

Vuosikertomus



Lapin Muistiluotsi 2016



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Lappi

Sisällys

VUOSIKERTOMUS: Lapin Muistiluotsi 2016

Yleistä

1. Asiakastyö

- 1.1. Ohjaus- ja neuvontatyö
- 1.2. Tuetut lomat
- 1.3. Muistitupatoiminta – Rovaseutu, Länsi-Pohja
- 1.4. Muisti- ja virkistystapahtumat
- 1.5. Muistiliikuntaryhmä (MULI) – Rovaniemi

2. Vapaaehtois- ja vertaistukitoiminta

- 2.1. Muisti-Kaveri- ja muistitukihenkilötoiminta
- 2.2. Tukituokiotoiminta
- 2.3. Alaosastotoiminnan tuki

3. Vaikuttaminen ja verkostoituminen

- 3.1. Ohjaus, tuki ja neuvonta
- 3.2. Muu verkottuminen ja yhteistyö
- 3.3. Ammatillinen Muistiyhdyshenkilöverkosto (MYH)
- 3.4. Päättäjäinfot, kunta-adressit, kannanotot, Lapin Muistibarometri
- 3.5. Tiedon levittäminen

4. Henkilöstö

Yhteystiedot


Hallinnoivan yhdistyksen tiedot

Rahoittajan tiedot

Toimintayhteenveto: Lapin Muistiluotsi 2016

Yleistä

- Lapin Muistiluotsi aloitti toimintansa vuonna 2006.
- Toiminnan pääkohderyhmänä ovat Lapin maakunnan muistisairaajat ihmiset ja heidän lähi-ihmisensä.
- Hallinnoivana järjestönä on Lapin Muistiyhdistys ry ja rahoittajana Raha-automaattiyhdistys.
- Länsi-Pohjan alueella yhteistyökumppanina toimii Länsi-Pohjan Muistiyhdistys.
- Muistiluotsi toimii Rovaniemen kaupungin tiloissa, Piekkarin talossa (Pohjolankatu 2) sekä maakunnassa kuntien tiloissa.
- Lapin Muistiluotsilla oli alkuvuoden 3,5 htv ja loppuvuonna 5 henkilötyövuotta vuonna 2016.
- Kuuluu valtakunnalliseen Muistiliiton koordinoimaan Muistiluotsiverkostoon, jossa on yhteensä 17 jäsentä.
- **Kaikkiaan Lapin Muistiluotsi järjesti ja osallistui 512 tapahtumaan ja tilaisuuteen. Näissä osallistujia oli yhteensä 5 509, joista eri osallistujia oli vähintään 3 126.**
- **Koordinoi 245 eri vapaaehtoistoimijaa Lapin maakunnassa Utsjoelta Simoon. Vapaaehtoistoimijat tekivät vuoden aikana yhteensä 6 296 vapaaehtoistyön tuntia.**

 Lapin Muistiyhdistys ry/Ella Kauppinen 14.9.2016	ka. maakunta Manner-Suomessa (31.12.2015)	Lapin maakunta (31.12.2015)	Muutos Lapin maakunnassa vuoteen 2014 verrattuna
Väkiluku (kaikki ikäluokat)	303 240	180 858	vähennystä 890
Väkiluku alle 14-vuotiaat	49 518 (16,2 %)	27 675 (15,3 %)	vähennystä 382
Väkiluku 14-64 -vuotiaat	191 662 (63,2 %)	112 221 (62,0 %)	vähennystä 1685
Väkiluku yli 65-vuotiaat	62 060 (20,6 %)	40 962 (22,7)	lisäystä 1177
Muistisairaiden ihmisten kokonaismäärä	10 722	5893	lisäystä 47 (vuosi 2013)
Lievästi muistisairaiden ihmisten osuus	5556	1684	lisäystä 14 (vuosi 2013)
Keskivaikeasti ja vaikeasti muistisairaiden ihmisten osuus	5166	4209	lisäystä 33 (vuosi 2013)
Työikäisten muistisairaiden määrä	357	212	vähennystä 6 (vuosi 2013)
Yleinen sairastavuusindeksi	Koko maa = 100	112,8 (2010-2012, ikävakioitu)	lisäystä 1,8 (vuosi 2009-2011)
BKT/asukas (indeksi)	Koko maa = 100	89 (vuosi 2013)	lisäystä 5,2 (vuosi 2011)
Väestöllinen huoltosuhde	57,1 (2014)	59,6 (2014)	lisäystä 2,0
Taloudellinen huoltosuhde	140,6 (2014)	163,9 (2014)	lisäystä 6,1 (vuosi 2012)
Maapinta-ala (km ²)	16 979	92 667	
Väestötiheys (asukasta/maakm ²)	18,0	2,0	
Keskimääräinen odotusaika muistipoliklinikalle	ei tiedossa	Vuonna 2014: muistihoidtajalle keskimäärin 14 pv (vaihteluväli 2 pv – 5 vkoa); geriatriille/psykologille/lääkärille keskimäärin 39 pv (vaihteluväli 1 vko – 3 vko)	ei laskettu
Muistihoitajien/-koordinaattorien määrä	ei tiedossa	Vuonna 2014: 14 kunnassa nimetty muistihoitaja (joista 4 kokoaikaisista, yhdellä työaika 50 %, 4 työaika 1-2 pv/vko, 3 tekevät työn ohessa/tarvittaessa, 2 työaika ei tiedossa), 7 kunnassa ei nimetty muistihoitajaa; 4 kunnassa nimetty muistikoordinaattori (joista 2 kokoaikaisista, yhdellä työaika 3 pv/vko ja yksi 50 % työajalla); lisäksi LSHP:llä kokoaikainen kuntoutusohjaaja	ei laskettu

Kuvio 1 Lapin muistiluotsin toimintaympäristö lukuina

- Päätoimintamuodot olivat asiakastyö, vapaaehtois- ja vertaistoiminta sekä vaikuttaminen ja verkostoituminen.

1. Asiakastyö

Lapin Muistiluotsi järjesti ja/tai osallistui vuoden 2016 aikana yhteensä **251** eri tapahtumaan ja tilaisuuteen.

Yhteensä asiakastyön tilaisuuksissa ja tapahtumissa kävi **2 369 henkilöä, joista eri henkilöitä oli 1 001**. Osallistujista (eri henkilöistä) naisia oli 66 % (663 naista) - 0,5 % (3 henkilöä) heistä oli alle 30 -vuotiaita; 14,4 % (96 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 64,3 % (426 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 20,8 % (138 henkilöä) 80 -vuotiaita tai sitä vanhempia. Miehiä oli 338 henkilöä - 0,6 % (2 henkilöä) heistä oli alle 30 -vuotiaita; 9,8 % (33 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 63,3 % (214 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 26,3 % (89 henkilöä) kuului vanhimpaan ikäluokkaan.

Asiakasyhteydenottoja oli keskimäärin **kuukaudessa yhteensä 370 kappaletta**.

Muistiluotsin asiakastyö muodostui seuraavista asioista:

1.1. Ohjaus- ja neuvontatyö

Kohderyhmä	Lapin muistisairaat ja heidän lähi-ihmisensä
Laadullinen tavoite	Maakunnan muistisairaat ja lähi-ihmiset saavat asiantuntija- ja tukikeskuksesta laadukasta ja maakunnallisesti kattavaa järjestölähtöistä tukea, ohjausta ja neuvontaa sitä tarvitessaan. <u>Keino:</u> henkilöstön koulutus, työhyvinvoinnista ja motivaatiosta huolehtiminen
Määrällinen tavoite	Henkilökohtaiset tapaamiset 400, puhelut 1 600 ja sähköpostit 13 000.
Tavoiteltu muutos	Muistisairaat ja lähi-ihmiset saavat tarvitsemaansa ohjausta, tukea ja neuvontaa → he jaksavat arjessaan paremmin sekä heidän hyvinvointinsa lisääntyy.
Uutta v.2016	Muistiliiton Muistineuvo -hankkeen pilotointi 9 vastausvuoroa/vuosi.
Toteutusmuoto	Henkilökohtaiset tapaamiset, puhelut, sähköposti, Facebook, Muistineuvo-pilotointi yhteistyössä Muistiliiton kanssa alkaa tammikuussa 2016
Vastuhenkilöt	Kaikki Muistiluotsin työntekijät
Tavoitetaso 2017-2020	Kaikki yhteyttä ottaneet (100%) saavat palvelua Muistiluotsilta, asia hoidetaan loppuun - jos mahdollista. <u>Asiakaspalautetavoite:</u> Asiakas saa vastauksen mieltä askarruttavaan asiaan ja kokee neuvonnasta tai ohjauksesta olleen hänelle hyötyä = on tyytyväinen 100%. Palautetta kerätään säännöllisesti / kaikki. <u>Määrällinen tavoite:</u> 300 ohjaus- ja neuvontatapahtumaa / vuosi. Tilastointi / kaikki.
Toteutuminen	Vastattu asiakasyhteydenottoja oli keskimäärin <i>kuukaudessa</i> : <ul style="list-style-type: none">• sähköpostitse 161 kappaletta• puhelimitse (puhelut ja tekstiviestit) 137 kappaletta• henkilökohtaisia tapaamisia 72 kappaletta

- Muistineuvo-puhelinpäivystysvuoroja oli yhteensä koko vuoden aikana 16, joissa yhteensä 41 asiakaspuhelua

Facebookin kokonaiskattavuus v. 2016 aikana oli 18 216 ihmistä ja julkaisuilla tavoitettiin 14 914 ihmistä. Kokonaisuudessaan tykkääjiä oli sivuilla yhteensä 556 (lisäystä vuodessa 338 tykkääjää).

Yhteydenottoja muistisairauteen sairastuneilta ja lähi-ihmisiltä saapui laskennallisesti **koko vuoden aikana 3 741 kappaletta**. Henkilökohtaisten tapaamisten määrällinen tavoite ylittyi lähes kaksinkertaisesti, puheluiden ja tekstiviestien määrissä jäätiin hieman tavoitteista ja sähköpostien määrät olivat selkeästi tavoitetta pienemmät. Facebookin käyttöä lisättiin yhtenä tiedottamisen kanavana ja se näkyi myös kasvaneina käyttäjämäärinä (näitä ei laskettu yhteydenottojen kokonaismäärään).

Kysytyn/kerätyn palautteen mukaan kaikki asiakkaat (100%) kokivat, että neuvonnasta ja/tai ohjauksesta oli heille hyötyä ja asiat hoidettiin loppuun - jos mahdollista. Palautetta kerättiin suullisesti sekä sähköpostitse.

1.2. *Tuetut lomat yhteistyössä*

Kohderyhmä	Lapin muistisairaajat ja heidän lähi-ihmisensä; työikäisille sairastuneille ja heidän lähi-ihmisilleen omat kurssit. Lisäksi tuettu loma joka toinen vuosi vapaaehtoistoimijoille.
Laadullinen tavoite	Maakunnan muistisairaajat ja lähi-ihmiset saavat asiantuntija- ja tukikeskuksen tuetuilla lomilla vertaistukea, virkistystä, tietoa ja ohjausta, osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia sekä voimaantumisen mahdollisuuksia Lapissa. Osallistujat voivat vaikuttaa loman sisällön suunnitteluun etukäteiskyselyn avulla ja tuleviin lomiin palautekyselyn avulla.
Määrällinen tavoite	3 lomaa/vuosi, osallistujia 20 / loma.
Tavoiteltu muutos	Muistisairaiden ja lähi-ihmisten osallisuus, toimijuus ja vertaisuuden kokemukset lisääntyvät + toiminta ehkäisee ydinkohderyhmän yksinäisyyttä ja syrjäytymistä → hyvinvointi lisääntyy.
Toteutusmuoto	Luotsityöntekijöiden (2 henkilöä) vetämä loma, jonka sisältö muodostuu pitkälti ilmoittautujien ennakkokirjeessä esittämistä toiveista ja tarpeista. Sisällössä mm. sekä yhteisiä että omia (sair./läh.) vertaistuki- ja keskusteluryhmiä, monipuolisia aktiviteetteja, ohjausta ja tietoa sekä yhdessäoloa ja hyvää ruokaa. Riippuen MTLH:n yhteistyötahosta, osa ohjelmasta voidaan toteuttaa myös heidän toimestaan. Vapaaehtoisten tuetun loman painopiste virkistyksessä sekä vapaaehtoistoimijana jaksamisen tukemisessa.
Vastuhenkilöt	Muistisairaiden ja heidän lähi-ihmistensä tuetut lomat: muistiasiantuntija Annika Väihkönen, osallistuu ryhmätoiminnan ohjaaja (syksystä lähtien muistiohjaaja) Mirva Hartikainen ja tarvittaessa muistiluotsiavustaja. Vapaaehtoistoimijoiden tuetut lomat kehitysjohtaja Nina Siira-Kuoksa.

Tavoitetaso 2017-2020

Pitkän aikavälin tavoite: haetaan 1-3 lomaa / vuosi.

Vuonna 2017 toteutetaan asiakas-/osallistujalähtöisesti kaksi tuettua lomaa yhteistyössä Maaseudun Terveys ja Lomahuollon kanssa: sairastuneille ja lähi-ihmisille sekä vapaaehtoistoimijoille .

Osallistujamäärätavoite: Lomat anotaan 20 osallistujalle/tuettu loma. Tavoitteena on saada maksimiosallistujamäärä kullekin lomalle.

Vapaaehtoisverkoston kasvaessa anotaan heille suunnattuun tuettuun lomaan osallistujamäärän lisäystä.

Osallistujapalaute tavoite: Loma vastaa osallistujien tarpeita ja odotuksia, lisäksi he saavat vertaistukea ja virkistystä. 90 % osallistujista on tyytyväisiä lomakokemukseen. Palaute kerätään kunkin lomajakson lopussa/Annika. Vapaaehtoistoimijoiden loma/Nina.

Tavoitteet tarkistetaan ja palautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2*/vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vko 2 ja 32)

Toteutuminen

MTLH:lta myönnetty **3 tuettua loma eivät toteutuneet** v. 2016 vähäisten hakijamäärien vuoksi.

1.3. *Muistitupatoiminta – Rovaseutu, Länsi-Pohjan alue (Tornio, Ylitornio, Kemi, Keminmaa, Tervola ja Simo)*

Kohderyhmä

Rovaseudun ja Länsi-Pohjan alueen kotona asuvat muistisairaat ihmiset, joilla on riittävästi toimintakykyä jäljellä selviytyä itsenäisesti Muistituvan vertaisryhmissä, eivätkä he ole vielä muiden palvelujen piirissä.

Laadullinen tavoite

Tarjota muistisairaille ihmisille psykososiaalista kuntoutusta sekä osallistumisen, onnistumisen ja kyvykkyyden elämyksiä ryhmämuotoisen vertaistoiminnan avulla.

Tiedon lisääminen muistisairauksista ja muistipalveluista.

Määrällinen tavoite Käynnissä olevia ryhmiä 5-7 / viikko / syys- ja kevätkausi, osallistujia 5-10 / ryhmä ja toiminta palvelee noin 65 muistiperhettä.

Tavoiteltu muutos

Muistisairaana ihmisen toimintakykyisyys säilyy pidempään ja itsenäisyyden ja osallisuuden sekä vertaistuen kokemus vahvistuu.

Lähi-ihminen jaksaa paremmin

Muistisairaana ihmisen haurastuva identiteetti vahvistuu.

Heidän (muistisairas ja lähi-ihminen) hyvinvointinsa lisääntyy eivätkä syrjäydy, koe yksinäisyyttä tai eristäytyä.

Toteutusmuoto

Muistitupa toimii matalan kynnyksen paikkana tarjoten muistisairaille ihmisille toiminnalliset, ammattihenkilöstön ohjaamat, 2 tunnin mittaiset osallistavat vertaistukiryhmät, joiden sisältöihin osallistajat itse vaikuttavat. Esimerkiksi varhain- ja vastasairastuneiden ryhmät, miehille ja naisille omat ryhmät, muistikoulu -ryhmät sekä IE-ryhmä. Uutena Muistitupatoiminta jalkautuu v. 2016 Rovaseudun kyliin, joissa vastaavaa toimintaa ei vielä ole. Tiivistetään yhteistyötä myös alueen oppilaitosten kanssa.

Maakunnallisuus

Toimii tällä hetkellä Rovaniemellä Muistituvan tiloissa, vuoden 2016 alusta toimintaa levitetään Rovaniemen sivukyliin. Syksystä 2016 lähtien käynnistetään myös Kemissä, Keminmaassa, Torniossa ja Simossa Muistitupa -toimintaa; muu maakunnallisuus huomioidaan vierailuilla.

Vastuhenkilö

Rovaseudun ryhmissä ryhmätoiminnan ohjaaja (syksystä 2016 lähtien muistiohjaaja) Mirva Hartikainen, Länsi-Pohjan alueella muistiluotsiavustaja Sirkku Rauma; IE-ryhmässä Mirva Hartikainen ja muistiasiantuntija Annika Väihkönen. Ryhmissä tarpeen/mahdollisuuksien mukaan mukana myös vapaaehtoisia.

Tavoitetaso 2017-2020

Määrälliset tavoitteet: käynnissä olevia ryhmiä **Rovaseudulla** 5-7 / syys- ja kevätkausi, osallistujia 5-10 / ryhmä ja toiminta palvelee noin 65 muistiperhettä. **Länsi-Pohjan alueella** käynnissä olevia ryhmiä 3 / viikko / syys- ja kevätkausi, osallistujia 5-10 / ryhmä ja toiminta palvelee noin 20 muistiperhettä. Uutena käynnistyy v. 2017 alusta **Inarissa/Ivalossa** 2 ryhmää / kk / syys- ja kevätkausi, joissa osallistujia 5-10 / ryhmä ja toiminta palvelee noin 15 muistiperhettä.

Lisäksi alueilla (Rovaseutu, Länsi-Pohja ja Ylä-Lappi) järjestetään tietoiltoja yhteensä 6-7/vuosi ja retkiä yhteensä 4/vuosi.

Asiakaspalautetavoite: Osallistajat kokevat toimintaan osallistumisen mielekkääksi ja toiminta tukee arjessa selviytymistä sekä tarjoaa muistisairaille ihmisille vertaistukea ja osallisuuden tunnetta. Muistitupatoiminta tukee myös omaishoitajan / lähi-ihmisen jaksamista.

Palaute kerätään 2*/vuosi sekä osallistujilta, että lähi-ihmisiltä / Mirva, Sirkku ja muistiohjaaja.

Tavoitteena: 90% ovat tyytyväisiä toimintaan.

Tavoitteet tarkistetaan ja palautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2*/vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).

Toteutuminen

Muistituvalla Rovaseudulla kokoontui vuonna 2016 10 eri ryhmää (Ukko-Klupi, Jämäkkä Vasa, Muistikoulu ja kylien Aivoreenit). Ryhmien tapaamisia oli yhteensä 146 ja niissä osallistujia oli yhteensä 962. Eri osallistujia ryhmissä oli 104, joista oli

- Naisia 60, joista 30 – 62-vuotiaita 2, 63 – 79-vuotiaita 39 ja yli 80-vuotiaita 19.

- Miehiä 44, joista 30 – 62-vuotiaita 2, 63 – 79-vuotiaita 32 ja yli 80-vuotiaita 10

Rovaseudun Muistituvan toiminnassa oli mukana 89 muistiperhettä. Ryhmiä kokoontui 5/vko ja osallistujia ryhmätapaamisissa oli n. 9 henkilöä/kerta. Kylillä kokoontui keväällä 7 ja syksyllä 4 ryhmää.

Kirjallisen palautteen perusteella 93 % osallistujista koki toiminnan itselleen tärkeäksi tai erittäin tärkeäksi ja arkea helpottavaksi sekä virkistäväksi toiminnaksi. Ohessa muutama suora lainaus osallistujien palautteista:

“Täällä saa tavata toisia samanlaisia ihmisiä se helpottaa ja virkistää”

“Tämä ryhmä on ainut missä voi olla omaittensä, ei tarvii hävetä”

“Täällä meitä ymmärretään”

“Täällä meillä on hyvä henki ja nauretaankin usein”

“Täällä me suunnitellaan mitä kivaa voitais taas tehdä. Se on hyvä että saa olla mukana”

“Tämä lisää minun aktiivisuutta ja aivotkin virkistyy”

“Tänne on aina kiva tulla, tämä on erityisen tärkeä ryhmä minulle”

Lähi- ihmisiltä kerätyn kirjallisen palautteen perusteella 100% koki, että toiminta on hyödyllistä heidän läheiselleen. Toiminta tukee myös lähi- ihmisen omaa jaksamista. Ohessa muutama suora lainaus lähi-ihmisten palautteista:

“Täällä on lämmin vastaanotto aina”

“Kiva että minunkin voinnista kysytään”

“Tämä paikka on ainut johon mieheni lähtee”

“Täällä olen itsekkin saanut vertaistukea ja huomata että meillä on paljon hyvääkin”

“Kivoja ohjeita ja neuvoja olen saanut omaan arkeemme mm aivojumppaan, miten ohjata läheistä”

Palautteen mukaan muistisairaana ääntä kuullaan aidosti ja he ovat mukana toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa mm. ryhmäaikataulujen suunnittelussa sekä juhlien ohjelmanumeroissa. Ryhmäläisiä rohkaistaan vertaisohjaamaan ryhmätapaamisissa tuokioita jotka he kokevat itselleen mielekkäiksi mm. jumppatuokiot ja leipominen. Sekä ryhmäläiset että lähi- ihmiset kokivat tärkeäksi asiaksi että voivat olla vaikuttamassa ryhmäohjelmien sisältöihin. “Olipa mukava kun osasin vielä näyttää jumpan, jota opetin oppilaille”

Muistituvan ryhmissä keski- iät olivat seuraavat; Ukko- Klupi 80 vuotta, Vasa 63 vuotta, Muistikoulu 74 vuotta ja kylien Aivoreeniryhmissä 76 vuotta. Keski-ikä on laskenut selvästi alle 75 -vuotiaiden muistisairaiden ihmisten määrän lisääntyessä.

Muistiperheille suunnattuja tietoisuuksia heille ajankohtaisista aiheista oli 5, joissa osallistujia oli yhteensä 41 henkilöä. Eri henkilöitä oli yhteensä 19, joista miehiä oli 5 ja naisia 14.

Muistituvalla Rovaniemellä kokoontui myös 2 eri IE -ryhmää. Ryhmä on tarkoitettu selkeitä muistiongelmia kokeville sekä kotona asuville muistisairautta sairastaville joko yksin tai yhdessä lähi-ihmisen kanssa. Ryhmän toiminta koostuu

Instrumental Enrichment (IE) -harjoitusohjelman harjoitteista (eri tiedonkäsittelyn osa-alueita kuten avaruudellinen hahmottaminen, vertailu, luokittelu). Ryhmien kokoontumisia oli yhteensä 25, joissa osallistujia oli yhteensä 163. Eri osallistujia oli 11, joista oli

- Naisia 9, joista 63 – 79-vuotiaita 7 ja yli 80-vuotiaita 2
- Miehiä 2, joista 63 – 79-vuotiaita 2

Ryhmien lopuksi kerätyn kirjallisen palautteen mukaan kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että kokoontumisiin oli mukava mennä, ohjaajat olivat asiantuntevia ja tapaamiset oli toteutettu hyvin.

88 % vastaajista koki, että

- on tutustunut ryhmässä uusiin ihmisiin ja on saanut jakaa kokemuksia muiden samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa
- on aiempaa enemmän keinoja muistaa asioita ja ongelmanratkaisutaidot ovat parantuneet
- mieliala on parantunut ja vireystaso noussut
- itsetunto on vahvistunut ja motivaatio kuntoutua on kasvanut

75 % vastaajista koki, että

- ryhmässä tehdyt harjoitukset ovat olleet itselle hyödyllisiä
- ryhmässä on saanut mielekästä tekemistä ja onnistumisen kokemuksia
- kyky pärjätä kotona on lisääntynyt

63 % vastaajista koki, että

- on saanut uusia ystäviä
- kyky tarttua asioihin, viedä aloitetut asiat loppuun ja kyky ajatella johdonmukaisesti on lisääntynyt
- on oppinut ajattelemaan asioita uudella tavalla

Länsi-Pohjan alueen Muistituvilla kokoontui vuonna 2016 3 eri ryhmää (Kemin -, Keminmaan - ja Tornion Muistikoulut). Simossa ja Tervolassa ei käynnistynyt ryhmiä. Ryhmien tapaamisia oli yhteensä 23 ja niissä osallistujia oli yhteensä 113. Eri osallistujia ryhmissä oli 19, joista oli

- naisia 12, joista 63 – 79-vuotiaita 11 ja yli 80-vuotiaita 1.
- miehiä 7, joista 63 – 79-vuotiaita 4 ja yli 80-vuotiaita 3.

Länsi-Pohjan alueella aloitti muistiluotsiavustaja elokuussa 2016 ja ensimmäinen ryhmä aloitti Kemissä 8.9. viiden osanottajan voimin. Vuoden 2016 aikana Muistituvan toiminnassa (Kemi, Keminmaa ja Tornio) mukana oli 18 muistiperhettä. Ryhmiä kokoontui 2/vk ja niihin osallistui keskimäärin 5 hlö/krt. Kirjallisen ja suullisen palautteen perusteella 100% (vastaajia 16/19) koki ryhmiin osallistumisen tärkeänä tai erittäin tärkeänä itselleen tai läheiselleen. Ryhmätoimintaan osallistumisen koettiin olevan odotettu tapahtuma arkeen, tarjoavan mukavaa tekemistä ja mukavia juttutuokioita sekä tuovan hengähdystauon läheiselle.

“Viikon kohokohta, jota odotetaan.”

“Mukava jutella toisten kanssa.”

“Mukava kun saa tehdä läksyjä.”

”Tärkeä asia arjessa.”

”Täällä on niin mukavaa.”

”Täällä on tavattu vanhoja ja uusia tuttavvia.”

Lapin Muistiluotsi järjesti Rovaniemen Muistituvalla Avoimia ovia 3 kertaa, joissa osallistujia oli yhteensä 87 henkilöä. Heistä eri henkilöitä oli 51. Länsi-Pohjan alueella Avoimia ovia järjestettiin kerran, jossa osallistujia oli yhteensä 14 eri henkilöä.

1.4. *Muisti- ja virkistystapahtumat*

Kohderyhmä	Lapin muistisairaat ihmiset ja heidän lähi-ihmisensä
Laadullinen tavoite	Ajantasaisen ja ajankohtaisen muistiperheitä kiinnostavan tiedon jakaminen sekä virkistys ja vertaistuki.
Määrällinen tavoite	Yksi tapahtuma v. 2016 niihin Lapin 4 kuntaan (Enontekiö, Muonio, Ranua ja Savukoski), missä muistihoidajaa ei vielä ole. Lisäksi Lapin maakunnan muihin kuntiin neljään eri kuntaan / vuosi huomioiden kuntakeskusten lisäksi sivukylät. Toiminta pyritään järjestämään muiden luotsin kuntakäyntien yhteydessä.
Tavoiteltu muutos	osallistujat: <ul style="list-style-type: none">- voimaantuvat- osallisuuden, toimijuuden ja vertaisuuden kokemukset vahvistuvat- heidän hyvinvointinsa lisääntyy- toiminta ehkäisee yksinäisyyttä ja syrjäytymistä
Uutta vuonna 2016	Muistiliiton kouluttamat vapaaehtoiset aivoterveyskouluttajat aloittavat.
Toteutusmuoto	Yhteistyökumppaneiden kanssa tai Luotsin toimesta toteutettavat muistitilaisuudet ja -tapahtumat.
Vastuhenkilö	Kaikki Muistiluotsin työntekijät ja vapaaehtoiset aivoterveyskouluttajat.
Tavoitetaso 2017-2020	Yksi tapahtuma suunnitelmakauden (2017 - 2020) aikana niihin Lapin 4 kuntaan (Enontekiö, Muonio, Ranua ja Savukoski), missä muistihoidajaa/-koordinaattoria ja/tai muistisairaille suunnattua päivätoimintaa ei vielä ole. Lisäksi oma tapahtuma (esim. tieto- ja virkistysviikonloppu) työikäisille muistisairaille ja heidän lähi-ihmisilleen. Lisäksi Lapin maakunnan muihin kuntiin muistitapahtumia huomioiden kuntakeskusten lisäksi sivukylät. Maakunnallinen toiminta pyritään järjestämään - mahdollisuuksien mukaan - muiden luotsin kuntakäyntien yhteydessä.

Osallistujatavoite: Osallistujia saadaan tapahtumiin vähintään 10-15 ihmistä / tapahtuma.

Asiakaspalautetavoite: Palaute kerätään otantoina (vähintään 2 tapahtumasta / syksy ja kevät), osallistujat (90%) ovat tyytyväisiä tapahtumaan ja saavat virkistystä sekä vaihtelua arkeensa / kaikki.

Tavoitteet tarkistetaan ja asiakaspalautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2*/vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).

Toteutuminen

Tapahtumia järjestettiin Sallassa, Pellossa, Enontekiöllä, Pelkosenniellä, Ivalossa ja Inarissa Muistikahvilat sekä Rovaniemellä (maakunnallinen työikäistapaaminen sairastuneille ja lähi-ihmisille yhteistyössä Muistiliiton kanssa, Muistimessu yhteistyössä Rovaniemen evankelisluterilaisen seurakunnan kanssa, TunteVa -tilaisuus yhteistyössä Tampereen kaupunkilähetyksen kanssa - tilaisuus toteutettiin etänä myös Kolariin, Utsjoelle, Sallaan, Muonioon, Keminmaahan ja Kemijärvelle, teatteriesitykset Rovaniemellä yhteistyössä Mikkelin seudun Virtapiiri -ryhmän ja Lapin maakuntamuseon kanssa sekä Rovaseudun Muistituvan toiminnan päätöstilaisuudet, Muisti-tanssit, yhteislaulutilaisuudet, tietoisut ja joulujuhlat). Lisäksi osallistuttiin Tornion kaupungin ensitietopäivään, jossa luotsitoiminnasta ja muistista puheenvuoro.

Tilaisuuksia järjestettiin yhteensä 22, joissa osallistujia oli yhteensä 842 osallistujaa. Eri osallistujia ryhmissä oli 769, joista oli

- miehiä 260, joista 18 - 29-vuotiaita 1 henkilö, 30 – 62-vuotiaita 27 henkilöä, 63 – 79-vuotiaita 162 henkilöä ja yli 80-vuotiaita 70 henkilöä.
- naisia 509, joista 30 – 62-vuotiaita 87 henkilöä, 63 – 79-vuotiaita 317 henkilöä ja yli 80-vuotiaita 105 henkilöä.

Tavoitelluista paikkakunnista muisti- ja virkistystapahtuma toteutui Enontekiöllä. Muissa kolmessa suunnitellussa (Muonio, Ranua ja Savukoski) toteutettiin muistivapaaehtoistyön kurssi v. 2016 aikana (kts. kohta 2.1). Määrälliset tavoitteet ylittyivät ja osallistujatavoite saavutettiin pääosin kaikissa tilaisuuksissa. Palautteiden mukaan kaikki osallistujat olivat tyytyväisiä tilaisuuksiin ja kokivat virkistyneensä sekä saaneensa arkeen vaihtelua. Etäyhteyksien toimivuudessa koettiin kahdessa palautteessa olevan parantamisen varaa.

1.5. Muistiliikuntaryhmä (MULI) – Rovaniemi

Kohderyhmä

Rovaseudun muistisairaajat ihmiset, lähi-ihmiset sekä yhdistyksen jäsenet.

Laadullinen tavoite

Tukea fyysisen toimintakyvyn säilymistä sekä osallisuutta, tarjota onnistumisen ja kyvykkyyden elämyksiä, virkistystä sekä vertaistukea.

Määrällinen tavoite	Rovaniemellä Muli-ryhmä 1*/viikko syys- ja kevätkausina. Osallistujatavoite: osallistujia ka. 5/kerta.
Tavoiteltu muutos	<ul style="list-style-type: none"> - osallistujien toimintakykyisyys säilyy pidempään - arjessa selviytyminen paranee - osallistujat virkistyvät ja voimaantuvat - heidän hyvinvointinsa lisääntyy - he eivät syrjäydy tai eristäydy - yksinäisyyden kokemus vähenee
Toteutusmuoto	Ammattihenkilön (luotsin fysioterapeutti) vetämä, kerran viikossa tunnin kokoontuva ryhmä. Sisältö koostuu mm. aivoja aktivoivista lihasvoima-, tasapaino-, koordinaatio- sekä kehon hahmotusharjoitteista osallistujien toiveita ja tarpeita kuunnellen sekä erilaisia välineitä käyttäen. Toteutuksessa pyritään yhteistyöhön alueen oppilaitosten kanssa.
Maakunnallisuus	Tiedon levitys maakuntaan ja maakunnasta vierailut MULI-ryhmään.
Vastuhenkilö	Muistiasiantuntija Annika Väihkönen
Tavoitetaso 2017-2020	<p>Rovaniemellä MULI – ryhmä 1*/viikko syys- ja kevätkausina.</p> <p><u>Osallistujatavoite:</u> Osallistujia ka. 5 / kerta.</p> <p>Vetäjä 1 muistiluotsista ja/tai opiskelijat.</p> <p><u>Asiakaspalautetavoite:</u> Osallistujat kokevat virkistyvänsä ja kokevat liikunnan tukevan arjessa selviytymistä. 90 % osallistujista ovat tyytyväisiä MULI – ryhmätoimintaan. Osallistujapalautteet kerätään kevät- ja syyskauden päätyttyä eli 2* vuodessa / Annika.</p> <p><u>Maakunnallinen tavoitetaso:</u> Tiedon levitys maakuntaan; tavoitteena: oppilaitosyhteistyön avulla tieto muistiryhmän sisällöistä sekä käynnistämisestä leviää. Tiedotus asiasta MYH-verkoston kautta sekä lisäksi sähköpostitse kuntien erityisryhmien liikuntaan kevät- ja syyskauden alussa.</p> <p>Tavoitteet tarkistetaan ja asiakaspalautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2*/vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).</p>
Toteutuminen	<p>MULI-jumpparyhmä kokoontui vuonna 2016 yhteensä 26 kertaa, joissa oli yhteensä 147 osallistujaa (14 eri osallistujaa). Kaikki osallistujat olivat naisia, joista 7-17-vuotiaita oli 2, 18-29-vuotiaita oli 1, 63-79-vuotiaita 10 ja 80 -vuotiaita ja sitä vanhempia 1. Keskimäärin yhdessä tapaamisessa oli osallistujia 5-6 henkilöä.</p> <p>Kerätyn osallistujapalautteen mukaan osallistujat olivat tyytyväisiä:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 100 % koki ryhmän ansiosta selviävänsä arjessa paljon tai jonkin verran paremmin

- 71 % koki ajatusten vaihtaminen muiden kanssa on helpottaneen oloaan paljon ja 29 % jonkin verran
- 29 % koki saaneensa ryhmästä paljon ystäviä, 57 % jonkin verran ja 14 % vähän
- 100 % koki virkistyneensä ryhmässä paljon tai jonkin verran

MULI-jumpparyhmä saavutti sille asetetut tavoitteet asiakaspalautteiden ja osallistujamäärän suhteen. Keväällä 2016 2 fysioterapeuttiopiskelijaa ohjasi muli-ryhmää käytännön harjoittelunsa yhteydessä, tuolloin käynnistyi myös laajempi yhteistyö Lapin AMK:n fysioterapeuttiopiskelijoiden kanssa. Muutoin maakunnallinen tavoitetaso ei toteutunut.

2. Vapaaehtois- ja vertaistukitoiminta

Lapin Muistiluotsin vapaaehtois- ja vertaistukitoiminta muodostui vuonna 2016 yhteensä 69 voimapäivästä, kolmen päivän voimaseminaarista Rovaniemellä, 12 muistivapaaehtoistyön kurssista, viidestä työntekijöiden järjestämästä tilaisuudesta ja tapahtumasta (mm. Kemijärvellä ja Rovaniemellä) sekä 75 vapaaehtoistoimijoiden kanssa järjestetystä tapahtumasta. Yhteensä siis **191 eri tilaisuudesta ja tapahtumasta**.

Yhteensä vapaaehtois- ja vertaistukitoimintaan liittyvissä tilaisuuksissa ja tapahtumissa kävi **1 500 henkilöä, joista eri henkilöitä oli 570**. Osallistujista (eri henkilöistä) naisia oli 84,4 % (481 naista) - 0,6 % (3 henkilöä) heistä oli alle 30 -vuotiaita; 16,2 % (78 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 70,5 % (339 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 12,7 % (61 henkilöä) 80 -vuotiaita tai sitä vanhempia. Miehiä oli 89 henkilöä - 1,1 % (1 henkilö) heistä oli alle 30 -vuotias; 12,4 % (11 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 67,4 % (60 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 19,1 % (17 henkilöä) kuului vanhimpaan ikäluokkaan.

Vapaaehtoistoimijoiden verkostoon kuuluu yhteensä 245 eri toimijaa, joista 183 toimii Muisti-Kaverina, 71 muistitukihenkilönä ja 8 muussa yhdistyksen vapaaehtoistyössä. 17 vapaaehtoistoimijaa toimii sekä Muisti-Kaverina että -tukihenkilönä. Uusia muistivapaaehtoisia lähti mukaan 68 henkilöä. 86,5 % muistivapaaehtoisista on naisia. 229 vapaaehtoista oli vuonna 2016 mukana vapaaehtoistoiminnassa - 6,5 % oli tauolla. Vuoden 2016 aikana muistivapaaehtoiset tekivät yhteensä 6 296 vapaaehtoistyön tuntia, tukien 1 274 eri ihmistä (muistisairauteen sairastunutta tai heidän lähi-ihmisiään). Näistä Muisti-Kavereiden tekemät tunnit olivat 4 191 (1 050 eri ihmisen kaverina), muistitukihenkilöiden tunnit 2 024 (224 eri lähi-ihmisen tukena) ja muiden muistivapaaehtoisten tunnit yhteensä 81.

Yhteydenottoja vapaaehtoistoimintaan liittyen oli **keskimäärin 223 kuukaudessa**.

Lapin Muistiluotsin vapaaehtois- ja vertaistukitoiminta muodostui vuonna 2016 seuraavista asioista:

2.1. *Muisti-Kaveri- ja muistitukihenkilötoiminta*

Kohderyhmä Lapin muistisairaat ja heidän lähi-ihmiset

Laadullinen tavoite muistitukihenkilötoiminnassa

- Tarjota muistisairaiden lähi-ihmisille paikallista, yksilöllistä vertaistukea
- tukea heidän jaksamistaan ja omien voimavarojen löytymistä
- tarjota mahdollisuus luottamukselliseen keskusteluun vapaaehtoisen, vaitiolo-velvollisen ja koulutetun maallikkovertaisen kanssa

Laadullinen tavoite Muisti-Kaveritoiminnassa

- muistisairaiden ihmisten toimintakykyisyyden säilyminen ja osallisuuden, toimijuuden sekä itsenäisyyden tunteen vahvistumisen sairaudesta huolimatta
- tarjota lähi-ihmisille lepoa hetkiä
- tukea muistisairaana ihmisen haurastuvaa identiteettiä

Tavoiteltu muutos muistitukihenkilötoiminnassa

- muistisairaana lähi-ihmiset jaksavat arjessaan paremmin
- vertaisuuden ja osallisuuden kokemus lisääntyy
- heidän hyvinvointinsa lisääntyy
- he eivät syrjäydy tai eristäydy
- yksinäisyyden kokemus vähenee

Tavoiteltu muutos Muisti-Kaveritoiminnassa

- muistisairaat saavat jatkaa omannäköistä elämää ja harrastuksia - sairaudesta huolimatta - toimijuuden ja osallisuuden tunne lisääntyy
- heidän hyvinvointinsa lisääntyy
- he eivät syrjäydy tai eristäydy (yksinäisyyden ehkäiseminen)
- lähi-ihmiset jaksavat arjessaan paremmin

Toteutusmuoto Muistitukihenkilötoiminnassa

Koulutetut, paikalliset, vaitiolo-sopimuksen allekirjoittaneet vapaaehtoiset muistitukihenkilöt ovat antaneet henkilökohtaisen puhelinnumeronsa maakuntaan laajasti jaettaviin tukihenkilökortteihin ja tarjoavat vertaistukea toisille muistisairaiden lähi-ihmisille, joko puhelimitse, sähköpostilla tai henkilökohtaisten tapaamisten muodossa.

Muistiluotsi huolehtii Muistitukihenkilöiden jaksamisesta paikallisten, työnohjaus-/voimapäivien ja maakunnallisten voimaseminaarien sekä muun virkistykseen muodossa (esim. tuetut lomat). Lisäksi tukihenkilöt voivat aina näin halutessaan keskustella Muistiluotsin työntekijän kanssa.

Toteutusmuoto Muisti-Kaveritoiminnassa

Koulutettu, paikallinen, vaitiolosopimuksen allekirjoittanut maallikko Muisti-Kaveri voi toimia esim. muistisairaana ihmisen kala-, kirppari-, teatteri-, tanssi-, hiihto-, lenkki- tai kahvittelukaverina. Toimintaan kuuluu ainoastaan vapaaehtoiseen kaveruuteen liittyvät asiat, ei koskaan talouteen tai hoitoon liittyvät asiat.

Muistiluotsi huolehtii Muisti-Kavereiden jaksamisesta paikallisten, työnohjaus-/voimapäivien ja maakunnallisten voimaseminaarien sekä muun virkistykseen muodossa (esim. tuetut lomat). Lisäksi Muisti-Kaverit voivat aina näin halutessaan keskustella Muistiluotsin työntekijän kanssa.

Vastuuhenkilöt

Kehitysjohtaja Nina Siira-Kuoksa vapaaehtoistoiminnan koordinointi, tiedotus ja tukeminen
muistiasiantuntija Annika Väihkönen uusien vapaaehtoisten kouluttaminen ja kurssien tiedotus

Tavoitetaso 2017-2020

Huolehditaan toiminnassa mukana olevien vapaaehtoisten jaksamisesta ja jatketaan uusien toimijoiden rekrytointia sekä jaetaan tietoa vapaaehtoistoiminnasta kohderyhmille.

Vapaaehtoistoiminnasta tiedottamisen tavoitetaso:

Kurssien päätöstilaisuuteen kutsutaan aina paikallislehti ja -radio mukaan, mikäli ei saada, lähetetään itse kirjoitettu kuvallinen juttu paikallislehteen / Annika.

Huolehditaan, että jokaisella ammatillisen muistiyhdyskuntien verkoston (=MYH) jäsenellä sekä kuntien ikäihmisten palveluohjaajilla on tietoa vapaaehtoistoiminnasta ja levitettävää, kohderyhmälle jaettavaa ajantasaista materiaalia (tukihenkilökortteja, Muisti-Kaveriesitteitä sekä ajantasainen lista kunnan vapaaehtoistoimijoista), materiaalin toimitus MYH-tapaamisten yhteydessä ja poissaoleville MYH-verkoston jäsenille materiaali lähetetään postitse saatekirjeen kera sekä aina uusien vapaaehtoistoimijoiden valmistuessa ko. kunnan MYH:lle ja palveluohjaajille / muistiluotsi-avustaja.

Viedään kuntakäyntien yhteydessä ja/tai lähetetään tukihenkilökortteja ja Muisti-Kaveriesitteitä myös seurakunnan diakoniatyöntekijöille, kotihoitoon, palvelukoteihin, dementia-koteihin, terveyskeskusten päivystysvastaanotoille, kirjastoihin, vuodeosastoille sekä kyläyhdistysten ja eläkejärjestöjen puheenjohtajille / Nina, Annika, Mirva ja muistiluotsiavustaja.

Voimapäivien määrällinen tavoitetaso:

Toiminnassa mukana oleville vapaaehtoisille työnohjaus-/voimapäiviä 2 keväällä ja 2 syksyllä. Lisäksi vapaaehtoiset saavat aina tarvittaessa keskustella Muistiluotsin työntekijän kanssa / Nina.

Osallistujatavoite voimapäiviin:

Vähintään 60 % vapaaehtoistoimijoista on paikalla / Nina.

Voimapäiväpalautteiden tavoitetaso:

Vähintään 90 % osallistujista kokee työnohjausselliset voimapäivät tarpeellisiksi ja hyödyllisiksi vapaaehtoistyössä jaksamisen kannalta. Palautteet kerätään kerran vuodessa (loppuvuodesta), muun vapaaehtoistoiminnan tilastoinnin yhteydessä / Nina.

Voimaseminaarien tai virkistystapahtumien määrällinen tavoitetaso:

Järjestetään vapaaehtoistyöntekijöille - mahdollisuuksien mukaan yhteistyössä eri järjestöjen (esim. Balanssi ry ja muut pohjoisen alueen Muistiluotsit) kanssa - vuorovuosin täydennyskoulutuksellinen voimaseminaari tai virkistysellinen ja vertaistuellinen tuettu loma tai muu virkistystapahtuma. Palautekyselyt tapahtumien päätyttyä, 90 % osallistujista ovat tyytyväisiä tapahtumaan. Osallistujatavoite: Vähintään 50 % vapaaehtoistoimijoista tai mukaan mahtuva maksimimäärä osallistuu / Nina.

Uusien kurssien määrällinen tavoite: muistivapaaehtoistyonkurseja järjestetään 6-8 / kevät ja syksy.

Osallistujatavoite: Määritellään kuntakoon mukaan, vähintään 2-4 osallistujaa / kurssi.

Kurssipalautteiden tavoitetaso: 90 % osallistujista antaa hyvän/kiitettävän arvosanan kurssille; 90 % vastaajista on jokseenkin/täysin samaa mieltä, että saatu tieto oli monipuolista ja tarpeellista, 90 % jokseenkin/täysin samaa mieltä, että voi hyödyntää oppimaansa vapaaehtoistyössä tai vapaa-ajalla; 90 % jokseenkin/täysin samaa mieltä, että kurssin vetäjä oli asiantunteva. Kerätään kurssien päätyttyä /Annika.

Kursseilta rekrytoitavien uusien vapaaehtoistyöntekijöiden tavoitetaso:

Kursseilta vähintään 60 % lähtee mukaan vapaaehtoistoimintaan / Annika.

Uusien vapaaehtoisten määrällinen tavoite vuosille 2017-2020

- 10 uutta Muistitukihenkilöä / vuosi
- 20 uutta Muisti-Kaveria / vuosi

Vapaaehtoistyön tavoitetaso:

- Muistitukihenkilöillä 1 500 vapaaehtoistyön tuntia, 355 eri muistisairaana lähi-ihmisen vertaistukena (50 toimivaa muistitukihenkilöä)/vuosi.

- Muisti-Kavereilla auttamistunteja 3 500 ja eri tuettavia 700 (n. 150 toimivaa Muisti-Kaveria)/vuosi
- Tieto kerätään ja tilastoidaan vuoden aikana / Nina.

Asiakaspalautteen tavoitetaso vapaaehtoistoiminnan kohteilta:

Lähi-ihmiset saavat yksilöllistä, paikallista vertaistukea haastavaan elämäntilanteeseensa. 90% asiakkaista ovat tyytyväisiä saamaansa Muisti-Kaveripalveluun.

Palaute kerätään otantoina vuosittain / Nina.

Tavoitteet tarkistetaan ja palautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2*/vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).

Toteutuminen

Lapin Muistiluotsin 245 eri vapaaehtoistoimijoista (osa toimi sekä Muisti-Kaverina että muistitukihenkilönä) oli Muisti-Kavereita 183 ja Muistitukihenkilöitä 71 sekä muita vapaaehtoisia 8.

- Toimivia vapaaehtoistoimijoita oli 229. Toimimattomia/tauolla oli 6,5 % vapaaehtoistoimijoista. Toimivien vapaaehtoisten määrällinen tavoite täyttyi (tavoite: 200 toimivaa vapaaehtoista).
- Vapaaehtoistoimijoista naisia on 86,5 % ja miehiä 13,5 %.
- Vapaaehtoistoimijoista 2,2 % on iältään 18-29 -vuotiaita - kaikki naisia, 32,8% on 30-62 -vuotiaita (miehiä 3 ja naisia 72 henkilöä), 58,5 % on 63 – 79 -vuotiaita (miehiä 24 ja naisia 110 henkilöä) ja 6,5 % 80 -vuotiaita tai sitä vanhempia (miehiä 6 ja naisia 9 henkilöä).
- **Vapaaehtoistoimijat tekivät 6 296 vapaaehtoistyön tuntia auttaen yhteensä 1 274 muistisairauteen sairastunutta ihmistä tai heidän lähi-ihmistään.**
 - Näistä **Muisti-Kaverit tekivät 4 191 tuntia tukien yhteensä 1 050 muistisairaasta ihmistä.** Määrälliset tavoitteet ylittyivät selkeästi (tavoite: 3500 h ja 700 eri henkilöä).
 - Näistä **Muistitukihenkilöt tekivät 2 024 tuntia tukien 224 muistisairaahan lähi-ihmistä.** Tuntien osalta määrälliset tavoitteet ylittyivät selkeästi (tavoite: 1500 h), mutta eri henkilöiden osalta jäätiin hieman tavoitteesta (tavoite: 355 eri henkilöä).
 - Näistä **muut vapaaehtoiset (mm. alaosastotoimijat, myyjäistalkoolaiset) tekivät 81 tuntia.** Esimerkiksi Rovaniemellä kokoontuva, vapaaehtoisten vetämä Käsityön Ystävät -ryhmä kokoontui Rovaniemellä joka toinen viikko yhteensä 12 kertaa. Osallistujia oli yhteensä 48, joista eri kävijöitä 12. Käsityön Ystävissä jaettiin vertaistukea (lähi-ihmiset) sekä valmistettiin tuotteita yhdistyksen myyjäisiin. Lisäksi vapaaehtoiset kokoontuivat itsenäisesti Luovan toiminnan ryhmän merkeissä, joka toteutettiin yhteistyössä

Napapiirin Omaishoitajat ry:n kanssa. Ryhmän pääpaino oli luovassa toiminnassa ja virkistyksessä. Lisäksi ryhmän tuotoksena valmistui näytelmä, jota esitettiin muun muassa Muistituvan ryhmille sekä yhdistyksen joulujuhlissa.

- **Utsjoella** vapaaehtoiset **Muisti-Kaverit käynnistivät Muistivire-kerhon**, jonka teemana olivat muistikuntoutus, vertaistuki sekä virkistys. **Kerho kokoontui yhteensä 23 kertaa, joissa osallistujia oli yhteensä 123.** Eri ihmisiä oli yhteensä 23, joista naisia 20 ja miehiä 3.

Alla muutama kuvaus siitä, mitä muistivapaaehtoistyö on konkreettisesti pitänyt sisällään.

“Olen ollut muistisairaana seurana, syönyt ja ulkoillut hänen kanssaan, kun hänen kumppaninsa ollut viikonlopun omien vanhempiansa luona, muuten vain parin tunnin käväisyjä.”

“Juttelua, muistelua, valokuvientunnistusta, kauppapalvelua, kaiken näköistä pientä auttamaa, pientä lumityö apua.”

“Puheluita päivittäin”

“Juttu tuokioita, kerrottu vanhojen asioita, mitä tapahtunut ennen vanhaan. Usein kyläreissulla tavannut kauppoissa. On antoisaa kun saa käydä vanhuksien luona.”

“Kirkossa hautausmaalla käynti, kylästäyryreissu, kaupassa”

“Kesäkuukausina ulkoiltu vanhainkodissa.”

“Vanhusten kirkkopyhä, ystävän synttärinä, ulkoileminen.”

“Tämä toiminta on hyvin monipuolista auttamista/kuuntelemista asian toimitusta pienessä määrin.”

Voimapäiviä järjestettiin vuonna 2016 yhteensä 69 kappaletta. Tavoitteen mukaisten työnohjauksellisten voimapäivien järjestäminen toteutui 96 - prosenttisesti.

- Voimapäiviin (paikallisesti 4*/vuosi) osallistui yhteensä 423 henkilöä. Näistä vapaaehtoisten määrä oli 98 % (415 hlöä), joista eri henkilöitä oli 154 toimivista vapaaehtoisista (229 hlöä). 67 prosenttia toimivista vapaaehtoisista pääsi osallistumaan Voimapäiviin 2016. Vapaaehtoisten osallistumisen määrän tavoite (60 %) ylittyi siis seitsemällä prosenttiyksiköllä.
- Osallistujien määrä oli noin 6,1 henkilöä / voimapäivä.
- 2016 palautteen mukaan osallistujista koki voimapäivät:
 - tarpeellisina (92,3 %)

- avoimina (90 %)
- luottamuksellisina (88,9 %)
- vapauttavina (88,5 %)
- voimaa antavina (88,9 %)
- lisäksi vastaajat kokivat (80 %), että heillä on mahdollisuus vaikuttaa vapaaehtoistehtäviin

Vuonna 2016 järjestettiin yksi kolmipäiväinen voimaseminaari 23.-25.2.2016 Rovaniemellä. Seminaaripäiviin osallistui yhteensä Lapin Muistiyhdistyksen vapaaehtoistoimijoita 136 henkilöä, joista eri vapaaehtoistoimijoita oli 48 henkilöä (39 naista ja 9 miestä). Seminaari järjestettiin yhteistyössä Balanssi ry:n kanssa. Heiltä osallistui 51 eri henkilöä ko. päiviin.

Tukihenkilökurseja (nimi muutettiin syksyllä Muistivapaaehtoistyön kurssiksi) Lapin Muistiluotsi järjesti vuoden 2016 aikana yhteensä 12 kpl seuraavissa Lapin kunnissa: Kolari, Salla, Enontekiö, Simo, Kemi, Savukoski, Posio, Pelkosenniemi, Muonio, Ranua, Rovaniemi ja Kemijärvi. Lisäystä edellisenä vuonna järjestettyjen kurssien määrään 100%. Uusien kurssien määrällinen tavoite (8) täyttyi. Myös kurssien osallistujamäärä (väh. 2-4 osallistujaa/kurssi) täyttyi yhtä suunniteltua kurssia lukuun ottamatta. Kurssipäiviä järjestettiin yhteensä 47 kappaletta.

Kursseilta valmistui 93 uutta vapaaehtoista, joka on 98% enemmän kuin edellisenä vuonna. Valmistuneista 68 henkilöä eli 73% lähti mukaan vapaaehtoistoimintaan. Mukaan lähteneiden vapaaehtoisten määrä kasvoi edellisvuoteen verrattuna 35 henkilöllä eli 106%. Kursseilta rekrytoitavien uusien vapaaehtoistoimijoiden tavoitetaso (vähintään 60% osallistuneista lähtee mukaan) siis täyttyi. Myös uusien muistitukihenkilöiden määrällinen tavoitetaso (5-10 uutta muistitukihenkilöä) täyttyi, sillä uusista vapaaehtoistoimijoista 11 lähti tukihenkilöksi. Uusien Muisti-Kavereiden määrällinen tavoitetaso (20 uutta Muisti-Kaveria) täyttyi selkeästi, sillä uusia Muisti-Kavereita lähti mukaan toimintaan yhteensä 57 henkilöä. Näiden lisäksi 5 henkilöä halusi lähteä mukaan muuhun yhdistyksen vapaaehtoistoimintaan, kuten myyjäistalkoisiin, retkille avustajiksi ja hallitustyöskentelyyn. Kursseille osallistuneet olivat tyytyväisiä saadun tiedon monipuolisuuteen ja tarpeellisuuteen, vetäjien asiantuntevuuteen ja käytännön järjestelyjen toimivuuteen. 95% oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että koulutus antoi valmiudet toimia vapaaehtoisena.

Muistivapaaehtoistyön kursseilla oli yhteensä 359 osallistujaa, joista eri henkilöitä oli 94. Näistä osallistujista

- naisia oli 87 henkilöä (93%), joista 18 – 29-vuotiaita oli 2, 30 – 62-vuotiaita 27, 63 – 79-vuotiaita 55 ja yli 80-vuotiaita 3.
- miehiä oli 7 henkilöä (7%), joista 18 - 29-vuotiaita oli 1, 30 – 62-vuotiaita oli 2 ja 63 – 79-vuotiaita 4.

2.2. *Tukituokiotoiminta*

Kohderyhmä Rovaniemen, Kittilän ja Inarin muistisairaiden lähi-ihmiset, muut kunnat tarvelähtöisesti

Tavoitteet Vertaistuen tarjoaminen muistisairaiden lähi-ihmisille
Rovaniemen toiminnan jatkuminen
Kittilässä ja Inarissa toiminnan jatkuminen itsenäisesti vapaaehtoisvoimin, kokoontumiset tarpeen mukaan
Inarissa Ivalon kuntakeskuksessa käynnistyneen ryhmän toiminta pysyväksi
Muut kunnat tarvelähtöisesti, seurataan OmaisOivan tarjontaa kunnissa ohjausryhmätyöskentelyn kautta

Tavoiteltu muutos

- muistisairaana lähi-ihmiset jaksavat arjessaan paremmin
- heidän hyvinvointinsa lisääntyy
- he eivät syrjäydy tai eristäydy

Toteutusmuoto Noin joka toinen viikko Rovaniemellä järjestettävissä vertaistuellisissa tukituokioissa Muistitukihenkilöt keskustelevat toisten muistisairaiden lähi-ihmisten kanssa, ilman ammattihenkilön läsnäoloa.

Maakunnallisuus Muut kunnat: Toteutusmuoto sovitaan paikallisesti ja tarvelähtöisesti, huomioiden Muistitukihenkilöiden tarjoama yksilöllinen vertaistuki ja muut paikallisia vertaisryhmiä tarjoavat toimijat.

Vastuhenkilö Tiedottamisvastuu: Muistiluotsi (Rovaniemi), muut kunnat myh
Käynnistämävaiheen tuki: Annika ja muistiluotsiavustaja
Tukituokiotoiminnan toteuttaja: vapaaehtoiset muistitukihenkilöt
Vapaaehtoistoiminnan tuki voimapäivien yhteydessä: Nina

Tavoitetaso 2017-2020

Toimintaa levitetään ja juurrutetaan Rovaniemen, Kittilän, Inarin/Ivalon ja Länsi-Pohjan alueen lisäksi muihinkin kuntakeskuksiin (tarvittava väestöpohja selviää kokeiluvuosien aikana), joissa tarvetta ryhmämuotoiselle vertaistukitoiminnalle on, eikä muita järjestäjätahoja ole.

Tukituokiotoiminnasta tiedottamisen tavoitetaso:

Rovaniemellä julkaistaan lehti-ilmoitus aina Tukituokiota edeltävällä viikolla / järjestöavustaja. Lisäksi tiedotus nettisivuilla, Muistilehdessä, ja Muistiviestissä / toimistotyöntekijä.

Inarissa/Ivalossa ja Länsi-Pohjan alueella radio - ja lehti-ilmoitus aina tukituokiota edeltävällä viikolla / muistiluotsiavustajat. Lisäksi tiedotus nettisivuilla, Muistilehdessä ja Muistiviestissä / toimistotyöntekijä.

Muualla maakunnassa paikallinen tiedotusvastuu muistiyhdyshenkilöillä.

Osallistujatavoite Rovaniemellä: Noin 15 tukituokiota / vuosi, joissa kävijöitä yhteensä 80.

Osallistujatavoite Inari/Ivalo: noin 9 tukituokiota / vuosi, joissa kävijöitä yhteensä 50.

Osallistujatavoite Länsi-Pohjan alueella: noin 20 tukituokiota / vuosi, joissa kävijöitä yhteensä 100.

Osallistujatavoite muut kunnat: Tukituokiossa on kävijä / kävijöitä joka kerralla.

Tavoite muiden toimijoiden selvittämistyölle: Kartoitetaan kunnissa kohderyhmälle jo toimivat vertaistukiryhmät ja niiden toimijatahot (esim. OmaisOiva).

Tukituokioiden käynnistämisvaiheen tuen tavoitteet:

Luotsi selvittää Tukituokiotoiminnan vastuuhenkilön ensisijaisesti vapaaehtoisista Muistitukihenkilöistä. Mikäli vetäjää ei löydy, lähi-ihmiset kokoontuvat paikallisen muistihoidajan organisoimana itsenäisesti.

Paikallinen MYH huolehtii tilat ja markkinoinnin, Muistiluotsi laatii mainoksen.

Ensimmäiselle kokoontumiskerralle järjestetään Muistiluotsin toimesta tarvittaessa Muistitietoisku.

Tukituokiotoiminta aikataulutetaan ensimmäisellä kerralla.

Osallistujapalautetavoite: 90 % osallistujista saa Luotsin tukihenkilöiden vetämissä tukituokioissa vertaistukea tuokioon osallistuessaan. Palautteet kerätään kerran vuodessa / Nina, alueillaan muistiluotsiavustajat.

Tavoitteet tarkistetaan ja asiakaspalautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2 * / vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vko 2 ja 32).

Toteutuminen

Tukituokioita järjestettiin Rovaniemellä 18 kertaa, joissa oli osallistujia yhteensä 117 (ka. 6,5 osallistujaa/kerta). Eri osallistujia oli yhteensä 35, joista naisia oli 94 % ja miehiä 6 %. Tuokioista ilmoitettiin suunnitellusti lehti-ilmoituksella, internetsivuilla, Muistilehdessä sekä Muistiviestissä.

Kirjallisesti kerätyn palautteen mukaan 80 % vastaajista koki, että ajatusten vaihtaminen muiden samassa tilanteessa olevien kanssa on helpottanut oloa paljon/jonkin verran, ja että olivat saaneet vastauksia itseään askarruttaneisiin

kysymyksiin. Saman verran vastaajista koki myös selviävänsä ryhmän ansiosta arjessaan paremmin. 70 % koki, että ryhmä on tukenut läheistä sairauden mukanaan tuomissa elämänmuutoksissa sekä virkistänyt. 60 % koki saaneensa paljon tai jonkin verran uusia ystäviä.

2.3. *Alaosastotoiminnan tuki*

Kohderyhmä	Lapin Muistiyhdistyksen vapaaehtoiset alaosastotoimijat
Tavoitteet	Yhdistystoiminnan jalkauttaminen maakuntaan sekä muistisairaiden ja lähi-ihmisten vaikuttamismahdollisuuksien ja osallisuuden lisääminen. Yhteistyön tiivistäminen paikallisten keskeisten toimijoiden kanssa.
Tavoiteltu muutos	<ul style="list-style-type: none">- paikallisten asenteet muuttuvat muistiystävällisemmiksi- muistitieto alueella lisääntyy- muistipalvelut alueella kehittyvät- paikallisten muistisairaiden ja lähi-ihmisten:<ul style="list-style-type: none">- hyvinvointi lisääntyy- osallisuuden ja toimijuuden kokemus vahvistuu- yksinäisyyden tunne ja syrjäytyminen vähenevät
Toteutusmuoto	Alaosaston kokouksiin osallistuminen 4 x vuodessa, toiminnan ammatillinen taustatuki, työnohjaus sekä tapahtumien järjestämis- ja toteuttamistuki 4 / vuosi.
Vastuhenkilö	Kehitysjohtaja Nina Siira-Kuoksa
Tavoitetaso 2017-2020	<p>Ivalon ja Sodankylän alaosaston kokouksiin osallistutaan, vapaaehtoisia tuetaan (työnohjaus) ja paikallisia tapahtumia järjestetään 4* vuodessa, siten vapaaehtoiset jaksavat toimia. Uusia alaosastoja perustetaan tarvelähtöisesti.</p> <p>Arviointi-indikaattorit: Alaosastojen kokousten ja tapahtumien määrä sekä niiden osallistujamäärät.</p> <ul style="list-style-type: none">- kokouksissa läsnä n. 5 henkilöä / kokous- paikallisissa tapahtumissa osallistujia yhteensä 200 / vuosi <p>Tavoitteet tarkistetaan ja asiakaspalautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2 * / vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vko 2 ja 32).</p>
Toteutuminen	<p>Ivalon alaosaston kokouksiin osallistuttiin yhteensä 6 kertaa. Uusi alaosasto perustettiin Sodankylään 4.2.2016. Kokouksia uusi alaosasto piti yhteensä 3 kertaa, joista luotsista osallistuttiin kahteen.</p> <p>Ivalon alaosasto järjesti vuonna 2016 Ivalossa 4 muistikahvilaa ja Inarissa 2 muistikahvilaa (luotsin muistiohjaaja oli mukana näistä neljässä). Kahviloissa oli kävijöitä noin 10 / kerta. Ivalon alaosasto järjesti myös syysretken 21.9. Saariselälle keilailun, uinnin ja ulkoilun merkeissä yhdessä Inarin Omaishoitajat ry:n ja Inarin kuuloyhdistyksen kanssa. Retkelle osallistui noin 20 henkilöä. Lisäksi alaosasto järjesti muistitori-tapahtumia paikallisen S-market Vaskoolin</p>

aulassa sekä Ivalon apteekissa. Tapahtumissa tarjottiin kävijöille kahvia, muistitietoutta ja keskusteluapua muistiasioissa.

Sodankylän alaosasto järjesti 17.9. esittelypöydän Järjestötorilla Kitisen kylätalolla. Osallistujia tapahtumassa oli noin 35 henkilöä. Mukana tapahtumassa oli Lapin Muistiyhdistyksestä järjestöavustaja Katja Kunnari.

3. Vaikuttaminen ja verkostoituminen

Lapin Muistiluotsi järjesti vuonna 2016 yhteensä **66 erilaista vaikuttamis- ja verkostoitumistilaisuutta** ja -tapahtumaa sekä osallistui 4 luositapaamiseen. Tilaisuuksissa ja tapahtumissa oli yhteensä **1 640 osallistujaa, joista eri henkilöitä 1 555**. Heistä laskennallisesti 360 oli muistiluotsin ydinkohderyhmää (muistisairauteen sairastuneita ihmisiä sekä heidän lähi-ihmisiään). Osallistujista (eri henkilöistä) naisia oli 73,6 % (1 145 naista) - 9,3 % (106 henkilöä) heistä oli alle 30 -vuotiaita; 35,2 % (403 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 48,2 % (552 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 7,3 % (84 henkilöä) 80 -vuotiaita tai sitä vanhempia. Miehiä oli 410 henkilöä - 5,6 % (23 henkilöä) heistä oli alle 30 -vuotiaita; 30,7 % (126 henkilöä) oli iältään 30-62 -vuotiaita; 50,7 % (208 henkilöä) 63-79 -vuotiaita ja 13 % (53 henkilöä) kuului vanhimpaan ikäluokkaan.

Yhteydenottoja vaikuttamiseen ja verkostoitumiseen liittyen saapui **laskennallisesti vuoden aikana 500 kappaletta**. Lisäksi Lapin Muistiluotsin toiminnasta kirjoitettiin 13 lehtiartikkelia/kolumnia.

3.1. *Ohjaus, tuki ja neuvonta*

Kohderyhmä	Maakunnallinen ammattihenkilöstö (SoTe, järjestöt, muut)
Tavoitteet	Asiantuntija – ja tukipalvelukeskuksena toimiminen; laadukkaan maakunnallisesti kattavan järjestölähtöisen muistiohjauksen, -tuen ja neuvonnan tarjoaminen ammattihenkilöstölle.
Tavoiteltu muutos	Muistiosaaminen maakunnassa lisääntyy ja tämä näkyy muistisairaiden ja lähi-ihmisten hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä syrjäytymisen ja yksinäisyyden vähentymisenä.
Toteutusmuoto	Henkilökohtaiset tapaamiset, puhelut, sähköpostit, lausunnot
Vastuhenkilöt	Kaikki Muistiluotsin työntekijät
Tavoitetaso 2016-2020	<u>Määrällinen tavoite:</u> Kaikki (100%) yhteyttä ottaneet (n. 1 100 / vuosi) saavat palvelua Muistiluotsilta, asia hoidetaan loppuun, jos mahdollista. <u>Asiakas-/yhteistyökumppanipalautteiden tavoitetaso:</u> 90 % yhteyttä ottaneista asiakkaista/yhteistyökumppaneista saivat vastauksen mieltä askarruttavaan asiaan ja kokivat neuvonnasta olleen hyötyä. Palautteet kerätään seurantakuukausien aikana / kaikki.

Tavoitteet tarkistetaan ja palautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2* / vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).

Toteutuminen Vuoden 2016 aikana vastattuja asiakasyhteydenottoja maakunnan ammattihenkilöstöltä oli keskimäärin *kuukaudessa*:

- sähköpostitse 3 kappaletta
- puhelimitse (puhelut ja tekstiviestit) 1 kappaletta
- henkilökohtaisilla tapaamisilla 1 kappaletta

Yhteydenottoja maakunnallisilta toimijoilta ja yhteistyökumppaneilta tuli laskennallisesti koko vuoden aikana 450 kappaletta. Määrällisesti yhteydenottoja toteutui noin puolet tavoiteltavasta määrästä. Kaikki (100%) yhteyttä ottaneet kokivat yhteydenoton hyödylliseksi.

3.2. *Muu verkottuminen ja yhteistyö*

Lapin Muistiluotsi on osa valtakunnallista Muistiluotsiverkostoa. Lisäksi luotsi toimii laajoissa yhteistyöverkostoissa myös paikallisesti. Kaikille yhteisiä Luotsiverkostotapaamisia on noin 4 / vuosi ja vastaaville 1 / vuosi.

Tavoiteltu muutos Muistiosaaminen maakunnassa lisääntyy ja tämä näkyy muistisairaiden ihmisten ja heidän lähi-ihmistensä hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä syrjäytymisen ja yksinäisyyden vähentymisenä.

Vastuhenkilöt Kaikki Muistiluotsin työntekijät

Tavoitetaso 2016-2020 Verkostoidutaan oman toiminnan päämäärän kannalta keskeisten tahojen kanssa. Yhteistyössä win – win periaate. Osallistutaan tarkoituksenmukaisella ”joukkueella” verkosto- ja yhteistyötapaamisiin.

Verkostoyhteistyökumppaneiden palautteiden tavoitetaso: Yhteistyössä on avoin, arvostava ja luottamuksellinen ilmapiiri, hyötyä molemmille osapuolille.

Toteutuminen Lapin Muistiluotsi oli vuonna 2016 mukana SenioriKaste-, Poske-, LänsiPohjan Muistiyhdistys -, Muistiliiton työikätoiminta – ja oppilaitosyhteistyössä (mm. Lapin AMK). Lisäksi tehtiin tiivistä yhteistyötä Suomen Muistiasiantuntijoiden Muistisairaahan ihmisen edunvalvonta yhteistyönä -hankkeen kanssa toimien Rovaniemi -pilottikunnan projektiryhmässä sekä yhden työryhmän vetäjänä. Muistiluotsi kutsui Rovaniemen kaupungin SOTE-johtoa Muistiaamiaiselle sekä järjesti Muistiluotsin asiantuntijaryhmän kokouksia 2 kappaletta. Yhteistyössä Muistiliiton kanssa järjestettiin kaksipäiväinen LYHTY -tapaaminen Levillä. Kyseiseen tapaamiseen osallistui Lapin Muistiyhdistyksen ja Länsi-Pohjan Muistiyhdistyksen hallituksen väkeä, Ylitornion alaostaston väkeä sekä luotsin työntekijät. Tapaamisen tavoitteena oli selkiyttää ja kehittää yhdistysten yhteistyötä erityisesti luotsin toimintojen osalta. Yhdistysten hallitukset

tapasivat myös Lapin kehittämistyöryhmän merkeissä Kemissä - tavoitteena tapaamisessa tiivistää erityisesti hallitusyhteistyötä. Muoniossa ja Sallassa tavattiin keskeisiä muistityön tekijöitä ja kuultiin paikallisia toiveita/tarpeita.

Edellä mainittujen lisäksi merkittäviä yhteistyökumppaneita olivat myös maakunnan 21 kuntaa - erityisesti Rovaniemen kaupunki, seurakunnat sekä paikalliset järjestöt (muun muassa Balanssi ry, Inarin seudun omaishoitajat ry, Napapiirin omaishoitajat ry ja Rovaniemen seudun Mielenterveysseura ry/Neuvokas, yhdistyksen alaosastot), kolmannen sektorin toimijoita (muun muassa paikalliset apteekit) sekä ammatillinen muistiyhdyshenkilöverkosto (kts. kohta 3.3).

Lapin Muistiluotsi osallistui 4 luotsitapaamiseen vuonna 2016.

Verkostoyhteistyöhön liittyviä tilaisuuksia järjestettiin yhteensä 13. Osallistujia tilaisuuksissa oli yhteensä 197, joista eri henkilöitä oli 147. Osallistujista oli yhteensä

- naisia 112, joista 18 – 29-vuotiaita oli 27 henkilöä, 30 – 62-vuotiaita 63 henkilöä ja 63 – 79-vuotiaita 22 henkilöä.
- miehiä 35, joista 18 – 29-vuotiaita oli 7 henkilöä, 30 – 62-vuotiaita 21 henkilöä ja 63-79-vuotiaita 7 henkilöä.

Lisäksi Lapin Muistiluotsin osallistui verkosto-, ohjaus- ja neuvontatyöhön järjestöissä sekä Muistiliiton työikäistoimintaan ja pohjoisen alueelliseen tapaamiseen. Yhteistyössä Neurologisten vammaisjärjestöjen kanssa järjestettiin aivoviikon tilaisuus Kemijärvellä.

Kerätyn palautteen mukaan (n=6) yhteistyökumppanit ovat olleet sangen tyytyväisiä yhteistyöhön luotsin kanssa.

- kaikkien vastaajien mielestä yhteistyökumppaneiden välillä on luottamusta; kaikki ovat täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että yhteistyötä tehdään avoimessa hengessä
- 83 % on täysin samaa mieltä siitä, että yhteistyö edistää alueen muistisairaiden ja heidän läheisten hyvinvointia.
- 80% on täysin samaa mieltä siitä, että yhteistyö on vastannut odotuksia.
- 83 % on täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että yhteistyöhön on määritelty yhdessä selkeä tavoite, työnjako yhteistyökumppaneiden välillä on selkeä ja että yhteistyössä toteutetut toimenpiteet ovat olleet toimivia
- puolet on täysin ja puolet osittain samaa mieltä siitä, että yhteistyö antaa enemmän kuin ottaa
- kehitettävää on vuorovaikutuksessa - yhteistyökumppaneiden välille toivottiin enemmän vuorovaikutusta

3.3. *Ammatillinen Muistiyhdyshenkilöverkosto (MYH)*

muistiyhdyshenkilöt, Lapin sairaanhoitopiirin kuntoutusohjaaja sekä uudet ikäihmisten palveluneuvojat

Tavoitteet	MYH:it toimivat Lapin Muistiyhdistyksen ja Muistiluotsin toimintojen tiedottajina, koordinoijina sekä välittäjinä kunnissaan. MYH:it osallistuvat verkostotapaamisiin ja sitoutuvat verkostoon. Vertaistuellisen foorumin tarjoaminen kuntien MYH:eille.
Tavoiteltu muutos	Muistiosaaminen maakunnassa lisääntyy ja tämä näkyy muistisairaiden ja lähi-ihmisten hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä syrjäytymisen ja yksinäisyyden vähentymisenä.
Toteutusmuoto	MYH -verkostotapaamiset, joihin kutsutaan tarpeelliset yhteistyökumppanit. Myh:t kutsutaan paikallisiin vapaaehtoisten voimapäiviin.
Vastuhenkilö	Muistiasiantuntija Annika Väihkönen
Tavoitetaso 2016-2020	<p>2 MYH – tapaamista / vuosi, joista toinen verkon välityksellä (esim. Skype).</p> <p><u>Osallistujatavoite:</u> 50 % MYH-verkoston jäsenistä tai puolet Lapin kunnista on edustettuna</p> <p><u>Tapaamisten osallistujapalautetavoite:</u> MYH -tapaamisista ja tapaamisten sisällöstä on hyötyä oman, paikallisen muistityön kehittämiseen ja se tukee sitoutumista MYH -velvoitteisiin. 90 % osallistujista on tyytyväisiä tapaamisiin.</p> <p>Palautteet kerätään myh-aluepäivien yhteydessä 1*/vuosi / Annika.</p> <p><u>MYH – verkostotyön tavoite:</u> Tavoitteena on myös Lapin muistisairaiden ihmisten aseman, oikeuksien ja palveluiden parantaminen.</p> <p>Verkosto toimii Muistiluotsin toimintojen välittäjinä, tiedottajina ja koordinoijina paikallisesti → muistisairaiden ja heidän lähi-ihmisten hyvinvointi lisääntyy, osallisuuden ja toimijuuden tunne vahvistuu sekä syrjäytyminen ja yksinäisyys vähenee.</p> <p>Verkoston avulla pyritään varmistamaan maakunnallisesti tasa-arvon toteutumista muistityössä, levittämään ja vaihtamaan hyviä muistityön käytäntöjä kuntatoimijoiden kesken sekä toimimaan muistityöntekijöiden vertaisfoorumina.</p> <p>Yhteistyössä on avoin, arvostava ja luottamuksellinen ilmapiiri, hyötyä molemmille osapuolille.</p> <p>Palautekysely myh:lle verkostotyön tavoitteiden toteutumisesta 1* vuodessa / Annika.</p> <p>Tavoitteet tarkistetaan ja palautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2* vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).</p>
Toteutuminen	Myh-verkostoon kuului 43 muistityön ammattilaista Ylitorniota lukuun ottamatta kaikista Lapin kunnista sekä Lapin sairaanhoitopiiristä. MYH-tapaamisia oli vuoden aikana 2 (yhteensä 3 päivää). MYH-aluepäivät (2 pvää) järjestettiin Levillä ja TunteVa-tilaisuus (1 pvä) Rovaniemellä sekä etäyhteyksillä halukkaisiin kuntiin. Tapaamisissa oli osallistujia yhteensä 61, joista eri henkilöitä oli 26 (kaikki naisia ikäluokasta 30-62).

Osallistujatavoite täyttyi (50 % Lapin kunnista edustettuna). Kaikki osallistajat olivat tyytyväisiä tapaamisiin. Sanallisissa palautteissa osallistajat kokivat hyötynsä tapaamisista muun muassa seuraavasti:

“Ammatillisesti hyödyn erittäin paljon. Koskettavinta inhimillisesti että ammatillisuuden kannalta olivat kokemusasiantuntijoiden/omaisten osuudet. Ne vahvistivat, että omallakin työllä on merkitystä, sekä antoivat näkökulmia kehittää omaa työtä muistisairaiden ja heidän omaisten parissa.”

“Kokemusasiantuntijoiden puheenvuorot vahvistivat näkemystäni siitä mitä on arki muistisairaana perheessä. Antoi paljon ajattelemisen aihetta.”

“Keskustelujen kautta tuli itselle hyviä malleja omaan työhön otettavaksi.”

“Sain työhöni muistisairaiden ja heidän läheistensä kanssa työkaluja, esimerkiksi kohtaamiseen sekä heidän tukemiseensa arjessa. Kokemusten jakaminen toisten muistisairaiden kanssa töitä tekevien kanssa tukee työssä jaksamista sekä antoi ideoita oman työn kehittämiseen. Sain intoa ja motivaatiota kehittää omaa työtä, todellakin paljon on vielä kehitettävää jotta muistisairaita ja heidän läheisiään pystytään tukemaan, auttamaan ja ohjaamaan.”

“Keskustelua ja vuoropuhelua eri kuntien kesken -> hyvien käytänteiden jakaminen! Erittäin hyvää materiaalia takaisin töihin vietäväksi. Kokemusasiantuntijoiden kautta eri näkökulmaa muistiasioihin.”

“Eriytyisen koskettavia olivat sairastuneiden ja heidän läheistensä kokemukset. Myös eri paikkakuntien kuulumiset ovat tärkeitä, koska siinä saa samalla kerralla omaa työtään, mikä toimii työnohjauksenakin. Päivät ovat mielestäni erittäin tarpeelliset, koska muuten työ on paljolti yksin tekemistä. Myh-verkosto tukee ja auttaa oman työn tekemistä, tulee tunne, että ei ole yksin.”

Yhteistyöstä muistiyhdyshenkilöt (n=10) arvioivat seuraavaa:



(1= täysin samaa mieltä, 2= jokseenkin samaa mieltä ... 5= täysin eri mieltä)

Palautteiden mukaan eniten kehitettävää on yhteistyön selkeän tavoitteen määrittelyssä sekä riittävässä vuorovaikutuksessa. Kaikkien vastaajien mielestä yhteistyö edistää alueen muistisairaiden ja heidän läheistensä hyvinvointia.

Muistiyhdyshenkilöt kuvailivat Muistiluotsin toiminnalla olleen seuraavanlaisia vaikutuksia ja hyötyä **muistisairaille ihmisille sekä heidän läheisilleen:**

“2016 koulutuksen avulla olemme saaneet uusia muisti-kaveri toimijoita kuntamme alueella. todella hyödyllinen apu.”

“Eri tilaisuudet ja tiedottaminen ovat lisänneet tietoisuutta muistisairaudesta. Vapaaehtoistyöhön suunnattu koulutus on muistisairaana ja läheisen arvokas tuki. Palvelun käyttäminen on osalle luontevaa ja palaute on ollut positiivista. Osa arastelee ja tarvitsee enemmän aikaa rohkaistuakseen kokeilemaan vapaaehtoistoimintaa. Joskus tuttuus on hyvä asia, mutta joskus myös haitta, joka voi vaikuttaa palvelun kokeiluun.”

“Tiedon lisääminen, vertaistuki”

“Muistamaton ja hänen perheensä on saanut hienosti tukea.”

“Paikkakunnallamme eniten apua muistikaveri -koulutukset ja niiden myötä saadut muistikaverit. Vaikka emme ole saaneet yhdistettyä loppujen lopuksi kovinkaan montaa muistisairasta ja muistikaveria, toiminta on koettu mielekkääksi ja siitä saa kumpikin osapuoli.”

Vastaajien mukaan heidän **edustamansa organisaatio** on hyötynyt yhteistyöstä muun muassa seuraavasti:

“Olemme saaneet Teiltä asiantuntijätietoa ja - palveluita. Eri tilaisuuksien järjestäminen kuntalaisillemme on ollut hyvin merkittävää.”

“Työn kehittämistä edistänyt”

“Muistisairaille ja läheisille toimintaa ja tukea.”

“Vaikeissa tilanteissa saanut apua ja neuvoja. Seuraa kaipaaville muistisairaille muistikavereita. Yhteistyötä muiden kuntien kanssa.”

3.4. *Päättäjäinfot, kunta-adressit, kannanotot, Lapin Muistibarometri*

Kohderyhmä	Lapin kuntapäättäjät, johtavat viranhaltijat ja väestö
Tavoitteet	Muistisairaiden ihmisten ja heidän lähi-ihmistensä aseman, oikeuksien ja palvelujen parantaminen ja niistä tiedottaminen.
Tavoiteltu muutos	Muistiosaaminen maakunnassa lisääntyy ja tämä näkyy muistisairaiden ja lähi-ihmistien hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä syrjäytymisen vähentymisenä.

Toteutusmuoto	<p><u>Määrällinen tavoite:</u> Muistiadressikeräys muistihoitajan toimen perustamisen puolesta tauolla - seurataan SenioriKaste -hankkeen aikaansaannoksia (mm. Ikäosaamiskeskuksen rooli). Kannanotot ja päättäjäinfot 3 kpl / vuosi. Tehdään Muistibarometri (kevyt versio) joka kolmas vuosi (2016) tarvekartoituksen tueksi.</p> <p>Ajantasaisen, oikean muistitiedon tuottaminen ja välittäminen.</p>
Vastuuhenkilö	Kehitysjohtaja Nina Siira-Kuoksa
Tavoitetaso 2017-2020	<p>Toteutetaan päivitetyn Lapin Muistibarometrin nostamien tarpeiden mukaan. Huomioidaan kuntavaalikevät 2017; kannanottoja ja päättäjäinfoja 15 / vuosi.</p> <p>Tehdään Muistibarometri (kevyt versio) joka kolmas vuosi (seuraava 2019) tarvekartoituksen tueksi.</p> <p><u>Toiminnan arviointi:</u> Seurataan kannanottojen, mediaosumien ja Muistiadressien vaikutuksia kunnissa ja toimitaan sen mukaan.</p> <p>Tavoitteet tarkistetaan ja kannanottojen ja Muistiadressien vaikutukset käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2* / vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).</p>
Toteutuminen	<p>Muistiluotsi/Lapin Muistiyhdistys laati Enontekiölle valtuustoaloitteen muistisairaille suunnatun päivätoiminnan aloittamisesta.</p> <p>Muistibarometri-kysely toteutettiin loppuvuodesta 2016-alkuvuodesta 2017. Kysely kohdennettiin erityisesti muistisairaana ihmisen lähi-ihmisille sekä yhdistyksen vapaaehtoistoimijoille. Tulokset valmistuvat alkuvuodesta 2017.</p> <p>Muistiluotsin eri tilaisuuksiin osallistuneille päättäjille (mm. perusturvalautakuntien jäsenille) välitettiin ajantasaista muistitietoa päätöksenteon tueksi.</p>

3.5. *Tiedon levittäminen*

Kohderyhmä	Lapin väestö
Tavoitteet	<p>Ajantasaisen muistitiedon välittäminen lappilaisille. Muistisairaiden ihmisten ja heidän lähi-ihmistensä aseman, oikeuksien ja palvelujen parantaminen ja niistä tiedottaminen.</p> <p>Ollaan "ajanhermolla" ja toimitaan tarvelähtöisesti järjestölähtöisinä edunvalvojina.</p>
Tavoiteltu muutos	<p>Muistiosaaminen maakunnassa lisääntyy ja tämä näkyy muistisairaiden ja lähi-ihmisten hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä syrjäytymisen ja yksinäisyyden vähentymisenä.</p> <p><u>Määrällinen tavoite:</u> Yksi tapahtuma niihin Lapin neljään kuntaan (Enontekiö, Muonio, Ranua ja Savukoski), joissa muistihoitajaa/-koordinaattoria ja/tai muistisairaille suunnattua päivätoimintaa ei vielä ole. Lisäksi Lapin maakunnan muihin kuntiin (21 kpl) huomioiden kuntakeskusten lisäksi sivukylät. Aivoviikolla ja Muistiviikolla tilaisuudet toteutetaan seutukunta -periaatteella.</p>

Toteutusmuoto	Yleisötilaisuudet, Muistikiertueet esim. Aivo- ja Muistiviikko, muistitapahtumat
Vastuhenkilö	Kaikki Muistiluotsin työntekijät
Tavoitetaso 2017-2020	<p>Yksi tapahtuma suunnitelmakauden (2017-2020) aikana päivitetyn Lapin Muistibarometrin nostamiin "mustiin" kuntiin, joissa ei esimerkiksi ole muistihoitajaa/-koordinaattoria ja/tai muistisairaille suunnattua päivätoimintaa. Lisäksi Lapin maakunnan muihin kuntiin (21 kpl) huomioiden kuntakeskusten lisäksi sivukylät. Aivoviikolla ja Muistiviikolla tilaisuudet toteutetaan seutukunta – periaatteella.</p> <p><u>Osallistujatavoite:</u> Vähintään 30 osallistujaa / tapahtuma; 2 000 osallistujaa / vuosi.</p> <p><u>Osallistujapalaute tavoite:</u> 90 % osallistujista kokee, että tapahtuman tiedollisesta sisällöstä oli hyötyä itselle ja sitä oli selkeästi / ymmärrettävästi tarjolla. Palaute kerätään otantoina tilaisuuksista / kaikki.</p> <p>Tavoitteet tarkistetaan ja osallistujapalautteet käydään läpi ja toimintaa kehitetään niiden perusteella 2* / vuodessa tapahtuvissa arviointitalkoissa (vkot 2 ja 32).</p>
Toteutuminen	<p>Muistiluotsi toteutti 50 muistitilaisuutta, joissa eri osallistujia oli yhteensä 1 382 henkilöä. Heistä kohderyhmään (muistisairauteen sairastuneita ihmisiä ja heidän lähi-ihmisiään) kuuluvia henkilöitä oli laskennallisesti 360 eri henkilöä.</p> <p>Lapin Muistiluotsi järjesti vuonna 2016 2 <u>muistitoria</u>: Ivalossa ja Rovaniemellä Sinetän kylässä. Osallistujia näissä oli yhteensä 195 eri henkilöä, joista oli</p> <ul style="list-style-type: none"> - naisia 138, joista 30-62 -vuotiaita 17 henkilöä, 63-79 -vuotiaita 104 henkilöä ja 80+ vuotiaita 17 henkilöä. - miehiä 57, joista 18-29 -vuotiaita 1 henkilö, 30-62 -vuotiaita 9 henkilöä, 63-79 -vuotiaita 28 henkilöä ja 80 + vuotiaita 19 henkilöä. - kohderyhmää (muistisairauteen sairastuneita ja lähi-ihmisiä) oli osallistujista n. 40 % <p>Erilaisia <u>yleisötilaisuuksia</u> järjestettiin yhteensä 26, joissa osallistujia oli yhteensä 737 eri henkilöä, joista oli</p> <ul style="list-style-type: none"> - naisia 523, joista 18-29 -vuotiaita 1 henkilö, 30-62 -vuotiaita 39 henkilöä, 63-79 -vuotiaita 416 henkilöä ja 80+ vuotiaita 67 henkilöä. - miehiä 214, joista 30-62 -vuotiaita 18 henkilöä, 63-79 -vuotiaita 162 henkilöä ja 80 + vuotiaita 34 henkilöä. - kohderyhmää (muistisairauteen sairastuneita ja lähi-ihmisiä) oli osallistujista n. 30 % - Yleisötilaisuuksia järjestettiin muun muassa Sallassa, Ylitorniolla, Kittilässä, Kemijärvellä (yhteistyössä NV-järjestöjen kanssa), Muoniossa, Simossa (yhteistyössä Länsi-Pohjan Muistiyhdistyksen kanssa), Ranualla, Enontekiöllä, Posiolla sekä Rovaniemellä (mm. Tennilän kylässä, Lapin kuntoutuksessa, Eläkeläisjärjestöille)

Ammattihenkilöstölle suunnattuja tilaisuuksia järjestettiin yhteensä 6: kaksi Cerad -valmennusta (Sodankylä ja Rovaniemi) yhteistyössä SenioriKaste -hankkeen kanssa, palvelukodin henkilökunnalle muistisairaana ihmisen kohtaamisesta luento Keminmaassa sekä Veteraaniavustajille kohtaamisesta luento Rovaniemellä yhteistyössä Tornion sairaskotisäätiön kanssa. Lisäksi järjestettiin 2 tilaisuutta opettajille Rovaniemellä. Osallistujia oli yhteensä 131 eri henkilöä, joista oli

- naisia 122, joista 18-29 -vuotiaita 3 henkilöä, 30-62 -vuotiaita 118 henkilöä ja 63-79 -vuotiaita 1 henkilö.
- miehiä 9 henkilöä, joista 18-29 -vuotiaita 2 henkilöä 30-62 -vuotiaita 6 henkilöä ja 63-79 -vuotiaita 1 henkilö.

Oppilaitosyhteistyönä opiskelijoille suunnattuja tilaisuuksia järjestettiin 3: Lapin yliopiston ja Lapin AMK:n kanssa. Tilaisuuksissa oli osallistujia yhteensä 95, joista oli

- naisia 84, joista 18-29 -vuotiaita 63 henkilöä ja 30-62 -vuotiaita 21 henkilöä.
- miehiä 11, joista 18-29 -vuotiaita 9 henkilöä, 30-62 -vuotiaita 1 ja 63-79 -vuotiaita 1 henkilö

Muita tiedonvälitystapahtumia Muistiluotsi järjesti yhteensä 13 kappaletta. Nämä olivat:

- opiskelijoiden ohjaus (mm. fysioterapia-, geronomi-, taloushallinnon opiskelijoita)
- järjestömessuille osallistuminen
- myyjäiset
- infopisteiden pito ja toiminnan esittely

Näihin tapahtumiin osallistui yhteensä 224 eri henkilöä. Osallistujista oli yhteensä

- naisia 140, joista 7 – 17-vuotiaita 3 henkilöä, 18 – 29-vuotiaita 9 henkilöä, 30 – 62-vuotiaita 119 henkilöä ja 63 – 79-vuotiaita 9 henkilöä.
- miehiä 84, joista 7-17 -vuotiaita 2 henkilöä, 18 – 29-vuotiaita 2 henkilöä, 30 – 62-vuotiaita 71 henkilöä ja 63 – 79-vuotiaita 9 henkilöä.
- kohderyhmää (muistisairauteen sairastuneita ja lähi-ihmisiä) oli osallistujista n. 20 %

Lisäksi Lapin Muistiluotsin toiminnasta kirjoitettiin 13 lehtiartikkelia/kolumnia. Lehtien levikki oli yhteensä 246 400.

Lapin Muistiyhdistyksen kotisivuilla kävi vuoden 2016 aikana 11 468 eri kävijää, joista uusia kävijöitä oli 58,6 %.

4. Henkilöstö



Nina Siira-Kuoksa
kehitysjohtaja
Puh. 0400 741 249
nina@lapinmuistiyhdistys.fi



Annika Väihkönen
muistiasiantuntija
Puh. 0400 741 279
annika@lapinmuistiyhdistys.fi



Mirva Hartikainen
muistiohjaaja
Puh. 0400 742 319
mirva@lapinmuistiyhdistys.fi



Ella Kauppinen
toimistotyöntekijä
Puh. 045 6683 844
ella@lapinmuistiyhdistys.fi

Sirkku Rauma
muistiluotsiavustaja
Länsi-Pohjan alue
Puh. 045 694 3753
sirkku@lapinmuistiyhdistys.fi

Elina Kempainen
muistiohjaaja
Ylä-Lapin alue
Puh. 045 694 3759
elina@lapinmuistiyhdistys.fi

Kaisa Pöyliö
rahastonhoitaja /
palkanlaskija

Hallinnoivan yhdistyksen tiedot

Lapin Muistiyhdistys ry

Pohjolankatu 2, 96100 Rovaniemi

Puh. 040 508 0482

S-posti toimisto@lapinmuistiyhdistys.fi
www.lapinmuistiyhdistys.fi

Rahoittajan tiedot

Raha-automaattiyhdistys

Puhelin (09) 437 01

Sähköposti: avustus@ray.fi

Käyntiosoite: RAY-talo, Turuntie 42, 02650 Espoo

Postitusosoite: RAY, PL 32, 02601 Espoo

