderyhmän hyväksi. Kymenlaakson Muistiluotsi työntekijä osallistuu Ovet-ohjaajakurssille, joka antaa valmiudet yhteistyöhön Omaishoitajat ja läheiset ry:n paikallisyhdistysten kanssa, joilla Omaisoiva Ovet-valmennusta.

Kymenlaakson Muistiluotsi suunnittelee ja toteuttaa toimintaansa yhdessä muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä ja muiden toimintaan osallistuvien kanssa yhteisissä suunnittelu- ja kehittämispäivissä. Myös ennen ryhmien alkamista suunnitellaan yhdessä. Muistikahviloissa ja muissa

vastaavissa tilaisuuksissa kysytään aina toiveita tuleville tapahtumille ja tilaisuuksien toteutukseen.

Viestintä- ja vaikuttamissuunnitelma laaditaan yhteistyössä muistiluotsityöntekijöiden, alueella toimivien muistiyhdistysten ja Kymenlaakso Muistiaktiivien kanssa.

## Aikataulukutus

2018	2019	2020	2021	2022
-perustyö jatkuu -painopisteenä osallisuus, vapaaehtoistoiminta ja vaikuttaminen sekä edunvalvonta -muistiseminaari Kouvolaassa	-perustyö jatkuu -painopisteenä osallisuus ja edunvalvonta sekä vaikuttaminen -muistiseminaari Kotkassa	-perustyö jatkuu -painopisteenä osallisuus ja vaikuttaminen -muistiseminaari Kouvolaassa	-perustyö jatkuu -painopisteenä osallisuus ja vaikuttaminen -muistiseminaari Kotkassa	-perustyö jatkuu -painopisteenä osallisuus ja vaikuttaminen -muistiseminaari Kouvolaassa

Aikataulusuunnitelma vuosille 2018 - 2022

## Viestintäsuunnitelma Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi

Vuosi 2018

Kymenlaakson Muistiluotsi näkyy maakunnassa valtakunnallisen yhtenäisen Muistiluotsi-ilmeen mukaisesti. Viestinnässä ja tiedottamisessa noudatetaan Kouvolan seudun Muisti ry:n sääntöjä ja strategiaa sekä valtakunnallista Muistiliitto ry:n graafista ohjeistusta. Viestintä- ja vaikuttamissuunnitelma päivitetään vuonna 2018 ja avuksi otetaan Muistiliiton julkaisema yleinen infograafi koskien valtakunnallista Muistiluotsi verkoston toimintaa sekä maakunnan oma infograafi. Yksilöllinen viestintäsuunnitelma on toimintasuunnitelmasta erillinen.

Taulukko 2. Kymenlaakson Muistiluotsin talousarvio vuosille 2018 - 2021

	Vuosi 2018	Vuosi 2019	Vuosi 2020	Vuosi 2021
<b>STEA:n avustus 253 000 €</b> +10.000 € siirtymä arvio vuodelta 2017 + muu julkinen tuki tai avustus 500€	<b>263.500</b>	<b>332.000€</b>	<b>332.000€</b>	<b>332.000€</b>
yhteensä <b>263 500</b>				
<b>Henkilöstökulut:</b>				
• palkat	150.000€			
• eläkekulut ja lakisääteiset henkilösivukulut	35.000€			
<b>Yhteensä</b>	<b>185.000€</b>			

<b>Toimintakulut:</b>				
• Materiaalikulut	1000€			
• Asiakaskulut	1500€			
• Ulkopuoliset palvelut	7000€			
<b>Muut kulut:</b>				
• Vapaaehtoiset henkilöstökulut	4000€			
• Toimitilavuokrat + muut toimitilakulut (siivous, sähkö)	22000€			
• Ohjelmistokulut	1000€			
• Kone- ja laitevuokrat & leasing- maksut	6000€			
• Puhelin- ja ICT-hankinnat	2000€			
• Kalustohankinnat	500€			
• Matkakulut	13000€			
• Taloushallintopalvelut	8500€			
• Puhelin- ja toimistokulut	8000€			
• Kokous- ja neuvottelukulut	500€			
• Markkinointi- ja mainoskulut	3500€			
Kaikki kulut yhteensä	263500€	332.000€	332.000€	

#### Henkilöstökulut:

Lakisääteiset: palkat, palkkiot, lomapalkat, sosiaaliturvamaksut, työeläkemaksut, työttömyysvakuutusmaksut, tapaturmavakuutukset, ryhmähenkivakuutukset, muut sosiaalikulut (185.000€)

Materiaalikulut: opetus,- kurssi- ja koulutusmateriaaleja: esim. virikekirjallisuus, pallot, tasapainolaudat, kuvakortit, ohjaajan oppaat, musiikki Cd:t ym. materiaali liittyen omaisten ja/tai muistisairastuneitten ryhmätoimintoihin, muistikahvila materiaalit (1000€)

Asiakaskulut: tarjoilu 1500€

Ulkopuoliset palvelut: Ostopalvelut eli omaisten ryhmät, sairastuneiden toiminnalliset ryhmät, avoimet vertaisryhmät liikunnan merkeissä maakunnassa sekä muilta järjestöiltä ostettavaa työtä, ulkopuolelta ostettavaa kouluttajien ja esiintyjien luentopalkkiot liittyen muisti- ja aivoterveiden levittämiseen ja tiedottamiseen maakunnan alueella ja muita ostettuja asiantuntija palveluita liittyen 7000€ Ostopalveluna hankitut painotuotteet ovat tässä mukana.



Vapaaehtoiset henkilöstökulut: Henkilökunnan koulutus 1600€,  
työterveyshuolto 2.000€, tyhy/tyky 400€.