

Vuosikertomus 2021

”Kiitos mahdollisuuksista ja toiminnasta. Varsinkin korona-aikana on ollut aika tyhjän päällä oleva tunne.”

” Tulin pelon sekaisin tuntein, lähden hyvillä mielin.”

Kouvolan seudun Muisti ry

Puh. 040 523 9697 Hallituskatu 7 B, 45100 Kouvola www.kouvolanseudunmuisti.fi
toimisto@kouvolanseudunmuisti.fi

Sisällys

Yhdistys 1
Toimihenkilöt 1
Kokoukset ja työryhmät 2
Jäsen- ja varainhankinta 4
Yleisötilaisuudet ja virkistystoiminta 4
Yhteistyöverkostot ja järjestöyhteistyö 6
Tiedottaminen 6
Yhdistyksen talous 7
STEA avusteinen toiminta 9
Kymenlaakson Muistiluotsi 10
Asiakastyö 10
Vapaaehtois- ja vertaistoiminta 12
Vaikuttaminen ja verkottuminen 13
Koronapandemian vaikutus toimintaan 19
Paikka auki -avustus 21
Yhdistysavustaja 21
Digiviestijä 21
Liitteet 23
Yhdistyksen talousarvio 2021 23
Infograafi Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnoista 2021 23
Yhteystiedot 24

Yhdistys

Kouvolan seudun Muisti ry on kolmannen sektorin aktiivinen toimija Kouvolassa. Yleishyödyllinen yhdistys on perustettu 14.6.1990. Yhdistyksen toimialueena on Kouvola. Toiminnan tarkoitus on muistisairaiden ja heidän läheistensä hyvinvoinnin tukeminen ja oikeuksien edistäminen sekä yleisen muisti- ja aivoterveystietoisuuden lisääminen. Yhdistys on vaikuttava, luotettava sekä asiantunteva aivoterveyden ja muistiperheiden hyvän elämän edistäjä. (Kouvolan seudun Muisti ry:n säännöt 2021 ja Kouvolan seudun Muisti ry strategia 2021–2024). Tavoitteena on, että vuoteen 2024 mennessä yhdistyksessä on yhteisesti kehitettyä, helposti saavutettavaa, elämänmyönteistä ja aktiivista toimintaa, johon on helppo ja luonteva osallistua.

Yhdistyksen toimintaa on toteutettu sekä yhdistystoimintana että Muistiluotsitoimintana. Muistiluotsitoiminta on yhdistyksen keskeisin ja näkyvin toimintamuoto. Vuosikertomuksessa on kerrottu Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnasta sivulta 10 alkaen. Yhdistystoiminta rahoitetaan jäsenmaksuilla, Kouvolan kaupungin toiminta-avustuksilla ja muilla avustuksilla. Kymenlaakson Muistiluotsitoiminnan ja Paikka auki -hanke avustustoiminnan on rahoittanut Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA).

Yhdistys on alan kattojärjestönä toimivan Muistiliiton jäsen.

Toimihenkilöt

Yhdistyksen puheenjohtajana toimi Oili Valkeapää ja varapuheenjohtajana Merja Mänttäri. Muut hallituksen varsinaiset jäsenet olivat Kimmo Mäkinen, Tuija Ahola ja Emma Kujala. Hallituksen varajäseninä olivat Heini Lämsä ja Tiina Köninki.

Yhdistyksen työntekijöinä olivat Kymenlaakson Muistiluotsissa toiminnanjohtaja Tarja Levonen, muistiluotsit Sanna Hellsten, Tiina Orava ja Jenni Pussinen. Yhdistysavustajan tehtävissä toimi Merja Hartikainen 30.12.2021 asti 65–75 % työajalla. Digiviestijänä aloitti 1.3.2021 Julia Viikki. Yhdistysavustaja ja digiviestijä palkattiin Paikka auki II-avustusohjelman avulla.

Työpaikkaselvitysraportti ja Työterveysyhteistyön toimintasuunnitelma ajalle 1.1.2021 -31.12.2025 hyväksyttiin. Työterveyshuollon palveluntuottajana toimii Pihlajalinna Terveys Oy, päätoimipisteenä Pihlajalinna Kouvola. Työterveyspainotteiseen sairaanhoitopalveluun kuuluu yleislääkärin/työterveyslääkärin ja työterveyshoitaja vastaanotto, yleislääkäritasoiset laboratorio- ja kuvantamistutkimukset rajoituksin sekä erikoislääkärikonsultaatiot.

Kuntouttavaan työtoimintaan osallistui kaksi henkilöä, ajalla 1.1.–31.3.2021 kahtena päivänä viikossa 4 h / päivä ja ajalla 30.11.– 30.12.2021 kahtena päivänä viikossa 4 h / päivä. Ohjattuun työharjoitteluun osallistui 3 geronomiopiskelijaa. Harjoittelujaksot olivat omaishoitajuuden tukeminen sekä muistisairaan tukeminen ja kohtaaminen. Lisäksi geronomiopiskelijoita on ollut mukana ryhmän ohjaajina. Kouvolan seudun ammattiopistosta merkonomiopiskelija suoritti viestinnän ja markkinoinnin harjoittelujakson ajalla 1.11.–15.12.2021.

Yhdistyksen kirjanpidosta on huolehtinut tilitoimisto Areniatili Oy, kirjanpitäjä Satu Sorsa. Yhdistyksen tilintarkastajana toimi Tuula Salminen ja varatilintarkastajana Janne Virtanen Dextella Oy:stä.

Kokoukset ja työryhmät

Hallituksen kokouksia oli kahdeksan. Hallituksen jäsenille ei maksettu kokouspalkkiota eikä kilometrikorvauksia. Koronapandemian aiheuttaman poikkeustilanteen vuoksi kokouksia järjestettiin hybridikokouksina Microsoft

Teams -etäyhteyden avulla. Yhdistyssääntöjen pykälän 16 mukaan kokouksiin voidaan osallistua tietoliikenneyhteyden avulla.

Kevätkokous pidettiin 21.4.2021 klo 18 hybridimallisesti. Kevätkokous hyväksyi vuoden 2020 vuosikertomuksen ja vuoden 2020 tilinpäätöksen. Kevätkokouksen päätteeksi Esperi Care Haanojan yksikönjohtaja Anne Koivula kertoi Esperi Care Haanojan päivätoiminnasta.

Syyskokous pidettiin 29.11.2021 klo 18 hybridimallisesti. Syyskokouksessa hyväksyttiin vuoden 2022 toimintasuunnitelma ja talousarvio. Syyskokouksessa valittiin Dextella Oy:stä tilintarkastajat seuraavalle tilikaudelle. Tilintarkastajaksi valittiin HT-tilintarkastaja Tuula Salminen ja varatilintarkastajaksi JHT-tilintarkastaja Janne Virtanen. Hallituksen varsinaisista jäsenistä erovuorossa oli Merja Mänttäri ja varajäsenistä Tiina Köninki. Yhdistyksen sääntöjen mukaan (§ 15) puolet hallituksen varsinaisista ja varajäsenistä ovat erovuorossa. Syyskokous valitsi kaudelle 2022–2023 kaksi varsinaista ja yhden varajäsenen. Hallituksen kokoonpanoksi valittiin varsinaiset jäsenet: Oili Valkeapää, Merja Mänttäri, Kimmo Mäkinen, Tuija Ahola ja Emma Kujala, varajäsenet: Heini Lämsä ja Anne Koivula.

Viestintäsuunnitelma työryhmässä työskentelivät hallituksen jäsen Emma Kujala, muistiluotsit Tiina Orava ja Tarja Levonen ja digiviestijä Julia Viikki. Viestintäsuunnitelman vuosittaista päivittämistä jatketaan saman työryhmän kanssa.

Vuoden omaishoitajan sekä vuoden muistiteko palkitsemistyöryhmään osallistuivat puheenjohtaja Oili Valkeapää ja varapuheenjohtaja Merja Mänttäri.

Yhdistyksen 30+1 -vuotisjuhlaa varten perustettiin oma WhatsApp-ryhmä Juhlatoimikunta. Hallituksen jäsenistä mukana Emma Kujala ja Tuija Ahola, työntekijöistä Tarja Levonen.

Patentti- ja rekisterihallitus hyväksyi sääntömääräiset nimenkirjoittajat ja sääntömuutoksen 17.2.2021.

Toiminnanjohtaja piti kehityskeskustelut toukokuussa muistiluotsityöntekijöille, toimi Paikka auki -hankkeiden työntekijöiden mentorina sekä kuntouttavan työtoiminnan vastuuhenkilönä.

Työntekijöiden TYHY-päivä pidettiin 17.11.2021. Ennakkotehtävänä mietittiin yhdistyksen arvoja omassa työssä ja keinoja päästä Kouvolan seudun Muisti ry:n tavoiteltuun visioon vuonna 2024.

Jäsen- ja varainhankinta

Yhdistyksessä oli 31.12.2021 yhteensä 324 jäsentä. Vuonna 2021 yksilöjäsenmaksu oli 20 € / vuosi, kannatus- ja yhteisöjäsenmaksu 55 € / vuosi. Yhdistys maksaa alan kattojärjestönä toimivalle keskusliitolle vuosittain jäsenmaksutuloista 5 € / jäsen.

Yhdistyksen varainhankinta jäsenmaksutuottojen lisäksi oli pienimuotoista T-paitojen, adressien, historiikin ja Muistipirkkojen käsitöiden myyntiä. Kokoustilaa vuokrattiin ulkopuolisille 20 € / tunti ja yhdistyksen jäsenille 10 € / tunti. Vuoden 2021 aikana kokoustilan vuokratuottoja kertyi 745,00 €, jäsenmaksutuottoja 6665,00 €.

Yleisötilaisuudet ja virkistystoiminta

Yhdistyksen jäsenillat pidettiin yhdistyksen kokoustilassa. Keväälle suunnitellut jäsenillat jäivät toteutumatta koronatilanteen vuoksi.

Elokuun jäsenillassa jäsenistö pääsi tutustumaan hallituksen jäseniin sekä työntekijöihin. Paikalle saapui kuusi osallistujaa työntekijöiden ja hallituksen jäsenen lisäksi. Syyskuun jäsenillassa vierailtiin Esperi Care Haanojan toimipisteessä päivätoimintakeskukseen tutustumisen merkeissä.

Yksikönjohtaja Anne Koivula esitteli Päiväkeskus toimintaa. Lokakuun jäsenillassa vieraili geriatrian erikoislääkäri, ylilääkäri Sari Mäkelä Kymsotelta.

Syysretkellä 11.9.2021 risteiltiin M/S Kavaljeerilla Voikkaan Virtakivestä Kimolan kanavalle. Syysretken jäsenhinta oli 25 € / jäsen ja ei-jäsenille 52 €. Syysretkeen osallistujamäärää oli koronapandemian vuoksi jouduttu rajaamaan. Matkaan mahtui mukaan 23. Kaikki paikat täyttyivät.

Yhdistyksen 30+1 -vuotisjuhlat yhdistettiin pikkujouluihin ja ne vietettiin 27.11.2022 Kymen Paviljongissa. Yhdistys palkitsi juhlassa vuoden 2021 muistisairaan henkilön omaishoitajan. Palkinnolla haluttiin osoittaa arvostusta muistisairaiden henkilöiden omaishoitajia ja heidän arvokasta työtään kohtaan. Palkinnon sai miehensä omaishoitajana toimiva Kerttu Tommiska. Vuoden Muistiteko palkinnolla haluttiin nostaa esille muistisairaiden ihmisten hyväksi tehtyjä asioita. Muistiteoksi palkittiin Esperi Oy:n Haanojan palvelukeskuksen yksikönjohtaja Anne Koivula. Hän on ideoinut Haanojan palvelukeskuksen tiloihin päivätoimintaa, joka tukee muistisairaiden henkilöiden toimintakykyä ja omaishoitajan jaksamista.

Koronapandemiatilanteen vuoksi lähitoiminnat olivat tauolla vuoden 2021 alusta toukokuuhun. Kesäkuussa oli tapaamiset ryhmiin ilmoittautuneille ulkona ja elokuussa toimintaa aloitettiin pienryhmissä noudattaen terveysturvallisuustoimenpiteitä. Avoimiin ryhmiin oli ennakkoilmoittautumiset.

Jäsenille, jotka olivat aiemmin ilmoittaneet haluavansa kuulumissoittoja, soitettiin helmikuun aikana. Monet kertoivat ulkoilevansa ja liikkuvansa päivittäin. Toisaalta puhelut omaishoitajien kanssa olivat pitkiä ja he kokivat tilanteen sitovaksi ja koronan tuomat rajoitteet hankaliksi. Yhteys ystäviin ja sukulaisiin tapahtui pitkälti puhelimitse tai netin välityksellä. Yksinäisyys nousi puheluissa esiin, osa kertoi siihen tottuneensa, toisia yksinäisyys ahdisti.

Yhteistyöverkostot ja järjestöyhteistyö

Hallituksen jäsenet osallistuivat yhdistystoimintaa tukeviin tapaamisiin. Muistiliiton järjestöpäivät 2021 pidettiin Teamsissa 20.–21.5.2021. Järjestöpäivät oli tarkoitettu Muistiliiton jäsenyhdistysten kaikille toimijoille. Tämän vuotisen järjestöpäivien tavoitteena oli innostaa kaikkia toimimaan, osallistumaan ja vaikuttamaan muistiystävällisen yhteiskunnan rakentamiseen.

Muistiluotsin toimintaa ohjaava johtoryhmä kokoontui kolme kertaa. Johtoryhmän tapaamisiin osallistuivat kaikki muistiluotsit, yhdistysten puheenjohtajat ja varapuheenjohtajat. Kouvolan seudun Muisti ry:n ja Kotkan Seudun muistiyhdistys ry:n MINI-Lyhty tapaaminen pidettiin Kouvolassa 19.10.2021 Mielakan rinnekeskuksen tiloissa. Lisäksi hallituksen jäseniä on ollut mukana myös muissa Muistiluotsitoimintaa tukevissa työryhmissä.

Yhdistyksen luottamushenkilöiden ja työntekijöiden pikkujoulut pidettiin 16.12.2021 yhteisen jouluaterian merkeissä.

Tiedottaminen

Jäsentiedotteita lähetettiin neljä. Kotisivuilla tiedotettiin ryhmistä, tapahtumista ja ajankohtaisista asioista. Yhdistys ilmoitti tapahtumistaan Kouvolan Sanomien järjestöpalstalla. Kymenlaakson Muistiluotsin tilaisuuksista tiedotettiin maakunnan ilmaisjakelulehti KS Keskiviikon järjestöpalstalla. Kouvolan alueen ja Etelä-Kymenlaakson toimintakalenterit ilmestyivät tammi- ja elokuussa. Toimintakalenterin olivat alueillaan Kymenlaakson Muistiluotsin ja paikallisten muistiyhdistysten, Kotka Seudun muistiyhdistys ry:n sekä Kouvolan seudun Muisti ry:n, kanssa yhteisiä. Tietoa jaettiin yhteistyökumppaneille, heidän kauttaan tietoa saivat myös ammattilaiset ja uudet asiakkaat.

Jäsentiedotteen 2 / 2021 mukana postitettiin jäsenille Esperi Päiväkeskus Haanojan esite. Esperi Haanoja osallistui postituskuluihin.

Yhdistyksen Facebook-sivuilla tiedotettiin toiminnasta sekä yleisistä muistisairauksiin ja aivoterveyteen liittyvistä asioista. Vuoden lopussa Facebook-sivuilla oli 342 seuraajaa. Kymenlaakson Muistiluotsi tiedotti myös Twitterin ja Instagramin välityksellä, vuoden lopussa Instagram seuraajia oli 192 ja Twitter seuraajia 113. Sosiaaliseen mediaan pystyttiin panostamaan aiempaa enemmän, niistä huolehti pääasiassa yhdistyksen digiviestijä.

Yhdistys toteutti yhdessä Kymenlaakson Muistiluotsin kanssa radiokampanjan Radio Kaakon kanssa. Kampanjan tavoitteena oli tiedottaa ja viestiä kuulijoille alueella toimivien muistiyhdistysten ja Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnoista, palveluista ja tavoitteista kohti muistiystävällisempää Kymenlaaksoa sekä muistuttaa muistisairaiden omaisia, että he eivät ole yksin läheisen sairauden kanssa. Kampanja toteutettiin ajalla 19.5.–23.6.2021.

Yhdistyksen ja Kymenlaakson Muistiluotsin toiminta sai näkyvyyttä KotiTV:n ohjelmassa syksyllä 2021, jossa oli muutaman minuutin asiantuntijahaastattelu. Haastattelun antoi Tarja Levonen.

Viestintäsuunnitelma vuosille 2021–2024 pohjautuu yhdistyksen strategiaan. Yhdistys haluaa olla vaikuttava, luotettava, asiantunteva aivoterveyden ja muistiperheiden hyvän elämän edistäjä. Viestinnän tavoitteena on yhdistyksen perustehtävän muistiperheiden ja heidän parissaan työskentelevien ammattilaisten tukeminen sekä aivoterveyden edistäminen ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen.

Yhdistyksen talous

Yhdistystoiminnan rahoitus muodostuu jäsenmaksutuotoista, varainhankinnasta, Kouvolan kaupungin ja muiden tahojen vapaaehtoisista yleisavustuksista.

Yhdistyksen varsinaisen toiminnan tilikauden tulos vuonna 2021 oli 149,66 € alijäämäinen. Yhdistyksen varainhankinta tuotti yhteensä 398,00 €. Kokoustilan vuokratuotto oli 745,00 €. Muut tuotot 712,28 €. Yhdistyksen jäsenmaksut tuottivat yhteensä 6665,00 €, josta yhdistys maksoi Muistiliitolle yhteensä 1555,00 €. Yhdistyksen toimintaa tuettiin yleisavustuksilla yhteensä 2796,00 €:lla. Kymi Osakeyhtiön 100-vuotissäätiö myönsi yhdistykselle 2200 € avustuksen yhdistyksen 30-vuotisjuhlien järjestämiseen. Kouvolan kaupungin myöntämä toiminta-avustus 596,00 € käytettiin yhdistyksen 30+1-vuotisjuhlan järjestelykuluihin. Yhdistykseltä tilattiin ammattilaisille yksi räätälöity 3 h -koulutuspaketti. Asiakaspalautteen keskiarvo siitä kouluarvosanoin oli 9,75. Koulutustilaisuuteen osallistuneet saivat ideoita, tietoa muistisairaan käyttäytymisestä, ajattelemisen aihetta ja uutta tietoa.

Vuodelle 2021 STEA myönsi yhdistykselle avustusta 296000 €, Muistiluotsi-toiminta 263000 € ja Paikka auki -avustus 33000 €. Paikka auki avustusta haettiin työttömän nuoren tai osatyökykyisen palkkaamiseen järjestön yleishyödyllisiin tehtäviin.

Yhdistys haki keväällä kolmatta kertaa Paikka auki -avustusta vuodelle 2022. Avustusta haetaan tehtävään, jossa yhdistyy yhdistysavustajan ja digiviestijän toimenkuvat. Haettu avustussumma 35000€ / yksi henkilötyövuosi.

Yhdistys haki Googlelta yhteisötukiavustusta Digitaidoksi muistiperheelle -hankkeeseen. Tavoitteena oli vahvistaa muistisairaiden ja läheisten osallisuutta ja vertaisuutta digitalisoituvassa yhteiskunnassa. Avustuksella olisi hankittu helppokäyttöisiä Hublet-tabletteja, joita muistisairaat ja läheiset olisivat voineet käyttää ohjatuissa ryhmätoiminnoissa sekä ohjauksen ja neuvonnan yhteydessä. Ryhmissä olisi harjoiteltu laitteiden peruskäyttöä, tutustuttu digiasiointiin ja Googlen palveluihin. Avustusta ei saatu.

STEA avusteinen toiminta

Yleishyödylliset yhteisöt voivat hakea terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia edistävään työhön avustusta Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksesta (STEA). Kouvolan seudun Muisti ry saa avustusta kohdennettuun toimintaan sekä muihin tarkoitukseltaan ja kestoltaan rajattuihin hankkeisiin. STEA vastaa osaltaan siitä, että Veikkauksen tuottoja käytetään tulokselliseen kansalaisjärjestöjen toimintaan.



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Kymenlaakso

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA

Kymenlaakson Muistiluotsi

Kymenlaakson Muistiluotsi (jäljempänä Muistiluotsi) on Kouvolan seudun Muisti ry:n hallinnoima asiantuntija- ja tukikeskus, joka tarjoaa apua ja tukea muistisairaille ja heidän läheisilleen. Muistiluotsi toimii Haminan, Kotkan, Kouvolan, Miehikkälän, Pyhtään ja Virolahden alueella. Muistiluotsi toimii yhteistyössä kuntien, sosiaali- ja terveyspalvelujen kuntayhtymän sekä yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Kumppaniyhdistyksenä on Kotkan Seudun muistiyhdistys ry. Muistiluotsi on osa valtakunnallista Muistiluotsi-verkostoa, jota koordinoi Muistiliitto.

Muistiluotsin järjestämissä tilaisuuksissa saa tietoa muistisairauksista, niiden vaikutuksista ja muistisairaan ihmisen kohtaamisesta. Muistiluotsi mahdollistaa ajatusten vaihtamisen toisten samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa. Toiminta tarjoaa mahdollisuuksia osallistumiseen ja vaikuttamiseen. Muistiluotsi vahvistaa erityisesti muistisairauksiin liittyvää vapaaehtois- ja vertaistoimintaa sekä varmistaa muistisairaiden ja läheisten äänen kuulumista. Muistiluotsi tekee vaikuttamistyötä muistisairaiden ja heidän läheistensä yhdenvertaisuuden ja hyvän elämän puolesta sekä toimii aktiivisesti maakunnan verkostoissa.

Muistiluotsitoiminnassa työskentelevät toiminnanjohtaja, geronomi (YAMK) Tarja Levonen, muistiluotsit sosionomi (YAMK) Jenni Pussinen, geronomi (AMK) Sanna Hellsten sekä sairaanhoitaja, geronomi (AMK) Tiina Orava.

Asiakastyö

Asiakastyöllä tuettiin ja autettiin kymenlaaksolaisia muistisairaita ja läheisiä. Asiakastyön toimintamuotoina olivat ohjaus ja neuvonta, ryhmätoiminta ja muistikahvilatoiminta. Koronaviruspandemia vaikutti myös Muistiluotsin

toimintaan, kevään ajan kaikki lähitapaamiset olivat tauolla kokoontumisrajoitusten ja terveysturvallisuussuositusten vuoksi.



Henkilökohtaista ohjausta ja neuvonta annettiin kasvokkain, puhelimitse tai sähköpostitse 643 kertaa. Yhteydenottajista 99 % sai apua tilanteeseensa (kysytty tieto/ työntekijän arvio). Neuvonnalla ja ohjauksella ihmiset saivat tukea arkeensa sekä tietoa ryhmistä ja vapaaehtoistoiminnasta sekä muistitutkimuksiin hakeutumisesta.

Muistiluotsi järjesti vuoden aikana 30 erilaista ryhmää. Näistä osaa ohjasivat vapaaehtoiset. Muistisairaille järjestettiin lähitapaamisin 10 vertaistukiryhmää, joissa kohtaamiskertoja oli 565. Muistisairaille ja läheisille järjestettiin 6 toiminnallista ryhmää, joissa kohtaamiskertoja oli 214. Näistä kolme oli liikunnallisia ryhmiä. Läheisille järjestettiin 8 vertaistukiryhmää, joissa kohtaamiskertoja oli 258. Näistä kolme toteutettiin etäyhteydellä. Ryhmissä teemoina oli aivoharjoittelu, mielen hyvinvointi, muistelu, vertaiskeskustelut ja tieto. Vertaisryhmistä osa toteutettiin ostopalveluna ja oppilaitosyhteistyönä XAMK:n geronomiopiskelijoiden kanssa.

Kirjekurssi-aktivointikirje lähetettiin 113 ihmiselle helmi-toukokuun aikana yhdeksän kertaa. Muistikahvilat toteutettiin keväällä etämuistikahviloina Teams-yhteydellä. Näitä oli 14 ja kohtaamiskertoja oli 57. Kaikille avoimia muistikahviloita lähitapaamisina järjestettiin 54, kohtaamiskertoja näissä oli 387. Muistikahviloissa tarjottiin tietoa ja ohjausta muistiasioissa.

Keväällä toteutettiin erilaisia etäryhmiä Microsoft Teams yhteyden välityksellä. Muistisairauteen sairastuneille oli oma Aivotreeniä etäyhteydellä -ryhmä. Se kokoontui kevään ja kesän aikana 22 kertaa, kohtaamiskertoja oli 83. Hyvän mielen -etäryhmään osallistui muistisairaita ja heidän läheisiään yhdessä. Ryhmä kokoontui 16 kertaa, kohtaamiskertoja oli 83. Keväällä järjestettiin 5 muisteluhetkeä etäyhteydellä, kohtaamiskertoja oli 9. Läheisten etäryhmä jatkoi

kesän aikana tapaamisia etäyhteydellä omatoimisesti. Alussa etäryhmiin osallistuneilla oli mahdollisuus saada henkilökohtaista opastusta etäyhteyden saamiseksi.

Avoin jumpparyhmä toteutui keväällä striimattuna YouTube kanavalle. Myös kevään yhteislaulut siirrettiin verkkoon, vapaaehtoisten soitto ja laulu striimattiin Muistiluotsin YouTube kanavalle. Syksyllä avoin jumpparyhmä kokoontui yhdistyksen kokoustilassa ja avoimet yhteislaulut alakerran Helmi Fresh -lounaskahvilassa.

Työikäisenä muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen järjestettiin marraskuussa vertaispäivä Pajulahden liikuntakeskuksessa. Se toteutettiin yhteistyössä Päijät-Hämeen Muistiluotsin ja Muistiliiton kanssa. Päivään osallistui 31 itse muistisairautta sairastavaa, heidän puolisoaan ja nuorta läheistään.

Kouvolaan ja Kotkaan suunnitellut Omahoitovalmennus-ryhmät muistipariskunnille, eivät päässeet alkamaan. Ryhmät peruuntuivat koronarajoitusten vuoksi tai ryhmiin ei saatu osallistujia.

Vapaaehtois- ja vertaistoiminta

Uudet Muisti-KaVeRuudet alkavat ensikäynnillä, jossa mukana ovat vapaaehtoinen Muisti-KaVeRi, muistiluotsi, vastakaveri (muistisairas) sekä mahdollisesti läheinen. Ensikäyntejä tuettavan luona tehtiin neljä. Koronatilanteen vuoksi käynnit olivat tauolla keväällä, kesällä tapaamisia päästiin jatkamaan, ulkotapaamisia suositeltiin. Osa piti tauon aikana kavereihinsa yhteyttä puhelimitse tai lähetti heille kirjeitä. Vapaaehtoisen Muisti-KaVerin tukea sai 15 henkilöä. Vapaaehtoisten ohjaamia kaikille avoimia ryhmiä oli kolme ja niissä käyntikertoja oli 68.

Muistivapaaehtoisten koulutukset järjestettiin keväällä etäyhteydellä ja syksyllä Kotkassa. Niihin osallistui 6+8 vapaaehtoista. Molemmista saatiin toimintaan mukaan yksi uusi vapaaehtoinen.

Kymenlaakson Muistiluotsin vapaaehtoisille järjestettiin kuusi tapaamista, kohtaamiskertoja oli yhteensä 29. Osa tapaamisista järjestettiin etäyhteyksin. Lisäksi järjestettiin maakunnallinen kiitosjuhla Mustila Arboretumissa, siihen osallistui 15 vapaaehtoista. Kiitosjuhla oli yhteinen kaikille maakunnan muistiyhdistysten ja Muistiluotsin vapaaehtoisille. Vapaaehtoisille suunnattu Hätäensiapu 4 h -kurssi toteutui joulukuussa.

Vapaaehtoisten rekrytointitilaisuuksiin osallistuttiin 2 kertaa, kohdattuja 27. Infoja ja luentoja vapaaehtoisille pidettiin 2 kertaa ja niillä tavoitettiin 22 henkilöä.

Vapaaehtoisten vuosikyselyyn vastasi 23 henkilöä. Heistä kaikki kokivat vapaaehtoistoiminnan mielekkääksi (paljon tai erittäin paljon). Vastanneista 96 % koki, että voi vapaaehtoistoiminnallaan edistää muistisairaiden ja heidän läheistensä osallisuutta paljon tai erittäin paljon. Moni koki koronapandemian vaikuttaneen heikentävästi vapaaehtoisena toimimisen mahdollisuuksiin, ryhmäkerrat vähenivät ja ryhmiin tuli aiempaa vähemmän osallistujia. Vapaaehtoisille tarjottiin mahdollisuus toteuttaa etätoimintaa, kuten muistikahviloiden sisällön tuottaminen.

Vaikuttaminen ja verkottuminen

Kymenlaakson Muistiaktiivit ovat muistisairaiden ja heidän läheistensä maakunnallinen asiantuntijaryhmä. He tuovat esiin oman näkemyksenä maakunnan muistitoiminnasta, kiinnittävät huomiota ja ottavat kantaa muistisairaiden ja läheisten kannalta tärkeisiin ajankohtaisiin kysymyksiin. Työryhmässä oli mukana 6 jäsentä kolmesta eri kunnasta ja molemmista

alueella toimivista muistiyhdistyksistä. Puheenjohtajana toimi Toivo Mielonen ja sihteerinä Tarja Levonen.

Kymenlaakson Muistiaktiivit nostivat keväällä 2021 esille Muistiliiton kuntavaaliteeman: ”Hyvää elämää muistiystävällisessä kunnassa”. Heidän terveisensä:

- Muistisairaus oikeuttaa vammaispalveluihin. Muistisairaat tulee tunnistaa YK:n vammaisopimuksen sekä vammaispalvelulain- ja asetuksen piiriin kuuluvaksi. Vammaispalvelulaissa ei ole suljettu mitään sairaus- tai vammaisryhmää lain soveltamisen ulkopuolelle. Miksi kukaan ei puhu mitään vammaispalveluista eikä kukaan tunnu tietävän mitään?
- Muistisairas tarvitsee palveluohjausta ja muistikoordinaattorin tuen. Jos palvelujärjestelmä on kuin viidakko, jossa lähiomainen eksyy. Jos kellään ei ole kokonaisvastuuta vaan sekin on pilkottu. Muistisairaiden palveluohjaus vaatii erityisosaamista ja tiivistä seurantaa.
- yksi ihminen hoitamaan, ei luukulta luukulle
- sama lääkäri, sama muistihoitaja / muistikoordinaattori = turvallinen olo
- omaishoidon ja kotihoidon välinen tiedonkulku
- Muistisairaan läheiset tarvitsevat tukea. Ei riitä, että ”Katso netistä”!

Muistiaktiivi Leila Blomerus kirjoitti blogikirjoituksia, joita jaettiin kotisivuilla ja Facebookissa.

Muisti ja Mieli -messut järjestettiin aivoviikolla (vko 11) yhteistyössä Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry:n kanssa. Koronarajoitusten vuoksi tapahtuma toteutettiin kokonaan verkossa. Kakspy ry:n Oskumedian Youtube-kanavalla oli kolmen tunnin ajan lyhyitä aivoterveyteen liittyviä luentoja ja yhteistyökumppaneiden virtuaalisia yhdistysesittelyjä. Kotkan Seudun muistiyhdistys ry:n puheenjohtaja Paula Tommola piti asiantuntijaluennon

aivoterveydestä. Messuilla Youtube striimissä vieraili yhteensä 485 katsojaa. Tapahtuman liveseuraajia oli yhtäaikaisesti korkeimmillaan 72.

Työikäisten muistiasioiden verkosto kokoontui vuoden aikana kaksi kertaa. Alussa verkostoon kuului muistiluotsin lisäksi neurologian poliklinikkojen sairaanhoitajia. Toiselle kerralle verkosto laajeni, mukaan saatiin geriatrisen poliklinikan henkilökuntaa, muistikoordinattoreita ja Kotkan Seudun muistiyhdistyksen varapuheenjohtaja.

Muisti-infot suurelle yleisölle eivät toteutuneet suunnitellusti kevään 2021 aikana, koska kaikki kohtaamispaikat olivat kiinni. Uusien ihmisten tavoittaminen ja tiedon vieminen vaikeutui. Muistiystävällisyyden edistämistä maakunnassa toteutettiin radiokampanjan avulla. Viikoilla 20–25 toteutettu ”Hyvää elämää muistiystävällisessä kunnassa” -radiokampanja sisälsi viikon välein Radio Kaakon taajuuksilla puhetta muistista ja muistamisesta.

Kampanjassa Kouvolan seudun Muisti ry:n ja Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnoista sekä syksyllä alkavista ryhmistä olivat kertomassa Jenni Pussinen ja Tarja Levonen. Vanhustyön keskusliiton vastaava alueohjaaja Laura Rautiainen kertoi omanhoitovalmennusryhmistä, Kotkan Seudun muistiyhdistys ry:n toiminnoista ja liikunnan merkityksestä haastateltiin Paula Tommolaa ja Tarja Renlundia. Irmeli Laineen haastattelu oli kaksi osainen. Hän kertoi asenteista ja vertaistuen merkityksestä läheisen näkökulmasta. Toisessa osiossa korostui ennakoinnin ja tulevaisuuteen varautumisen merkitys. Kymenlaakson Muistiaktviiveista Leila Blomerus ja Tuula Järvinen jakoivat kokemustaan muistisairaan näkökulmasta. He nostivat esille muistitutkimukseen hakeutumisen tärkeyden sekä kertoivat ajatuksiaan miten muistisairaan hoitopolkua voitaisiin selkeyttää. Sairaanhoitaja Milena Vanhalan haastattelussa pohdittiin, milloin on oikea aika hakeutua muistitutkimuksiin ja geriatrian

ylilääkäri Sari Mäkelä kertoi, kuinka Kymenlaaksossa hakeudutaan muistitutkimuksiin.

Muistiluotsin toiminnan ohjaustyöryhmä kokoontui kaksi kertaa. Maaliskuussa tapaaminen järjestettiin etäyhteyksin. Ohjaustyöryhmälle esiteltiin maakunnallista Muistiaktiivien toimintaa. Kymenlaakson Muistiaktiiveista paikalla oli Leila Blomerus. Hän kertoi tuen, ohjauksen ja neuvonnan merkityksestä alkaen diagnoosin alkuvaiheesta tähän päivään sekä korona-ajan vaikutuksesta muistisairaan arkeen. Syyskuun ohjausryhmässä käytiin läpi lukuja muistisairauksien kustannuksista yhteiskunnalle sekä sitä, mihin kannattaisi panostaa kustannusten säästämiseksi. Katsottiin koskettava Pohjois-Karjalan ALISA projektin nuorten hoivaajien videoviesti ammattilaisille sekä kuunneltiin pätkä radio Kaakossa 9.6.2021 esitetystä Muistiaktiivien Leila Blomerus ja Tuula Järvinen haastattelusta.

Muistiliitto ja Kymenlaakson Muistiluotsi järjestivät kaksiosaisen työpajakokonaisuuden tuetun päätöksenteon materiaaleista elo-syyskuussa. Muistisairaille ja läheisille suunnatussa työpajoissa he yhdessä pääsivät suunnittelemaan materiaaleja tilanteisiin, jossa muistisairauteen sairastunutta henkilöä voidaan tukea tekemään erilaisia itseään koskevia päätöksiä ja valintoja.

Muistiluotsi on osallistunut maakunnalliseen järjestöverkosto tapaamisiin ja ollut lisäksi mukana järjestötyön kehittämisen tueksi perustetuissa työryhmissä seuraavasti: yhteyshenkilönä ikääntyneiden järjestöverkostossa, jäsenenä potilas- ja vammaisjärjestöverkostossa, yhdistysinfossa sekä maakunnallisen neuvottelukunnan jäsenenä. Järjestöverkostot ovat kokoontuneet noin kuukauden välein, lukuun ottamatta heinäkuuta.

Kotkan ja Kouvolan kaupunkien vuoden 2020 hyvinvointikertomuksen vuosiraportteihin saatiin näkyväksi Kymenlaakson Muistiluotsin toimintaa.



Muistiluotsi Jenni ikäpuvussa

Syyskuussa Muistiluotsit pääsivät tutustumaan Kouvolan seudun ammattiopiston Kotolaan. Kotola on demoympäristö, jossa voi tutustua kotona-asumisen tukemiseen käytettäviin digitaalisiin ratkaisuihin, kuten ikäpukuun. Ikäpuku auttaa ymmärtämään mille ikääntyneen maailma näyttää ja tuntuu.

Muistiluotsit osallistuivat valtakunnalliseen Muistiluotsien verkostotapaamisiin ja Muistiliiton järjestämiin porinapajoihin etäyhteyksillä. Syksyn aluetapaamiseen Lahdessa päästiin osallistumaan lähitapaamisena. Porinapajoissa vaihdettiin ideoita ja kokemuksia tavoista toteuttaa muistiluotsitoimintaa. Tarja Levonen osallistui Muistiliiton järjestämiin toiminnanjohtajien työkokouksiin ja Muistiluotsivastaavien tapaamisiin.

Kaikki muistiluotsit osallistuivat XXV Valtakunnallinen muistifoorumi asiantuntijoille -koulutustilaisuuteen 1.10.2021 ja Muistikonferenssiin 10.11.2021 verkkoyhteydellä.

Kymenlaakson Muistiluotsi oli mukana projektissa, jonka tarkoituksena oli yhdessä Muistiliiton asiantuntijoiden, Muistiluotsien, lääkeyhtiö Biogenin ja Alzheimerin tautia sairastavien läheisten kanssa määrittää ja visualisoida Alzheimerin tautia sairastavan hoitopolku, kerätä olemassa olevia hyviä käytäntöjä sekä tunnistaa polkuun liittyviä kipukohtia erityisesti sairastavien ja läheisten näkökulmasta. Työpajoja järjestettiin projektissa kolme ja niihin osallistuttiin Microsoft Teams -alustalla.

Kymenlaakson Muistiluotsi haki ja valittiin STEA:n jatkuvan raportoinnin pilottiryhmään. Valtionavustuksilla rahoitetun toiminnan tehokkuus ja toiminnan vaikuttavuus terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi on tärkeää. STEA-avustuksilla rahoitettujen laajojen järjestökokonaisuuksien vaikutusten arviointia helpottaa, jos avustuskohteissa käytetään tuloksien todentamiseen samoja mittareita, ja jos avustuskohteet raportoivat toimintansa seuranta- ja tuloksellisuustietoa tasaisin väliajoin. Pilotointi aloitettiin

helmikuussa 2021. Käytännössä muistiluotsit veivät toiminnasta kertyneitä tietoja verkkoasioinnin raportointialustalle kuukausittain tai kvartaalein. Jatkuvan raportoinnin pilottiryhmään osallistuminen vei työaikaa, mutta Kymenlaakson Muistiluotsin ei tarvitse täyttää ”tavallista” tuloksellisuusraporttia vuodesta 2021. STEA tulee arvioimaan pilottien kokemuksista ja päättää tuloksellisuusraportoinnin jatkokehitystarpeista, josta tiedotetaan viimeistään syksyllä 2022.

Kesäkuun 8. päivä järjestettiin muistiluotsitoiminnan arviointi ja suunnittelupäivä Esperi Palvelukeskus Haanojan tiloissa yhteisellä aamupalalla. Samalla päästiin tutustumaan keskuksessa alkavaan päivätoimintaan yksikönjohtaja Anne Koivulan johdolla. Muistiluotsi toimintaa arvioitiin joulukuun 16. päivä. Vierailimme Kouvolan Palvelukotiyhdistys ry:n Käpylän palvelukeskuksessa. Aamukahvit juotiin toiminnanjohtaja Päivi Parikan kanssa, jonka jälkeen aloitettiin vaikuttamisen ja verkottumisen, vapaaehtoistoiminnan ja asiakastyön tarkistuslistojen läpikäyminen yhdessä.

Kymenlaakson Muistiluotsitoiminnassa mukana oleville yhteistyökumppaneille lähetetyn asiakaskyselyn mukaan (N=54) vastaajista 78 % kokee Kymenlaakson Muistiluotsi toiminnan hyödyttävän alueen muistisairaita ja läheisiä. Kaikki vastaajat olivat joko täysin samaa mieltä tai samaa mieltä, että yhteistyöllä edistetään alueen muistisairaiden ja heidän läheistensä hyvinvointia sekä suosittelisivat Muistiluotsi keskuksen toimintaa muistisairaille ja läheisille.

Yhteistyökumppanit ja/tai yhteistyösopimukset vuodelle 2021:

Kotkan Seudun muistiyhdistys ry

Kouvolan seudun ammattiopisto, Muisti-KaVeRi -toiminta

Päijät-Hämeen Muistiluotsi, työikäisenä sairastuneiden ja heidän läheistensä tukeminen

Geriatrinen poliklinikka/Kymsote, asiakasohjaus Omahoitovalmennus-ryhmiin

Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry / Perhe- ja läheistyö

Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry / Kymenlaakson Verkosta virtaa -toiminnan kanssa digilaitteiden käytön vertaisopastaminen

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk

Kymen-Karjalan sosiaali- ja terveysturva ry

Kymsote

Kunnat: Kouvola, Kotka, Hamina, Pyhtää, Virolahti ja Miehikkälä

Koronapandemian vaikutus toimintaan

Vuoden 2021 aikana noudatettiin edelleen alueella olevia Kymsoten, AVI:n ja THL:n terveysturvallisuusohjeita. Tilaisuuksia, tapahtumia ja ryhmien käynnistämisiä jouduttiin perumaan ja osallistujamääriä rajoittamaan. Kymenlaakson Muistiluotsi otti käyttöön varasuunnitelman helmikuun alusta ja osaa toiminnoista lähdettiin toteuttamaan etäyhteyksiä hyödyntämällä ja osan aloitusaikoja siirrettiin. Yhteydenpitokeinoina olivat puhelut, kirjeet ja etäyhteys. Muistiluotsit innostivat, kannustivat ja auttoivat muistisairaita ja läheisiä osallistumaan toimintaan etäyhteyksin.

Kesäkuussa ryhmiin ilmoittautuneille pystyttiin järjestämään ulkotapaamisia. Kesän jälkeen aloitettiin lähiryhmätoiminnot ja Muisti-KaVeRi -toiminta kokoontumisrajoitukset ja turvavälisuositukset huomioiden.

Yhteistyökumppaneiden ja -tahojen kautta saatiin myös viestejä koronapandemian vaikutuksista. Korona on osoittanut, miten tärkeää Kymenlaakson Muistiluotsi toiminta on. Kontaktien ja lähitapaamisten vähentymisten vuoksi, omaishoitajilta puuttui mahdollisuus dialogiseen, vastavuoroiseen keskusteluun. Sosiaalisten kontaktien puuttuminen on lisännyt yksinäisyyttä ja turvattomuutta.

Työntekijät kokivat, että pystyivät vuoden 2021 aikana tarjoamaan mahdollisuuksia osallistumiseen ja toimintoja pystyttiin järjestämään. Toimintoihin osallistuneet ovat päässeet aktiivisesti suunnittelemaan sisältöjä ja toteutusta yhdessä muistiluotsien kanssa. Jokainen saa mahdollisuuden vaikuttamiseen ja mukaan tulleet ihmiset palaavat yhä uudelleen takaisin toimintaan. Välittäminen näkyy muistiluotsin työssä ja toimissa. Ihmisiä kohdellaan tasavertaisesti ja arvostavasti, tapaamisista ja toiminnoista muistutellaan tarpeen mukaan. Yhdessä voidaan pohtia sopivaa toimintaa ja ryhmää, jokainen huomioidaan yksilöllisesti. Jokainen ihminen on oman elämänsä asiantuntija. Muistiasioita viedään eteenpäin kaikissa verkostoissa ja työntekijät jakavat tutkittua tietoa ja kannustavat ihmisiä luottamaan siihen. Koulutuksiin osallistuminen, kokemusasiantuntijuuden ja kokemustiedon arvostaminen luovat asiantuntijuuden vankan pohjan toiminnalle.

Paikka auki -avustus

Paikka auki -avustus on osatyökykyisten ja nuorten työllistymisen avustusohjelma vuosille 2018–2021. Kouvolan seudun Muisti ry sai vuodelle 2021 Paikka auki -avustuksen digiviestijän palkkaamiseen. Avustus myönnettiin yhdeksi henkilötyövuodeksi ja avustussumma oli 33000 €. Avustuksella palkattiin digiviestijä.

Yhdistysavustaja

Yhdistysavustajana työskenteli Merja Hartikainen. Avustavien toimistotehtävien lisäksi yhdistysavustaja toimi keväällä Kirjekurssi-aktivointikirjeen kirjoittajana ja vastasi sen sisällön tuottamisesta yhdessä muistiluotsin kanssa.

Yhdistysavustaja soitti yhdistyksen niille jäsenille, jotka olivat aikaisemmin ilmoittaneet haluavansa kuulumissoiton. Mitä kuuluu -puheluilla tavoitettiin 49 jäsentä tai toiminnassa mukana olleita 8.2.–23.2.2021 välisenä aikana. Yhdistysavustaja kävi läpi yhdistyksen sen hetkistä etäyhteyksien kautta tapahtuvaa toimintaa ja samalla tiedusteltiin, onko vastaajalla mahdollisuuksia etäyhteyksien harjoitteluun. Monilta löytyi tietokone, tabletti tai älypuhelin. Jotkut lähtivät mukaan etäryhmiin, mutta kovin moni jäi vielä miettimään etäryhmiin osallistumista.

Digiviestijä

Digiviestijän työpaikkailmoitus oli TE-palveluiden avoimissa työpaikkailmoituksissa, yhdistyksen kotisivuilla ja Fb-sivuilla. Määräaikaan mennessä paikkaa haki 11 henkilöä. Heistä 3 kutsuttiin haastatteluun. Digiviestijän tehtävään palkattiin Julia Viikki 1.3.2021 alkaen. Digiviestijän pääasiallisena tehtävänä on yhdistyksen viestinnän kehittäminen ja toteuttaminen sekä erilaisten digilaitteiden käytön opastaminen muistiperheille, muistisairaille ja heidän läheisilleen yhdessä muiden

työntekijöiden kanssa. Julia on osallistunut Kouvolan digituki -verkoston ja Kymenlaakson maakunnalliseen digitukihankkeen tapaamisiin.

Liitteet

Yhdistyksen talousarvio 2021

Talousarvio erillisenä liitteenä.

Infograafi Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnoista 2021

Infograafi erillisenä liitteenä.

Yhteystiedot

Kouvolan seudun Muisti ry
Hallituskatu 7 B, 45100 Kouvola
Puh. 040 523 9697
www.kouvolanseudunmuisti.fi

Kouvolan seudun Muisti ry
Muistiliiton jäsen