



**Mikkelin seudun
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen

30

JÄSENKIRJE 1 / 2019



Mikkelin seudun Muisti ry:n 30-vuotisjuhla

21.9.2019 klo 13, Mikkelin seurakuntakeskuksella
(Savilahdenkatu 20, Mikkelä)

Seuraa ilmoittelua!



Puheenjohtajan terveiset

Arvoisat jäsenet!

Vuodenkierto on jo pitkällä kesää kohti. Yhteiskunnassamme on tapahtunut paljon. Sosiaali- ja terveydenhuoltopalveluiden uudistaminen ei tahdo onnistua. Yhteisen tahdon löytäminen poliitikoille näyttää olevan vaikeaa. Jotain on saavutettu ja jotain menetetty.

Kaikesta tästä myllerryksestä huolimatta yhdistyksellä on syytä juhlistaa 30. toimintavuottaan. Menneisyys ja tulevaisuus lyövät kättä. Mitä on saavutettu ja mitä odotettavissa?

Muistityön tärkeyttä ja tarpeellisuutta ei kai kukaan voi kieltää. Toiminta-alueemme on laaja ja edellyttää verkostojen luomista monelle taholle. Asiantuntevat, sitoutuneet ja luovat työntekijät sekä vapaaehtoiset ovat tärkein voimavaramme. Taakse katsomisen ja tehdyn työn arvostamisen lisäksi meidän tulisi olla valmiita löytämään ja kokeilemaan uusia työtapoja.

Kaikki vanhenemme ja joidenkin kohtalona on muistisairaus. Toivon, että voimme vahvistaa osuuttamme muistisairaahan hoitopolulla ja tarjota apuamme niin sairastuneelle kuin läheisille. Varhainen diagnoosi, hoito, oikea tieto ja oikea-aikaiset palvelut ovat kaiken perusta. Muistiystävällinen Etelä-Savo on meidän kaikkien asia.

Kiitos kaikille tehdystä muistityöstä ja leppoisan aurinkoista kesää!

Marketta

Puheenjohtaja

Yhdistyksen hallituksen kokoonpano vuonna 2019

Puheenjohtaja: Marketta Evola

Varapuheenjohtaja: Aini Ruhanen

Jäsenet: Ertta-Maija Jumppanen, Seppo Sinkko, Sinikka Sinkko, Orvokki Tuukkanen, Mari Ylönen



Toiminnanjohtajan tervehdys

Kirjoitan ensimmäistä kertaa jäsenkirjeessä tutuksi tullutta toiminnanjohtajan tervehdystä. Siirryin toiminnanjohtajan tehtävään 1.4. ja näin ollen yhdistyksen toimintakokonaisuuden tarkastelu toiminnanjohtajan silmin on minulle uusi, mielenkiintoinen ja hie-man jännittäväkin tehtävä. Vuoden 2017 alusta olen työskennellyt muistiluotsiasiantuntijana, joten täysin vieras tämä maailma ei siis ole.

Olen erityisen iloinen saadessani toimia asiansa osaavien ja hyvien tyyppien kanssa. Toivon, että myös asiakkaalle ja koko toimintamme kohderyhmälle välittyy halumme tehdä työtä, sekä yksittäisen asiakkaan että koko muistiystävällisen Suomen eteen.

Vanhustenhoidon laatu, sote-uudistuksen kaatuminen ja vaalit – Siinä muutamia esimerkkejä, jotka ovat alkuvuoden aikana kansaa puhuttaneet. Vaikka moni asia on avoinna, varmasti yhteinen tahtotila on, että haasteita saadaan ratkottua parhaalla mahdollisella tavalla. Muistiliitto ja jäsenyhdistykset kantoivat vaalien alla kortensa kekoon haastamalla eduskuntavaaliehdokkaita muistinpuolustajiksi. ”Muistinpuolustaja on poliitikko tai muu vaikutusvaltainen henkilö, joka omassa toimessaan parantaa muistisairaiden ihmisten ja heidän läheistensä asemaa.”

Vanhustenhoidon nykytilaa koskevat huomiot muistuttavat siitä, että myös muistinpuolustajia tarvitaan. Tavoitteina ovat 1) muistisairaalla on oikeus elää muistiystävällisessä Suomessa, 2) muistisairaalla on oikeus itsemääräämiseen ja yhdenvertaisiin käytäntöihin, 3) muistisairaalla on oikeus saada hoitoa ja tukea oikeassa paikassa.

Vaikka tavoiteltavaa kaikkien muistisairaiden oikeuksien toteutumiseksi onkin, on syytä myös muistaa, että esille tulleet epäkohdat eivät ole ainoa totuus. Hyvä ja yksilölliset tarpeet huomioiva hoito, ammattitaitoiset ja työlleen omistautuneet hoitajat, viihtyisät ja turvalliset muistikodit saatetaan keskusteluissa nostaa esille ikään kuin poikkeuksena muuten kurjuuden alhossa olevasta tilanteesta. Kuten tiedetään, huonosti olevat asiat saavat huomattavan paljon enemmän huomiota kuin hyvät käytännöt ja hyvin olevat asiat. Ongelmista pitää keskustella avoimesti, mutta keskustelun yksipuolistuessa ainoastaan epäkohtiin, aiheuttaa se paljon myös aiheetonta pelkoa.

Hoidon laadusta ei tule missään tilanteessa tinkiä. Tarpeeseen nähden riittävä henkilökunnan määrä on tärkeä asia, mutta ei suinkaan ainoa hoidon laatuun liittyvä asia. Muistiliiton ansiokkaasti laatima Hyvän hoidon kriteeristö on hyvä kehittämistyön väline muistikotien esimiehille ja henkilöstölle. Mikkelin seudun Muisti ry tarjoaa tarvittaessa tukea Hyvän hoidon kriteeristön käyttöönotossa.

Nyt käsissäsi olevaa jäsenkirjettä selaillessani mietin ystävyys- ja muistiystävällisyyden ydintä. Ystävillä ja läheisillä ihmisillä on suuri merkitys minkä tahansa sairauden kohdatessa, niin myös muistisairauden kohdalla. Monet minut tuntevat tietävät tapani, joten heille ei ole yllätys, että mieleeni saattaa juontua erinäisiä värssyjä ja laulunpätkiä aina tilanteista riippuen. Tässä yhteydessä tapailen ystävyystietoa kertovaa lastenlaulua. Muistan ainoastaan alun: ”Minun ystäväni on kuin villasukka, joka talvella lämmittää.” Löydettyäni laulun sanat haluan muistuttaa niillä meitä kaikkia ystävyys- ja ystävällisten kohtaamisten merkityksestä. Näin luodaan myös muistiystävällistä Suomea – ystävällinen kohtaaminen ja teko kerrallaan.

Aurinkoisia kevätpäiviä toivotellen Hanna (ja koiraystäväni Aatu)

*”Minun ystäväni on kuin villasukka, joka talvella lämmittää
ja minun ystäväni on kuin niityn kukka, joka saa minut hymyilemään.*

*Ota kädestä kiinni, tule kanssani rantaan, vien sinut katsomaan,
miten aurinko laskee puiden taakse ja saa taivaan punertamaan.*

*Minä olen vielä pikkuinen, ja siksi tahtoisin
oppia tään maailman paljon paremmin.
Ja kun mä sitten joskus, olen aikuinen,
niin toivon, että oppimasta koskaan lakkaa en.”*



-Petri Virtanen-



Kuvassa muistiluotsityöntekijät Eeva Liisa Salminen, Riitta Halonen ja Hanna Kuitunen

Muistiluotsin tervehdys

Etelä-Savon Muistiluotsi toiminta aluetta on nimen­sä mukaisesti koko Etelä-Savo. Toimipisteet ovat Mikkeli­ssä ja Savonlinnassa. Mikkelin seudun Muisti ry hallinnoi Muistiluotsin toimintaa, mutta yhteistyötä tehdään myös Savonlinnan seudun Muistiyhdistys ry:n ja Pieksämäen muistiyhdistys ry:n kanssa. Muistiluotsikeskuksia on Suomessa 18 ja Muistiluotsit muodostavatkin valtakunnallisen verkoston, jota Muistiliitto koordinoi.

Muistiluotsien keskeiset toiminnan osa-alueet ovat asiakastyö, vapaaehtoistoiminta sekä vaikuttaminen ja verkottuminen. Vertaistoiminta on asiakastyön merkittävä muoto. Mikkeli­ssä säännöllisesti kokoontuvia vertaisryhmiä on muistisairauteen sairastuneille sekä läheisille. Muilla Mikkelin seudun alueilla järjestetään kursseja ja valmennuksia sekä erilaisia yleisölle avoimia tilaisuuksia, kuten Muistikahviloita ja yleisöluentoja.

Muistiluotsin työntekijöitä voi pyytää myös vierailijoiksi esim. eläkeläisjärjestöjen tapaamisiin. Muistiluotsista saa myös henkilökohtaista ohjausta ja neuvontaa muistiasioihin liittyen. Älä siis jää miettimään mieltä askarruttavaa asiaa yksin, vaan pohditaan vaihtoehtoja luottamuksellisesti yhdessä. Yhteyttä voi ottaa puhelimitse, sähköpostilla tai piipahtamalla toimistolla. Muistiluotsin työntekijä on tavattavissa säännöllisesti myös monitoimijakeskus Omatorilla.

Etelä-Savon Muistiluotsi kuuluu Mikkelin vapaaehtoistoimijoiden verkostoon. Verkosto tekee yhteistyötä niin vapaaehtoisten koulutuksen, virkistys­ksen kuin tehtävien koordinoinnin osalta. Seuraava yhdessä järjestetty vapaaehtoistoiminnan peruskurssi on syyskuussa. Kurssi on kansalaisopiston ilmaiskurssi ja tiedot kurssista löytyvät kansalaisopiston esitteestä, kuten myös tiedot marraskuussa pidettävästä muistiluennosta. Verkoston keskeinen ajatus onkin ”Yhdessä olemme enemmän”. Jos haluat toimia vapaaehtoisena tai tarvitset itsellesi/läheisellesi vapaaehtoisen tarjoamaa tukea, voit olla yhteydessä Muistiluotsiin tai muihin verkoston toimijoihin.

Muistiluotsi on mukana monissa verkostoissa ja työryhmissä. Näin ollen muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen tärkeitä asioita pidetään esillä. Muistiaktiiviryhmä toimii osaltaan muistisairaiden ja läheisten ”äänitorvena”. Tärkeää on kuulla näkemyksiä ja kokemuksia laajasti, jotta osaamme välittää asiaamme yhteistyöverkostoissa asianosaisten itsensä näkökulmasta.

Muistiluotsin toiminnasta ilmoitetaan Mikkelin seudulla säännöllisesti Mikkelin kaupunkilehden ja Länsi-Savon järjestöpalstoilla ja erillisin ilmoituksin sekä Facebookissa ja www.mikkelinseudunmuisti.fi-sivustolla. Toiminnassa jo mukana oleville lähetetään tietoa henkilökohtaisesti. Osa ryhmistä on suljettuja, eikä niistä näin ollen julkisia ilmoituksia ole. Avoimista ryhmistä kiinnostuneen on hyvä olla ennakkoon yhteydessä ryhmänvetäjään. Ohjeet löytyvät ilmoituksista. Seuraa siis ilmoittelua ja tervetuloa mukaan!

Huom! Muisti-lehden ilmoitusosiota uudistetaan, eikä sieltä jatkossa löydy kaiken kattavaa yhdistysten toiminnan kuvausta. Tavoitteena on selkeyttää ja yksinkertaistaa ilmoituskäytäntöjä. Mikkelin seudun Muisti ry panostaa jatkossa paikallisiin tiedotuskanaviin.

Järjestöassistentin tervehdys

Terve!

Olen Jori Reinikainen ja olen toiminut järjestöassistenttina Mikkelin seudun Muisti ry:ssä kevään 2019.

Viime syksyn toimin Mikkelin seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n assistenttina.

Tämän kevään aikana olen kokenut Hurmoksen, sillä pääsin mukaan toimimaan Päin Mäntyä -hankkeen ilmaisutaitoryhmässä. Koulutukseni ei viittaa millään tavoin sosiaali- ja terveysaloihin, mutta taitojani video-osaajana kaivattiin. Tämän myötä työstimme ryhmän kanssa sketsivideon, joka ollut ehdottomasti kevään suurimpia piristyksiä elämässäni. Pääsin pienessä projektissamme toteuttamaan mahdollista unelmaani videotyöntekijänä.

Ajatusmaailmani on muutenkin säkenöinyt oppiessani paljon uutta kevään aikana. Olen kuulut paljon itselleni vierasta tietoa muistisairauksista ja niiden kanssa elämisestä sekä muutenkin aivoterveyttä edistävästä asioista. Sen kaiken tiedon määrä on niin suuri, että läheskään kaikkea ei pysty sisäistämään. Kuitenkin oppi on ollut valtaisa ja siitä voin olla kiitollinen työyhteisölleni.

Kaiken kaikkiaan aikani yhdistyksen järjestöassistenttina on ollut valaiseva kokemus. Aivoterveysopin ja erilaisten muistiasioiden lisäksi olen oppinut tunnistamaan omia taitojani ja heikkouksiani. Tiedostan paremmin, mitä haluan tulevaisuudessa tehdä. Olen viihtynyt toimistoympäristössä sen verran, että koen sen olevan oikea paikka minulle työympäristönä.

Kirkkain mielin kohti tulevaa,
Jori



Hankkeen avulla kiikaroidaan aivoterveyttä

Mikkelin seudun Muisti ry on saanut kolmivuotisen (2019-2021) Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen STEAn myöntämän rahoituksen. STEA jakaa avustusta Veikkauksen tuotoista. Kiikarissa aivoterveys – tietoa ja tukea näkövammaisille- hankkeen päätavoitteena on edistää näkövammaisten henkilöiden aivoterveyttä tukevaa työtä, joka lisää heidän hyvinvointiaan ja edistää arjessa selviytymistään.

Hankkeen kohderyhmänä ovat yli 65-vuotiaat näkövammaiset, joiden terveyskäyttäytymistä selvitetään aivoterveyden näkökulmasta. Kohderyhmään kuuluvat myös näkövammaisten läheiset sekä ne sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään näkövammaisia. Selvityksestä saatuun tietoon perustuen luodaan tiedotusmateriaalia ja kehitetään toimintamalleja näkövammaisen ihmisen aivoterveyden edistämiseen ja arjessa selviytymiseen, muistioireiden tunnistamiseen sekä tukitoimien saavutettavuuteen liittyen.

Hankkeelle on ilmennyt tarve, sillä kohderyhmälle ei ole olemassa tiedotusmateriaaleja aivoterveydestä ja muistisairauksista. Ikääntyminen on merkittävä riskitekijä sekä muistisairauteen että näkövammaan. Voidaan ajatella, että Etelä-Savossa eniten ikääntyvänä maakuntana on näkövammaisia, joilla on myös muistisairaus, mutta sairautta ei ole välttämättä tunnistettu ja diagnosoitu. Muistioireiden tunnistaminen voi olla näkövammaisella henkilöllä vaikeaa, jos arjessa selviytymisen ongelmat tulkitaan heikentyneestä näöstä johtuviksi. Näkövamma sekä muistin ongelmat yhdessä vaikuttavat merkittävästi henkilön tuen tarpeen kasvamiseen. Näkövamma aiheuttaa usein liikkumisen vähenemistä, ravitsemuksen yksipuolistumista ja kodin ulkopuolisiin toimintoihin osallistumisen vaikeutumista. Elämäntapoihin liitetyt sairaudet ovat tutkimusten mukaan näkövammaisilla yleisempiä kuin muulla väestöllä. Muistihäiriöitä voidaan ennaltaehkäistä juuri elämäntapatekijöihin vaikuttamalla.

Hankesuunnittelijana hankkeessa on aloittanut helmikuun alusta Jaana Paasonen ja kevään aikana rekrytoidaan työpariksi hanketyöntekijä, joka aloittanee elokuussa. Työntekijöiden työpisteet ovat Muistiluotsin kanssa samoissa työtiloissa Porrassalmenkatu 26:ssa. Tärkeimpinä yhteistyökumppaneina hankkeessa ovat Etelä-Savon näkövammaiset ry sekä Essote.

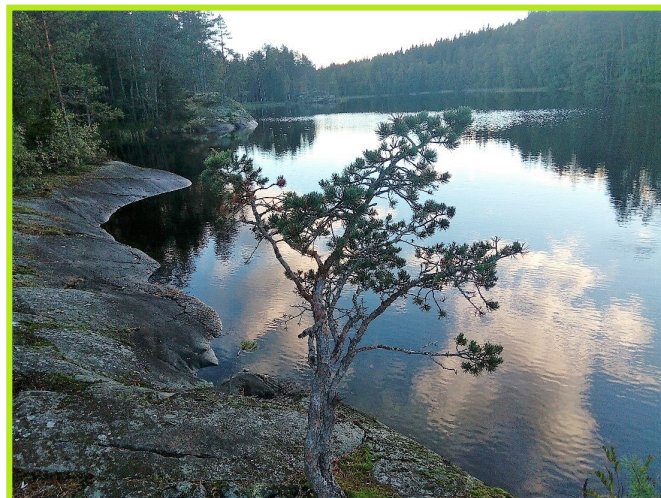


Päin Mäntyä -hankkeen kiitokset ja kuulumiset

Keväällä on toimittu ja tavattu porukalla vielä hankkeen puitteissa. Alkuvuonna vahvistui, että ryhmät jatkavat toukokuulle.

Rahoittajaltamme STEA:lta ei saatu kohdennettua toiminta -avustusta Päin Mäntyä -toiminnan jatkumiseksi. Vertaistukiryhmätoiminta jatkuu Etelä -Savon Muistiluotsin järjestämänä.

Keväällä ryhmissä on harjoitettu aivotsumpaa eli aivotreeniä alkajien ryhmässä sekä itsenäisessä jatkoryhmässä. Muistitreffeillä on muun muassa kuunneltu toivekappaleita, keskusteltu vertaistuellisesti asioista ja pohdittu tulevia ja mahdollisuuksia jopa sinne asti, entäpä jos tarvitsen palvelutaloasuntoa? Tuumasta toimeen, osa porukkaa tutustui keväällä Mikkelissä muutamiin palvelutaloihin Mikkelin seudun Omaiset ja Läheiset ry:n koordinoimilla Palvelutalokahvila -vierailulla. Ilmaisutaitoryhmä Hurmos on voimissaan, teimme keväällä sketsivideo -projektia.



Kuva Säynätin luontopolulta.

Savolaisittain toiminta tiivistettynä:

"Murheen kantaa yksinnii vuan illoon pittää olla usseempi!"

Kiitos kaikille osallisille tästä matkasta Päin Mäntyä -hankkeessa!

Toivottavat hanketta tehneet Helmi ja Jaana.



(Henkilöstöasiaa) Helmi Ahvenniemi työskentelee 14.5.2019 asti hanketyöntekijänä. Suunta kohti uusia seikkailuja ja työkuvioita - repussa iloa, yhteisöllisyyttä, männynkäpyjä ja muistoja!

"Helmi voi lähteä muistilta,
silti muistiystävällisyys ei lähde Helmistä!"

Kiittäen Helmi



Muistojen medaljonki - dokumenttielokuva palkittiin SM- Filmifestivaaleilla



Tarjaa onnittelevat pj. Marketta Evola (vas.) ja toiminnanjohtaja Hanna Kuitunen (oik.)

Omaishoitajien teatteriryhmä Virtapiirin dokumenttielokuva Muistojen medaljonki voitti vuoden 2019 SM-Filmifestivaaleilla dokumenttisarjan. Muistojen medaljonki on Kangasniemen Virtapiiriryhmän teos. Ohjauksesta on vastannut Tarja Pyhähuhta, käsikirjoituksesta Lea Suopelto ja kuvauksesta, grafiikasta ja editoinnista Hamid Al-Sammarraee. Elokuva edustaa Suomea myös Hollannissa elokuussa 2019 järjestettävillä Unica-Filmifestivaaleilla.

Virtapiiri-toiminta jatkuu syksyn ajan Mikkelissä, Savonlinnassa, Pieksämäellä ja Juvalla. Virtapiirin kymmenvuotinen taival päättyy kuitenkin vuoden 2019 loppuun. Toimintaa Veikkauksen varoilla rahoittanut STEA (Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus) ei ole enää myöntänyt toiminnalle rahoitusta. Vaikka Virtapiiri-toiminta päättyykin, jää siitä paljon elämänmakuisia kokemuksia ja muistoja. Se on tuottanut iloa niin Virtapiiri-ryhmiin osallistuneille itselleen kuin niille, jotka ovat päässeet nauttimaan ryhmien esityksistä.



Omaishoitajien teatteriryhmä Virtapiiri

VIRTAPIIRI-ILOA

Teatteriklubilla

Ke 22.5.2019 klo 19-21



Muistiaktiivit pitävät muistisairauteen sairastuneiden henkilöiden ja läheisten puolia

Etelä-Savon Muistiaktiivit-ryhmä on muistisairauksiin sairastuneista ja läheisistä koostuva asiantuntijaryhmä, joka kokoontui ensimmäisen kerran maaliskuussa 2018. Maakunnallisen ryhmän tehtävänä on kommentoida ja tuoda esiin näkemyksiä alueen Muistiluotsin ja muistiyhdistysten toiminnasta ja ottaa kantaa muistisairaiden ihmisten ja läheisten kannalta tärkeisiin ajankohtaisiin asioihin omassa maakunnassa.

Keskeisiä keskustelun teemoja ovat olleet mm. aivoterveysten edistäminen, muistiystävälliset asenteet ja ympäristö, yhdenvertaiset mahdollisuudet vertaistukeen, palveluihin ja itsemääräämisoikeuden toteutumiseen. Muistiaktiivit-ryhmä tekee yhteisiä kannanottoja tärkeänä pitämistään aiheista. Kannanotto on tehty esim. Kelalle liittyen omaishoitoperheiden kuntoutuksen aikaisiin majoitusjärjestelyihin.

Etelä-Savon Muistiaktiivien puheenjohtajana toimii Savonlinnan seudun Muistiyhdistys ry:n puheenjohtaja Aulikki Tikkanen ja sihteerinä Mikkelin seudun Muisti ry:n toiminnanjohtaja Hanna Kuitunen. Jäseniä on yhteensä kuusi ja edustettuina ovat sekä Mikkelin, Savonlinnan että Pieksämäen seudut.

Vastaavanlaisia Muistiaktiivit-ryhmiä on useissa maakunnissa, minkä lisäksi on myös valtakunnallinen Muistiaktiivit-ryhmä.



Kuva otettu 27.2.2019 Juvalla, Etelä-Savon Muistiaktiivit -ryhmän tapaamisessa.



Mikkelin Kesäteatteri - ELÄMÄ JANOTTAA

Jäsenet 20 €, ei jäsenet 25 € (sis. lipun ja väliaikakahvin)

Ilmoittautuminen viimeistään 10.6.2019 (40 lippua varattuna)

puh. 040 827 7353 tai jarjestoassistentti@esmuistiluotsi.fi



Muistipuisto® (www.muistipuisto.fi) on muistisairaille henkilöille ja aivoterveystä kiinnostuneille ikääntyville suunnattu helppokäyttöinen verkkopalvelu.

Siinä yhdistyvät aivoterveystta ja toimintakykyä edistävä tieto, vinkit ja harjoitukset. Voit tutustua Muistipuistoon vaikka lastenlasten kanssa.

**Muistipuisto®, koska
aivoterveys on pääasia!**

www.muistipuisto.fi

Jäsenkyselyn tuloksia

Syksyn 2018 jäsenkirjeen mukana lähetettiin kysely n. 300 jäsenelle. Vastauksia saatiin 80. Kiitos kaikille kyselyyn vastanneille! Kysely tuotti tietoa toimintaan osallistumisesta, mitä hyötyä yhdistykseen kuulumisesta on koettu olevan, miten yhdistys on onnistunut tiedottamisessa ja tavoitettavuudessa.

Vastaajista 48 ilmoitti kuuluvansa yhdistykseen kannattaakseen toimintaa. Se saikin suurimman vastausmäärän kysyttäessä toimintaan osallistumisesta. Retkille tai teatteriesityksiin osallistuminen oli toiseksi suosituin vaihtoehto (46). Asiantuntijaluennoilta ja koulutustilaisuuksiin oli osallistunut 41 ja vertaistukiryhmiin 38 vastaajista. Jäsenetuja ilmoitti hyödyntävänsä 37 vastaajaa.

Vastaajista 10 koki hyötynensä jäsenyydestä erittäin paljon, 32 paljon, 20 vähän, 3 ei ollenkaan ja 14 valitsi En osaa sanoa -vaihtoehdon. Yhdistykseen kuulumisen selkeimmäksi hyödyksi nimettiin vertaistuen ja tiedon saaminen. Neljä kertaa vuodessa ilmestynvä Muisti-lehti mainittiin useissa vastauksissa.

Tietoa toiminnasta oli saatu yleisimmin jäsenkirjeestä (62), Muisti-lehdestä (50), paikallislehdistä (43) ja työntekijöiltä (40). Toiminnasta tiedottamisen 70 jäsentä koki olevan riittävää, 9 valitsi vaihtoehdon "en osaa sanoa" ja 1 koki, että tiedotus ei ole ollut riittävää.

Työntekijät ovat olleet helposti tavoitettavissa 53 vastaajan mielestä, 25 ei osannut sanoa ja 1 vastaajista koki, että työntekijät eivät ole olleet helposti tavoitettavissa. Toimintaa koskevista toiveista keskeisin oli toiminnan jatkaminen samankaltaisena. Retkiä ja erilaisia yleisöluentoja toivottiin useissa vastauksissa.

Muistiliiton Minun valintani -hanke kerää tietoa sote-palveluiden käyttäjiltä

Mitkä käytännöt ovat muistisairaalan näkökulmasta hyviä ja toimivia sote-palveluissa? Mitkä asiat ovat ongelmallisia? Saavatko muistisairauteen sairastuneet henkilöt riittävästi tietoa? Mihin ollaan tyytyväisiä? Mihin kaivataan muutosta?

Jos haluat kertoa omista kokemuksistasi, voit vastata kyselyyn, joka löytyy osoitteesta <https://my.surveypal.com/Alkukartoitus-2019>. Kyselyyn voi vastata muistisairauteen sairastunut ja/tai läheinen yhdessä tai erikseen. Apua vastaamiseen saa myös Etelä-Savon Muistiluotsin toimistolta. Vastausaikaa on toukokuun loppuun. Saatua tietoa sote-palveluiden nykytilasta käytetään Minun valintani -hankkeen kehittämistyön pohjana.

Minun valintani -hankkeessa vahvistetaan muistisairaiden ja läheisten kykyä tehdä harkittuja valintoja uudistuvassa sote-toimintaympäristössä sekä edistetään muistisairaiden ihmisten kuulemista oman elämänsä asiantuntijoina. Hankkeen tarkoituksena on kehittää ja tarjota muistisairaille ja läheisille tuetun päätöksenteonmalleja ja tukimateriaaleja valintojen tekemiseen.

PAIKALLISET JÄSENEDET 2019



**Mikkelin seudun
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen

APTEEKIT:

Apteekki Stella: 5 % alennus Souvenaid -ravintolisäjuomista ja 5 % alennus Orionin D-vitamiineista

Mikkelin Uusi Apteekki: 5% alennus Souvenaid -valmisteesta

HYVINVOINTI- JA KAUNEUS:

Hyvinvointi- ja kauneuskeskus Estetica: täydellisen jalkahoidon tai kasvohoidon yhteydessä ilmainen käsinaamio ja – hieronta

Jalkahoitopalvelu Anne: 10 % alennus jalkahoidosta

Parturi-kampaamo Hair Shop: 5 % alennus

Kampaamo-parturi Salon Riley: 10 % alennus

Parturi-kampaamo Ahotie: 15 % alennus

KELLOLIIKKEET:

Kelloliike Pylvänäinen Oy: 15-20 % normaalihintaisista tuotteista

KUKKAKAUPAT:

Puistokukka: 10 % alennus

Savonkukka, Savon Hautaustoimisto Ay: 10 % alennus kaikista kukista

Neiti Neilikka: 10% alennus normaalihintaisista kukista

PESULAT:

Quick Shop kemiallinen Pesula: 10 % alennus

TOIMISTOTARVIKE- JA ATK-LIIKKEET:

Mikkelin Toimistotarvike Oy: 20 % alennus toimistotarvikkeista ja 10% alennus tulostintarvikkeista, muistakin tuotteista mahdollisuus saada alennus tuotekohtaisesti.

VAATELIIKKEET:

Miss Elena Ky: 10 % alennus kaikista tuotteista

Nykynainen: 10 % normaalihintaisista tuotteista.

Käytössä leimakortti; kun 10 leimaa on täynnä, kortti on 20€ arvoinen.

Lady Lisa: 10 % alennus

Yhteystiedot

Mikkeli:

Porrassalmenkatu 26 (sisäänkäynti Maunukselankadun puolelta)
50100 Mikkeli

Toimistomme on avoinna maanantaista perjantaihin klo 8-15 välisenä aikana. Tervetuloa!

Marketta Evola, puheenjohtaja, puh. 0400 320 707 tai marketta.evola@gmail.com

Hanna Kuitunen, toiminnanjohtaja, puh. 0400 539 007 tai hanna.kuitunen@esmuistiluotsi.fi

Riitta Halonen, muistiluotsiasiantuntija, puh. 040 559 2000 tai riitta.halonen@esmuistiluotsi.fi

Heidi Kesänen, muistiluotsiasiantuntija 1.5. alkaen, puh. 0400 174 706 tai heidi.kesanen@esmuistiluotsi.fi

Jori Reinikainen, järjestöassistentti, puh. 040 827 7353 tai jarjestoassistentti@esmuistiluotsi.fi



Jaana Paasonen, hankesuunnittelija

puh. 050 314 2111 tai jaana.paasonen@msmuisti.fi



<http://mikkelinseudunmuisti.fi/>



www.facebook.com/mikkelinseudunmuisti/

Savonlinna:

Eeva Liisa Salminen, muistiasiantuntija,

puh. 050 593 2353 tai eevaliisa.salminen@esmuistiluotsi.fi

MUISTINEUVO

tietoa, tukea ja ohjausta,
vastaajina muistityön ammattilaiset

 09-8766 550

ma, ti ja to klo 12–17 (0,08 €/min. + pvm)



VERTAISLINJA

tukea muistisairaiden läheisille,
vastaajina kokeneet omaishoitajat

 0800 9 6000

joka päivä klo 17–21 • maksuton



Muistiliitto
Alzheimer Centraförbundet