

Muistikukko

Pohjois-Savon Muistiluotsi

2/2025



Ikkunakuvat

Aina kotini ikkunoista loistaa taulu uus´
joka aamu sekä ilta eri ihanuus.
Vuodenaikojen koko kirjo
täyttää sydämen,
kun ne aina vuorollansa maalaa
pihan sen.
Kaiken aikaa ihmettelen
luonnon maisemaa,
kun se tuopi ihmiselle taiteen sanomaa.
Kun uudet taulut ripustetaan
luonnon ikkunaan,
kiireisesti silloin juoksen
niitä katsomaan!
Seesteisyys ja rauha silloin
valtaa sydämen.

On, kuin aina ollut oisi elo ihmeinen!

Kirsti Viljamaa



Kuva Canva



Kuva Eeva-Maija Pietilä

Hyvää
äitienpäivää
kaikille
Äideille!


Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjois-Savo

Sisällysluettelo

Kesäretki Iisalmesta Puijolle	4
Paula esittäytyy.....	5
Ikääntyvät aivot tapahtuma.....	6
Tue toimintaa	8
Hyvinvointivaltion varjoissa: Muisti- Sairaiden ihmisten Oikeuksien toteutuminen	10
Muistiluotsin avoimet ovet.....	13
Kannanotto	14
Ikäihmisten perhehoito	16
Kesäretki Kuopion Eläinpuistoon	19
Kirjoita Muistikukkoon.....	20
Kesän aukioloajat	20
Tehtävät	21
Värityskuva	22
Tehtävien vastaukset	23
Yhteystiedot	24

Pohjois-Savon Muisti ry

Hallituksen puheenjohtaja
Satu Pirskanen

Hallituksen sihteeri
Irma Purssila

Muistikukko 2/2025

**Lehteä julkaisee Pohjois-Savon
Muistiluotsi**

Pohjois-Savon Muisti ry

Toimitus:

Pohjois-Savon Muisti ry:n työntekijät

Taitto:

Jenni Ryhänen

Lehden painos on 800 kpl

Lehteä jaetaan Pohjois-Savon
Muistiluotsin toiminta-alueella
yhdistyksen jäsenille, asiakkaille ja
Muistiluotsin yhteistyökumppaneille.

**Lehdestä ilmestyy vuonna 2025 neljä
numeroa:**

- helmikuu
- toukokuu
- syyskuu
- joulukuu

Aineistoa otetaan vastaan jatkuvasti.

**Lehti on luettavissa myös osoitteessa
psmuisti.fi**

Kannen kuva Eeva-Maija Pietilä

Painopaikka Offsetpaino L. Tuovinen Ky



Kevätretki Iisalmesta Puijolle ke 28.5.2025



Puijon torni on maamerkki, joka Kuopioon saavuttaessa erottuu jo kaukaa. Se sijaitsee Puijon mäen laella parin kilometrin päässä Kuopion torilta. Ensimmäinen puusta rakennettu näkötorni valmistui Puijolle jo vuonna 1856. Nykyinen, ikoniseksi nähtävyydeksi muodostunut 75 metriä korkea betonitorni valmistui 1963. Mäen harjalla seisovasta tornista avautuvat henkeäsalpaavat näkymät suomalaiseen metsä- ja järvimaisemaan sekä Kuopion kaupunkiin.

Aikataulu ja reitti:

Lähtö Iisalmen linja-autoasemalta klo 10.00

Lähtö takaisin Iisalmeen Puijolta klo 13.00

Pysähdymme tarvittaessa ottamaan kyytiin matkan varreltakin. Puijolla nautimme monipuolisen lounaan Puijon Majalla heti saavuttuamme, minkä jälkeen mahdollisuus vierailla Puijon tornissa.

Hinta: 23€, sisältää kaiken: meno-paluu kyydin linja-autolla, lounaan ja pääsyn Puijon torniin!

Maksun voit suorittaa tilille FI81 4600 2120008950 / 20.5. mennessä.

Ilmoittautuminen loppuu 9.5.25. Paikkoja rajoitetusti.

Ilmoittaudu: toimisto@psmuisti.fi tai p. 017 263 3980

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA MUKAAN!



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjois-Savo





Heippa kaikki Muistikukon lukijat!

Olen Paula Harju ja olen aloittanut muistiluotsin tehtävissä 1.2.2025.

Koulutukseltani olen terveystieteiden maisteri, sairaanhoitaja ja muistihoitaja. Olen aloittanut sairaanhoitajan tehtävissä KYS:ssä vuonna 1998, jonka jälkeen olen työskennellyt yksityissektorilla Vetreassa ja viimeisimmäksi Live lisalmessa. Suurimman osan työurastani olen tehnyt neurologisen kuntoutuksen saralla aivoverenkiertohäiriö- ja muistiasiakkaiden parissa. Asiakastyö ja sen myötä asioiden eteenpäin vieminen ja kuntoutumisen edistymisen huomaaminen motivoivat minua edelleen. Työssäni koen merkitykselliseksi aidot asiakaskohtaamiset sekä mahdollisuuden kehittymiseen. Uuden oppiminen on minulle innostavaa ja olenkin opiskellut uusia asioita jatkuvasti työn ohessa.

Vapaa-ajallani nautin yhteisestä ajasta perheen kanssa, ruuanlaitosta, leipomisesta, lukemisesta ja pianon soittamisesta.

Erityisesti puutarhan hoitaminen kesäaikaan saa mieleni rentoutumaan ja ajatukseni vaihtumaan. Perheeseeni kuuluu aviomies ja neljä lasta.

Valoisaa kevättä kaikille!

Paula Harju

Ikääntyvät aivot

-tapahtuma keräsi Sonkajärven seurakuntatalolle maaliskuussa runsaasti väkeä saamaan tietoa aivoterveystietä ja ikääntymiseen liittyvistä muistimuutoksista.

Tapahtuma toteutettiin yhteistyössä Pohjois-Savon Muistiluotsin, Pohjois-Savon Omaishoitajat ry:n, Pohjois-Savon hyvinvointialueen, Sonkajärven kunnan, Sonkajärven seurakunnan, Sonkajärven invalidit ry:n ja Nutrician kanssa.



Osallistujilta saatiin paljon hyvää palautetta, ja monet toivoivat tilaisuutta järjestettävän uudelleenkin. Palautteen perusteella tapahtuma koettiin hyödylliseksi, ja osallistujat kokivat saaneensa paljon uutta tietoa aivoterveystietä ja muistisairauksista. Tapahtumaan tulitiin myös lähikunnista. Kaikesta huomasi, että aihe koettiin todella tärkeäksi!

Seuraavan kerran tapahtuma järjestetään Ylä-Savossa Vieremällä Koulukeskuksen auditoriossa tiistaina 22.4. klo 10-12.

**Lämpimästi tervetuloa Vieremän
tapahtumaan kaikki kiinnostuneet!**



POHJOIS-SAVON MUISTILUOTSI JA POHJOIS-SAVON HYVINVOINTIALUE JÄRJESTÄVÄT
KAIKILLE AVOIMEN JA MAKSUTTOMAN
YLEISÖTILAISUUDEN:

IKÄÄNTYVÄT AIVOT

TI 22.4.2025 klo 10-12

Koulukeskuksen auditorio, Petterintie 12, Vieremä

**TILAISUUDESSA SAAT
TIETOA AIVOTERVEYDESTÄ SEKÄ IKÄÄNTYMISEEN
LIITTYVISTÄ MUISTIN MUUTOKSISTA**

KAHVITARJOILU KLO 9.30 ALKAEN

Lämpimästi tervetuloa!





**Pohjois-Savon
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen



TUE PAIKALLISTA TOIMINTAA, LIITY JÄSENEKSI TAI LAHJOITA

Yhdistystoiminta on iloa, yhteistä tekemistä ja vaikuttamista

Liittyminen Muistiyhdistykseen voi tarjota monia etuja, erityisesti niille, jotka ovat kiinnostuneita muistihäiriöistä, aivoterveydestä ja ikääntymiseen liittyvistä asioista. Tässä muutamia syitä, miksi kannattaa liittyä Muistiyhdistykseen:

1. **Tuki ja vertaistuki:** Muistiyhdistykset tarjoavat jäsenilleen tukea, erityisesti muistihäiriöiden, kuten muistisairauksien, kanssa elämiseen. Jäsenet voivat saada vertaistukea, jakaa kokemuksia ja saada neuvoja siitä, miten kohdata haasteet arjessa.
2. **Tieto ja koulutus:** Yhdistykset järjestävät usein luentoja, koulutuksia ja tapahtumia, joissa käsitellään muistihäiriöiden ennaltaehkäisyä, hoitoa ja tutkimusta. Jäsenet voivat oppia ja saada ajankohtaista tietoa muistista ja aivoterveydestä.
3. **Yhteisöllisyys:** Liittymällä Muistiyhdistykseen voi tulla osaksi yhteisöä, joka on kiinnostunut samoista asioista. Tämä voi luoda uusia ystävyssuhteita ja tarjota mahdollisuuden osallistua yhteisiin tapahtumiin, retkiin ja aktiviteetteihin.
4. **Vaikuttaminen:** Monilla Muistiyhdistyksillä on rooli yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa, kuten muistisairauksien hoidon ja tutkimuksen edistämisessä. Liittymällä yhdistykseen voi osallistua näihin pyrkimyksiin ja olla mukana parantamassa muistisairauksien hoitoa ja tutkimusta.
5. **Vapaaehtoistyö:** Muistiyhdistykset tarjoavat myös mahdollisuuksia osallistua vapaaehtoistyöhön, mikä voi olla palkitsevaa ja antaa mahdollisuuden auttaa muita, jotka kohtaavat samanlaisia haasteita.
6. **Varainhankinta ja projektit:** Yhdistyksillä on usein projekteja ja kampanjoita, joiden avulla pyritään keräämään varoja muistityöhön ja -tutkimukseen. Liittymällä jäseneksi voi tukea näitä hankkeita ja edistää tärkeitä yhteiskunnallisia asioita.

Liittyminen Muistiyhdistykseen voi siis olla arvokasta, jos haluat saada tukea, tietoa ja yhteisön, joka auttaa sinua ymmärtämään muistihäiriöitä ja aivoterveyttä paremmin.

Pohjois-Savon Muisti ry:n jäseneksi voit liittyä

maksamalla jäsenmaksun 25,00 € yhdistyksen tilille **FI81 4600 2120 008950**

Kannattajajäsen jäsenmaksu on 50,00 €/ kalenterivuosi. (Kannattajajäseneksi voidaan hyväksyä yritys tai yhteisö, joka haluaa tukea yhdistyksen toimintaa)

Muista laittaa yhteystietosi maksun viestikenttään:

- Nimi, osoite, puhelinnumero ja sähköpostiosoite jos haluat viestejä ja tiedotusta tätä kautta.
- Vaihtoehtoisesti voit täyttää [jäseneksi liittymislomakkeen](#) psmuisti.fi -verkkosivuilla. Lähetämme sinulle jäsenmaksuohjeen ja uusimmat lehdet.

Jäsenedut:

- Valtakunnallinen Muisti-jäsenlehti kaksi kertaa vuodessa (arvo 29,00 €) ja Muistikukko-lehti neljä kertaa vuodessa: Yhteensä kuusi lehteä vuoden aikana.
- Retket ja tapahtumat jäsenhintaan
- [Valtakunnallisia jäsenetuja](#)
- Olet mukana vaikuttamassa muistisairaiden asemaan yhteiskunnassa.



Yhteistyössä on voimaa!

Lahjoita paikalliseen toimintaan

Haluatko tukea muistityötä lahjoittamalla? Lahjoitusvarat käytämme paikalliseen työhön muistisairaiden ja heidän läheistensä hyväksi Pohjois-Savon alueella.

- Sopivaksi katsomasi summan voit lahjoittaa tilille FI43 4600 0040 0405 74
- Maksun saaja Pohjois-Savon Muisti ry
- Poliisihallituksen myöntämä rahankeräyslupa numero RA/2025/379

Hyvinvointivaltion varjoissa: Muistisairaiden ihmisten Oikeuksien toteutuminen -

kirjan julkistamistilaisuus esitettiin suorana lähetyksenä 6.3.2025 Helsingin yliopiston Tiedekulman Stagella.

Keskustelemassa olivat mm. Kliinisen tutkimuksen apulaisprofessori ja Aivotutkimusyksikön johtaja **Eino Solje** ja Tutkijatohtori **Henna Nikumaa** (Oikeustieteiden laitos/ Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta) Itä-Suomen yliopistosta. Tilaisuuden juonsi kirjaa toimittamassa ollut Minna Lindgren.

Vanhusasiavaltuutettu **Päivi Topo** piti kommenttipuheenvuoron julkistamistilaisuuden loppuksi.

Otteita Päivi Topon puheenvuorosta:

Arvokkuus

Olin joku aika sitten haastateltavana Ylen aamussa ja totesin siellä, että on aika pysähdyttävää kohdata hoivakodin käytävillä asukkaita, joilla on ollut hyvinkin korkea asema yhteiskunnassa. Nyt he kulkivat hitaasti apuvälineen kanssa vastaan ja joillakin oli laitospyjaman paita päällä vielä yhteiselle lounaalle tultaessa. Tämä todellisuus avautui minulle, kun teimme havainnointiin perustuvaa tutkimusta pitkälle edennyttä muistisairautta sairastavien asukkaiden psykososiaalisesta hyvinvoinnista.

Niissä tilanteissa olen ajatellut samaan tapaan kuin Elisa Virkolan väitöstutkimuksessa haastattelema muistisairauteen sairastunut henkilö: *muistisairaus riisuu meitä*. Suuri kysymys on, miten ihmisarvoisen elämän edellytykset saadaan säilymään etenevästä, laajasti koko ihmiseen vaikuttavasta sairaudesta huolimatta. Silloin meitä ei riisuta.

Nyt julkaistussa kirjassa tämä on tiivistetty erinomaisesti lauseeseen, jota tässä hieman muokkaan: *Arvokas vanhuus ei ole saavutettavissa, jos palveluiden saatavuus – tai laatu – on heikko*. Lisäisin tässä mukaan sanan laatu.



Hyviä kehityssuuntia ja ennaltaehkäisyn mahdollisuudet

Paljon on tapahtunut hyvää. Muistisairauksien diagnostiikka on mennyt huimasti eteenpäin, lääkehoito on kehittynyt ja muistisairauden riskitekijät tunnistetaan laajasti. Muistisairauden etenevän hidastaminen on tehnyt mahdolliseksi elää totuttua elämää melkoisen pitkään sairaudesta huolimatta. Toki jokaisen tilanne on omanlaisensa.

Tiedämme myös, miten muistisairauksien riskejä voidaan painaa alas. Onnetonta on se, että muistisairauden riskit ovat huomattavan paljon suuremmat heillä, joilla on perusasteen koulutus verrattuna korkeasti koulutettuihin. Terveyserot tässä kohdin olisi saatava pienemmäksi, sillä näin saisimme lisää terveitä ja toimintakykyisiä elin vuosia ja samalla kavennettua hyvinvointieroja. Tieto keinoista ja kannustus niiden käyttämiseen pitäisi nyt saada yhdenvertaisesti kaikkien ulottuville.

Kirjassa nostetaan esiin lääkehoitojen tulevaisuuden näkymät. Ne ovat sikäli huolestuttavia, että edelleenkin ei parannuskeinoa tunneta, vaan lääkehoitoa saatetaan tulevaisuudessa suositella yhä aikaisemmin. Kirjoittajat tuovat esiin tähän

liittyviä eettisiä pulmia, kuten sen, ettei kaikille lääkeshoidon saajille kehittyisi muistisairautta ilman lääkkeitäkään. Painopiste tulisi joka tapauksessa siirtymään yhä varhaisempaan diagnosointiin, jolloin henkilö ei itse välttämättä koe mitään muistin heikentymää.

Edelleenkin emme siis tiedä kuka lopulta sairastuu ja miten hänen sairautensa voitaisiin parantaa. Jos parannuskeino löytyisi, olisi se valtaisa helpotus yksittäisille ihmisille ja koko yhteiskunnalle. Oletan, että monet – tai ainakin jotkut – kirjassa esiin nostetut oikeudelliset ongelmat olisivat silloin ainakin pienempiä, jolleivat ne olisi kadonneet.

Muistisairaus osana elämää

Sairastuminen muistisairauteen asettuu kullakin ihmisellä osaksi heidän elämänsä kokonaisuutta. Tätä moninaisuuden kirjoa lähestytään kirjassa hyvin. Kysymys ei ole vain elinolosuhteista, missä ja kenen kanssa asuu tai mikä taloudellinen tilanne. Kysymys paljon myös siitä miten turvallisessa sosiaalisessa ympäristössä ihminen on ja elää sairautensa kanssa.

Olen aikaisemmassa työssäni haastatellut muistisairautta sairastavia henkilöitä. Yksi heistä totesi, että sairastuminen muistisairauteen on ollut ehkä hänen koko elämänsä paras asia. Syy oli se, että hän koki koko perheensä lähentyneen toisiinsa ja että myönteisiä tunteita oli perheessä nyt helpompi ilmaista. Samalla häntä turhautti oman muistinsa heikkenemisestä johtuva lisäriisa perheelleen.



Hyvinvointivaltio ja ikäsyrijintä

Nyt julkaistun kirjan nimi viittaa katvealueisiin. *Hyvinvointivaltion varjoissa. Muistisairaiden ihmisten oikeuksien toteutuminen.* Hyvinvointivaltioilla ei tässä kuitenkaan viitata vain etuisuuksiin tai palveluihin vaan meidän kaikkien jakamiin sosiaaliin järjestyksiin ja käytäntöihin.

Kirjassa tehdään tarkkoja huomioita näistä eri aihealueista. Säilykö henkilön asema yhteiskunnassa samanlaisena kuin ennenkin vai mitä siinä tapahtuu ja miksi muutokset syntyvät. Kirjoittavat pitävät sinnikkäästi muistisairasteen sairastuneiden puolta ja vaativat sitä meiltä kaikilta kans-

saihmisinä ja heidän oikeuksiensa kunnioittamista hyvinvointivaltion järjestelmissä. Korjausehdotukset ongelmakohtiin on nostettu perustelui-neen esiin ja perustelut on vahvasti argumentoitu.

Nyt julkaistussa teoksessa on useita ansiokkaita huomioita muistisairautta sairastavien mahdollisuuksista saada palveluja. THL:n rekisteriaineistojen ja muiden tilastoaineistojen mukaan kynnys erityisesti kotihoitoon ja ympärivuorokautiseen hoitoon on noussut kohtuuttoman korkeaksi. Samoin mahdollisuudet kuntoutukseen ovat eivät ole parantuneet ja omaishoidon erilaiset tukimuodot heikentyneet. Jopa edunvalvontavaltuutuksen vahvistaminen voi kestää ainakin joissain tapauksissa hyvin pitkään ja keskimäärinkin 2-3 kuukautta DVV:n mukaan.

Kokonaisuutena tarkastellen tilanne on pysäyttävä. Kuka on vastuussa tästä kaikesta ja miten tämä korjataan, ovat poliittisen debatin keskeisiä kysymyksiä. Kyse on vakavasta, pitkään jatkuneesta rakenteellisesta syrjinnästä, joka näyttää vain syvenevän. Tämä tuodaan myös kirjassa esiin, sillä näiden palvelujen tarve on erityisen suuri muistisairautta sairastavilla.

Palveluiden tuottaminen on kallista. Kirjassa todetaan, että muistisairautta sairastavien käyttämien sosiaali- ja terveystalveluiden hinta on lähes miljardin luokkaa vuosittain. Tämä on kuitenkin syytä suhteuttaa hyvinvointialueiden kokonaisrahoitukseen. Siihen varattiin valtion budjetista vuodeksi 2024 24,7 miljardia euroa. Lisäksi hyvinvointialueet saavat tuottoa asiakasmaksuista. Palvelujen saannin vaikeudessa ei ole kysymys vain liian niukoista taloudellisista resursseista. Taustalla on niin vaikeuksia saada yhteyttä palveluihin kuin tarpeiden sivuuttamista ja henkilön asia siirtelyä taholta toiselle ilman selvää hyötyä. Ja monia muita tekijöitä.

Rakenteelliseen ikäsyrijintään puuttuminen näyttää olevan erityisen vaikeaa. Kun valtakunnan päättäjiä yritetään vastuuttaa siitä, että moni iäkäs jäädä ilman välttämättömiä palveluja, vastaan, että vastuu on hyvinvointialueilla. Hyvinvointialueet puolestaan toteavat, että valtiovalan antamat resurssit eivät riitä edes nykyisten palvelujen tuotantoon. Vallankäytön välisiin kuiluihin tippuvat väijäämättä ensimmäisinä ne, joiden omat voimat eivät riitä vaatimaan oikeuksiaan ja joilla ei ole lähipiiriä heitä puolustamassa.

Tulevat aluevaalit ja kuntavaalit ovat tavattoman tärkeitä. Toivon, että kannustamme ja tarvittaessa autamme toinen toisiamme vaaliuurnille. Vaalioikeudessa ei ole yläikärajaa, mutta yli 90-vuotiaista reilusti alle 40% kävi äänestämässä viime eduskuntavaaleissa.

Kärsimyksestä

Kirjan ydinviesti summataan minusta hyvin yhteen muutamassa lauseessa (s.163). Siinä todetaan suurin piirtein näin: muistisairautta sairastavien syrjintää voidaan vähentää panostamalla elämänoloihin, jotka varmistavat ihmisarvoa kunnioittavan kohtelun ja osallisuuden riippumatta heidän iästään, elämäntilanteestaan tai avun ja hoidon tarpeistaan. Meidän on puututtava olosuhteisiin, jotka nyt aiheuttavat heille kärsimystä.

Tähän kärsimyksen vähentämiseen liittyy keskeään välillä vaikeasti ristiriitaisia tavoitteita turvallisen elämän edellytysten ja henkilön itsemääräämisoikeuden kunnioittamisen välillä. Kärsimyksen vähentämisen näkökulma on tällöin hyödyllinen: milloin nojaaminen pelkästään itsemääräämiseen tuottaa kärsimystä ja milloin taas pelkkä turvallisuuden maksimointi tuottaa kärsimystä? ja milloin taas itsemääräämisen kunnioittaminen tuottaa selvästi enemmän hyvinvointia henkilölle itselleen ja milloin turvallisuuden korostaminen on henkilön kokonaishyvinvoinnin kannalta olennaisinta.

Milloinkaan ei saisi syntyä tilannetta, jossa ilmiselvästi apua tarvitseva muistisairautta sairastava henkilö jätetään sitä vaille vetoamalla siihen, että hän ei apua halua. Silloin on kyse heitteillejätöstä

ja suuren kärsimyksen aiheuttamisesta.

Lopuksi

Paljon on työtä tehtävänä yhdenvertaisuuden eteen. Minna Lindgrenin työnä on ollut tuottaa tutkimusaineiston pohjalta fiktiivisiä tarinoita. Hän toteaaakin yhdeksi oppimakseen asiaksi sen, että todellinen elämä on aina kauheampi, epäoikeudenmukaisempi ja yllättävämpi kuin kirjailijan mielikuvitus rakentaa.

Näin varmaankin on, mutta muistisairautta sairastavien ihmisten ja heidän läheistensä omien sanoitusten avulla voimme saada tuntuman todellisen elämän valoihin ja varjoihin. Laadullinen käytäntöön suuntautunut ja monitieteinen tutkimus rakentaa tärkeitä areenoja juuri tällaiselle tiedolle. Tarvitsemme sitä lisää ja sen rinnalle myös muunlaista tietoa, kuten rekisteritutkimusta. Se olkoon kuitenkin jo seuraavan messun aihe.

Päivi Topo

Voit lukea Päivi Topon puheenvuoron kokonaisuudessaan [Osallisuumedian verkkosivuilta](#).

Voit myös katsoa koko mielenkiintoisen keskustelun tallenteena [Helsingin yliopiston Tiedekulman verkkosivuilta](#).

Laita hakukenttään "Hyvinvointivaltion varjoissa: Muistisairaiden ihmisten oikeuksien toteutuminen" niin löydät tallenteen helposti.

Hyvinvointivaltion varjoissa

TOIMITTANEET KAIJUS ERVASTI, YAIRA OBSTBAUM & MINNA LINDGREN

MUISTISAIRAIDEN IHMISTEN OIKEUKSIEN TOTEUTUMINEN

Ohjelma

- Tilaisuuden avaus: Kaijus Ervasti
- Kustantajan tervehdys: Leena Kaainen
- Paneelikeskustelu:
 - Minna Lindgren (pj.)
 - Eino Solje
 - Päivi Issakainen
 - Minna Nikumaa
- Kommenttipuheenvuorot:
 - Päivi Topo, vanhusasiavaltuutettu
 - Laura Kallioma-Puha, sosiaalioikeuden professori
- Yleisökeskustelu
- Loppupuheenvuoro: Yaira Obstbaum



**Muistiluotsi-
toiminta
20 vuotta!**

Muistiluotsin avoimet ovet

Tiistaina 13.5. 2025 klo 10 - 13

**Muistiluotsitoiminta alkoi Pohjois-Savossa vuonna 2005 osoitteessa
Lapinlinnankatu 2, Kuopio.**

Toimintaa samassa osoitteessa jo 20 vuotta!

**Tervetuloa uudet asiakkaat ja myös jo
toiminnassa mukana olevat!
Kahvitarjoilu!**



Yhdessä kävellen

**Perjantaisin klo 10 - 11
25.4. - 13.6.**

**Vapaaehtoisen vetämä ryhmä Kuopiossa.
Säävara.**

**Kokoontuminen Muistiluotsilla
(Lapinlinnankatu 2, Kuopio), josta lähdetään
yhdessä kävelylenkille.**

Ei ennakoilmoittautumista.

Tervetuloa!



Lisätiedot puh. 017 263 3980



Lauluryhmä

- **torstai 17.4. klo 10 - 11**
- **keskiviikko 23.4. klo 10 - 11**
- **keskiviikko 21.5 klo 10 - 11**
- **keskiviikko 28.5. klo 10 - 11**
- **keskiviikko 18.6. klo 10 - 11**

Kuopion Muistiluotsilla (Lapinlinnankatu 2)
kokoontuva hyvän mielen
lauluryhmä, jossa voit laulaa yhdessä.

Vapaaehtoisen vetämä

Ei ennakoilmoittautumista.

Lisätiedot puh. 017 263 3980



Tervetuloa!

Kannanotto: Ikääntyneiden ihmisten yhdenvertainen asema on turvattava digitalisoituneessa yhteiskunnassa

Suomessa on kokonaan vailla digitaitoja reilusti yli 300 000 iäkästä. Lisäksi kaksi kolmesta yli 65-vuotiaasta kertoo tarvitsevänsä muiden tukea, kun he asioivat sähköisesti.

Vuonna 2022 internetiä ei ollut koskaan käyttänyt 65–74-vuotiaista joka kymmenes ja 75–89-vuotiaista joka kolmas. 85–100-vuotiaista noin 70 prosenttia ei ollut itsenäisesti käyttänyt internetiä. Vanhusasiavaltuutettu ja 21 valtakunnallista järjestöä vaati toimia ikääntyneiden yhdenvertaisen aseman turvaamiseksi digitalisoituvassa yhteiskunnassa.

Digitaalisten palvelujen ulkopuolella ovat paljolti ne ikääntyneet, joilla on matala koulutus tai tulotaso, heikko terveydentila tai toimintakyky. Moni ei luota omiin kykyihinsä oppia riittävästi digitaitoja, jotta voisi asioida turvallisesti. Samoin vaikeudet hankkia tarvittavat yhteydet ja laitteet sekä kielitaitoon liittyvät pulmat ovat esteinä digitaitojen oppimiselle.

Tiedot käyvät ilmi Tilastokeskuksen, Tietoevryn ja THL:n tiedonkeruista.

Järjestöt ja vanhusasiavaltuutettu esittävät kolmea keinoa, jolla ikääntyneiden asema saadaan parannettua digitalisoituneessa yhteiskunnassa.

1. Digittömät kansalaiset tarvitsevat mahdollisuuksia asioida kasvokkain tai puhelimitse ja saada tietoa kirjeitse tai muutoin paperisena.

Järjestöt ja vanhusasiavaltuutettu kuulevat usein ikääntyneiden ihmisten kertovan elämästään ilman digitaitoja. Tietoa ei löydy kuin sähköisenä, ostokset ja palvelumaksut ovat heille kalliimpia, matkalippujen ostaminen ja pankkiasiointi on yhä hankalampaa, ajanvaraus terveystietoihin ei tahdo onnistua. Moni on jättänyt palveluita käyttämättä tai etuuksia hakematta, sillä viranomaisasiointi muutoin kuin sähköisesti on vaikeaa.

- Julkisten palvelujen saaminen muutoin kuin sähköisesti on säilytettävä yhdenvertaisena asiointikanavana.

- Tiedon saaminen omista ja yhteisistä asioista on oltava yhtä lailla niiden ulottuvilla, jotka eivät käytä digitaalisia kanavia.

On kehitettävä uusia ratkaisuja tiedon saamiseen, jotta nykyisten selainten avulla saatava tieto olisi myös ilman digitaitoja olevien kansalaisten ulottuvilla maksuttomasti.

2. Digitukea perustaitojen hankinnassa ja niiden ylläpidossa järjestettävä kaikille sitä tarvitseville ikääntyneille ihmisille.

Moni ikääntynyt kertoo haluavansa oppia digitaitoja, mutta ei saa siihen riittävästi tukea tai ei saa sitä keneltäkään. Digituen tarve ei ole ohimenevä ilmiö, joka hiipuu nykyisten vanhimpien ikäluokkien myötä. Digitaalisten taitojen hankkiminen on olennainen osa elinikäisen oppimisen tavoitteita. Työelämän ulkopuolella olevat tulevat jatkossakin tarvitsemaan digitukea perustaitojen oppimiseen ja ylläpitämiseen. Turvallisen sähköisen asioinnin ja valheellisen tiedon erottaminen luotettavasta tiedosta ovat jatkossakin olennaisia taitoja. Yhteiskunnan toimivuus edellyttää, että nämä taidot ovat kaikenikäisten kansalaisten ulottuvilla. Digituen tarve voi jatkossa kasvaa.

- Iäkkäät vapaaehtoiset vertaisohjaajat antavat järjestöjen kautta digitukea ikääntyneille vuosittain kymmenissä tuhansissa tapaamisissa ympäri Suomea. Vapaaehtoisten määrää on vaikea kasvattaa tai säilyttää nykytasolla, kun järjestöjen rahoitusta supistetaan. Valtion ja kuntien tulee turvata järjestöjen antama digituki.

- Moni kunta tarjoaa digitukea kirjastoissa ja kansalaisopistoissa. Jokaisen kunnan kannattaisi koordinoida digitukea ja tarjota siihen esteettömiä tiloja ja toteuttaa digituki yhteistyössä järjestöjen ja hyvinvointialueen kanssa. On myös tärkeää, että digitukea saa omalla kielellä. Olennaista on saada ikääntyneiden kunta-laisten taidot sille tasolle, että heistä mahdollisimman moni voi etsiä tietoa sähköisistä kanavista ja käyttää tavallisimpia sähköisiä palveluja.
- Noudattamalla kaikille sopivan suunnittelun periaatteita pystytään toteuttamaan saavutettavia ja helppokäyttöisiä palveluja mahdollisimman suurelle käyttäjäjoukolle.
- Vanhus- ja vammaisneuvostojen jäseniä ja eri järjestöjen iäkkäitä jäseniä, joiden oma toimintakyky on alentunut, kannattaa pyytää mukaan sähköisten palvelujen suunnitteluun.
- Monella iäkkäällä on kokemuksia tilanteista, joissa he asioivat toisen henkilön puolesta. Heidän kokemuksiansa kuuleminen auttaa sujuvoittamaan toisten puolesta asiointia.

Monet iäkkäät kertovat, etteivät he ole saaneet viranomaisilta opastusta julkisten sähköisten palvelujen käytössä. On varmistettava se, että jokainen viranomainen tuntee lakisääteisen vastuunsa neuvoa omien digitaalisten palvelujensa käytössä, jotta asiointi on sujuvaa ja turvallista. Myös yritysten kannattaa opastaa asiakkaita digitaalisten palveluidensa käyttämisessä.

3. Digipalveluista helppokäyttöisiä ja saavutettavia.

Sähköiset palvelut ovat usein vaikeakäyttöisiä. Lainsäädännön mukaisesti on erityisesti julkisten tahojen toteuttamien sähköisten palvelujen oltava saavutettavia ja helppokäyttöisiä. On tärkeää, että ikääntyneitä kuullaan palvelujen suunnittelussa. Sähköisten palvelujen käyttäjistä monella on erilaisia toimintarajoitteita.

Kannanoton ovat allekirjoittaneet Vanhusasiavaltuutettu, ATK Seniorit Mukanetti ry, Eläkeliitto ry, Eläkeläiset ry, Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry, Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry, Enter ry, Ikäinstituutti, Invalidiliitto ry, Joen Severi ry, Kansallinen senioriliitto ry, Kuuloliitto ry, Marttaliitto ry, Muistiliitto ry, Näkövammaisten liitto ry, Omaishoitajaliitto ry, Savonetti ry, Suomen Luustoliitto ry, Suomen Sydänliitto ry, Svenska pensionärsförbundet rf, Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry, Vanhustyön keskusliitto ry.

**Uutinen on julkaistu 11.3.2025
Muistiliiton verkkosivuilla**



Ikäihmisten perhehoito

Ikäihmisten perhehoidolla tarkoitetaan ikääntyneen hoivan ja huolenpidon järjestämistä perhehoitajan tai hoidettavan kodissa.

Toimeksiantosuhteiseksi perhehoitajaksi voi ryhtyä henkilö, joka koulutuksen, kokemuksen tai henkilökohtaisten ominaisuuksien perusteella on sopiva antamaan perhehoitoa. Perhehoitajalta edellytetään myös lakisääteisen ennakkovalmennuksen suorittamista ennen perhehoitajaksi ryhtymistä. Valmennuksen jälkeen hyvinvointialue hyväksyy perhehoitajan ja perhekodin.

Perhehoidon käynnistyessä hyvinvointialue laatii asiakaskohtaisen toimeksiantosopimuksen perhehoitajan kanssa. Siinä on sovittu perhehoitoon liittyvistä asioista, vastuista ja velvoitteista sekä esim. palkkiosta ja kulukorvauksesta.

Hyvinvointialueelle on laadittu perhehoidon toimintaohje, joka määrittelee toimintamallin, myöntämisen perusteet sekä käytännöt koko perhehoitotoiminnalle. Hyvinvointialueen tärkeänä tehtävänä on tukea ja ohjata perhehoitajaa ja valvoa toimintaa.

Perhehoidon myöntäminen perustuu aina asiakkaan palvelutarpeeseen. Ikääntyneiden palveluiden asiakasohjaajat vastaavat arvioinnista ja perhehoidon myöntämisestä. Asiakasohjaaja arvioi yhdessä ikäihmisen ja hänen läheistensä kanssa

palvelutarpeen ja juuri hänen tilanteeseensa sopivan palvelumuodon, joka voi olla perhehoito. Perhehoito käynnistyy aina tutustumisjaksolla tai tutustumiskäynnin pohjalta.

Perhehoidon vahvuuksia ovat muun muassa pysyvät ihmissuhteet, jatkuvuus ja koti elinympäristönä. Perhehoidossa on mahdollista antaa yksilöllistä hoivaa ja huolenpitoa, koska hoidettavien määrä on pieni ja hoitaja tai hoitajat pysyvät samoina.

Ikäihmisten perhehoidon eri muodot

Pitkäaikaisessa perhehoidossa ikäihminen asuu perhehoitajan perheessä ja saa tarvitsemansa hoivan ja huolenpidon mahdollisesti vuosien ajan. Pitkäaikainen perhehoito voi olla vaihtoehto yhteisölliselle asumiselle.

Pohjois-Savoin alueella pitkäaikaista perhehoitoa tarjoavia koteja on Karttulassa, Pielavedellä, Tervossa sekä Kaavilla.

Lyhytaikainen perhehoito perhehoitajan kotona tai ikäihmisen omassa kodissa mahdollistaa omaishoitajan vapaan pitämisen tai tukee vuorohoitona kotona asumista. Se myös tukee omaishoitajan jaksamista. Perhehoitoa voidaan tarjota Pohjois-Savon Hyvinvointialueella omaishoitajan lakisääteisten vapaapäivien ajaksi, omaishoitajan sairastuessa tai muussa omaishoitoperheen elämäntilanteessa, jossa perhehoidolla voidaan parhaiten tukea omaishoidon jatkumista.

Osavuorokautinen perhehoito perhehoitajan kotona tai ikäihmisen kodissa voi toimia vaihtoehtona niissä koti- tai omaishoidon tilanteissa, joissa ympärivuorokautisen perhehoidon järjestäminen ei ole tarpeellista tai tarkoituksenmukaista.

Pohjois-Savon alueella on sekä kiertäviä perhehoitajia että perhekoteja, joissa tarjotaan sekä päiväaikaista että vuorokausihoitoa jaksoissa. On myös perhehoitajia, jotka voivat ottaa asiakkaita omaan kotiinsa tai tulla asiakkaan kotiin, yhdessä parhaiten sovitulla tavalla. Hyvinvointialueellamme on alueellisia eroja perhehoidon tarjonnassa.

Perhehoito voi tarjota apua esimerkiksi seuraavanlaisiin tilanteisiin:

- Asiakkaan selviytyminen yksin omassa kodis-



saan on heikkoa: On turvattomuutta, joka ilmenee mm. toistuvana hätäilynä, pelkotiloina, turvahälytyksinä, puhelinsoittoina tai muina psyykkisinä oireiluina sekä esim. omaisten ja naapurien tuomana huolena. Asiakkaan oireilu voi johtaa runsaasiin päivystyskäynteihin ja toistuviin palvelutarpeenarvioihin, eikä tilanteeseen saada vaikuttavaa muutosta kotiin annettavien palveluiden turvin.

- Muistisairautta sairastava ikäihminen, jonka kotona asuminen on haasteellista esim. tulipaloriskin ym. muiden turvallisuuteen vaikuttavien asioiden vuoksi tai esim. kotihoiton käyntien kohtaamattomuuteen vaikuttavien asioiden vuoksi. Ei kuitenkaan tarvitse sairaalahoittoa tai ympärivuorokautista hoitoa, selviytyä autettuna ja ohjattuna silloin, kun saa olla muiden ihmisten avun ja läsnäolon ympäröimänä.



Perheliitto järjesti 3.3.2025 valtakunnallisen Avoimet perhekodit-päivän. Teemapäivänä kymmenet, pääasiassa ikäihmisten perhehoidon perhekodit Etelä-Suomesta Lappiin saakka avasivat ovensa kaikille kiinnostuneille. Tutustumispäivä järjestetään yhteistyössä Omaishoitajaliiton ja hyvinvointialueiden kanssa. Pohjois-Savon Muistiluotsi oli myös paikalla, kun perhehoitaja Satu Nevanperän perhehoitotoiminta Siilinjärven Jännevirralla avasi ovensa yleisölle.

Satun perhekoti tarjoaa lyhytaikaista perhehoitoa omaishoitajan lakisääteisen vapaan mahdollistamiseksi ikäihmisille sekä perhe- ja vammais- palveluiden asiakkaille. Asiakas voi olla lyhytaikai-



Satu Nevanperä

sessä hoidossa esimerkiksi 3 vuorokauden pituisia jaksoja, enintään 7 vrk/kk tai päivähoidossa kolmena päivänä kuukaudessa.

Perhehoidosta vastaa lähihoitaja Satu Nevanperä, jolla on kokemusta viidentoista vuoden ajalta ikäihmisten parissa työskentelystä niin sairaalassa kuin hoitokodeissa. Satu on toiminut perhehoitajana neljä vuotta. Perhehoidossa saa huolenpitoa, tukea, turvaa, osallisuutta, erilaisia aktiviteet-



teja, uusia ystäviä ja terveellistä kotitekoista ruokaa. Niin henkinen, kuin fyysinen toimintakyky kohenee usein perhehoidon jaksojen aikana.

Satun Perhekoti toimii tilavassa paritalossa, joka sijaitsee rauhallisella alueella Jännevirralla Siilinjärven ja Kuopion rajalla, vain noin 17 km päässä niin Kuopion kuin Siilinjärven keskustasta.

Koti on viihtyisä, esteetön, turvallinen ja huoneet tilavia. Jokaisella asiakkaalla on oma huone, joka mahdollistaa oman rauhan ja yksityisyyden. Leivinuuni lämmittää yhteisiä tiloja. Isolla parvekkeella on kiva juoda kesällä päiväkahvit tai muuten vain oleskella. Piha on iso ja viihtyisä viettää aikaa.

Satu kertoo: **”Elämä perhekodissamme on tavallista kodin arkea iloineen ja suruineen. Kodin askareisiin, esim. ruuanlaittoon, leivontaan, pöydän kattamiseen, pölyjen pyyhkimiseen ja puutarhatöihin saa asiakkaat halutesaan osallistua omien voimavarojensa mukaan.**

Ulkoilu on päivittäistä keliolosuhteet huomioiden, myös pienet luontoretket ovat mahdollisia asiakkaiden toimintakyvyn niin salliessa. Voimme yhdessä järjestää esim. laulu- ja pelituokioita, tuolijumppaa, askartelua ja pitää muisteluhetkiä. Mutta enimmäkseen meillä ollaan rennosti ja mukavasti nauttien yhdessäolosta ja juttutuokioista.

Perhekodissamme halutaan edesauttaa arvokasta vanhenemista jokaisen yksilölliset tarpeet, itsemääräämisoikeus ja tasavertaisuus huomioiden. Perhehoidossa tuetaan toimintakykyä sekä tarjotaan yhteenkuuluvuuden ja elämän merkityksellisyyden kokemuksia.”

Perhehoitoa kehitetään edelleen ja toivomme, että perhehoidon tunnettavuus alueellamme lisääntyisi ja siten myös kiinnostus perhehoitajaksi ryhtymiseen kasvaisi edelleen, jotta voidaan tarjota asiakkaille enemmän perhehoidon palveluita.

Teksti Laura Mielonen

Myös kuvat Satun perhekodista Lauran ottamia

Ole rohkeasti yhteydessä, jos tarvitset lisätietoa perhehoidosta tai perhehoitajaksi ryhtymisestä

Ikäihmisten perhehoidon projektikoordinaattori

Kaisa-Liisa Hyvärinen p. 044 740 1572

kaisa-liisa.hyvarinen@pshyvinvointialue.fi

Projektikoordinaattori toimii tehtävässään marraskuuhun 2025 saakka.

- **Perhehoidosta kiinnostuneet omaishoitoperheet voivat olla yhteydessä omaan asiakasohjaajaansa.**
- **Uuden asiakkaan palveluntarpeessa yhteys ikäkeskuksen neuvontaan:**

ikakeskus@pshyvinvointialue.fi

p. 017 273 4100

Lisätietoa:

perhehoitoliitto.fi





Pohjois-Savon Muistiluotsin **Retki Kuopion Vehmasmäen** **Eläinpuistoon torstaina 12.6.**

Hintaan sisältyy bussikuljetus, keittolounas ja pääsymaksu.

Hinta 28 €/hlö

Eläinten lisäksi puistosta löytyy myös vanhoja työkoneita Wanhojen traktoreiden näyttelyssä!

Sitova ilmoittautuminen, erityisruokavaliot ja lisätiedot pe 30.5. mennessä

- Muistiluotsin toimistoon puh. 017 263 3980 tai sähköpostitse toimisto@psmuisti.fi. Mukaan mahtuu n. 50 henkilöä.
- Maksu ensisijaisesti yhdistyksen tilille FI81 4600 2120008950 2.6. mennessä.

Bussireitti ja ohjelma:

- Siilinjärven linja-autoasema klo 9:30
- Kuopio, Maljalahdenkatu n. klo 9:50
- Eläinpuisto n. klo 10:15: vapaata tutustumista, lounas klo 11:30, paluukyyti lähtee n. klo 14:00



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjois-Savo



Haluaisitko kirjoittaa Muistikukko-lehteen?

Kirjoitatko runoja tai haluaisitko jakaa ajatuksiasi ja
kokemuksiasi kirjoittamalla Muistikukko-lehteen?

Myös palaute ja vinkit lehden sisältöön ovat tervetulleita!



Jos kiinnostuit, ota yhteyttä
sähköpostitse
[toimisto\(at\)psmuisti.fi](mailto:toimisto(at)psmuisti.fi)

Hyvää kesää kaikille!



**Pohjois-Savon Muistiluotsin
työntekijät lomailevat
30.6. - 27.7.2025.**

**Iisalmen ja Kuopion toimipisteet avoinna
taas 28.7. alkaen**



Tehtäviä



Minkä kukan nimi pystyriville muodostuu,
kun sijoitat kuvien kukat oikeille vaakariveille?

1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										



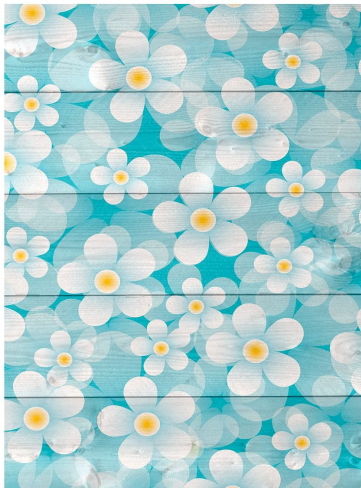
CC BY-SA 4.0 Kirsi Alastalo 2023 | Kuvat: Pixabay ja Kirsi Alastalo | RyhmäRenki.fi



KEVÄTSANA- SOKKELO

Mitä sanoja löydät?

Sanat voivat olla etuperin,
takaperin, vaakasuoraan,
pystysuoraan tai vinottain.



A	I	T	H	E	L	N	E	K	S	E	L
N	S	U	I	K	A	N	K	E	I	K	U
A	T	S	I	I	T	E	P	Ö	L	Y	V
R	U	U	R	U	U	M	U	E	M	L	Ä
S	T	K	E	R	L	E	R	M	U	V	Ä
I	T	O	N	U	V	I	O	A	I	Ä	T
S	A	O	K	K	A	S	H	H	T	Ä	R
S	A	R	O	P	R	A	R	N	I	D	E
I	L	K	R	E	L	E	Y	A	M	I	S
U	L	A	V	L	Ä	K	T	A	I	M	I
P	I	P	A	J	U	P	I	L	L	I	V



Tehtävien vastaukset

CC BY-SA 4.0 Kirsi Alastalo 2023 | Kuvat: Pixabay ja Kirsi Alastalo | RyhmäRenki.fi

Vastaus: SINIVUOKKO

1. R U I S K U K K A
2. H E L M I L I L J A
3. V U O R E N K I L P I
4. L U M I K E L L O
5. K A N E R V A
6. H A J U H E R N E
7. U K O N H A T T U
8. K I S S A N K E L L O
9. R E N T U K K A
10. P E L A R G O N I

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.

CC BY-NC-SA 4.0 Kirsi Alastalo 2019 | RyhmäRenki.fi | Kevätsanasokkelo TÄSO 3

A	I	T	H	E	L	N	E	K	S	E	L
N	S	U	I	K	A	N	K	E	I	K	U
A	T	S	I	I	T	E	P	Ö	L	Y	V
R	U	U	R	U	U	M	U	E	M	L	Ä
S	T	K	E	R	L	E	R	M	U	V	Ä
I	T	O	N	U	V	I	O	A	I	Ä	T
S	A	O	K	K	A	S	H	H	T	Ä	R
S	A	R	O	P	R	A	R	N	I	D	E
I	L	K	R	E	L	E	Y	A	M	I	S
U	L	A	V	L	Ä	K	T	A	I	M	I
P	I	P	A	J	U	P	I	L	L	I	V

RATKAISU

VAAKA PYSTY
leskenlehti hame
oras hiirenkorva
pajupilli istuttaa
sittepöly kiuru
simma krookus
taimi kylvää
valo narsissi
VINO puro
halla siemen
kyntää silmu
verso tulva
vihreä visertää

Pohjois-Savon Muistiluotsi

p. 017 2633 980 toimisto(at)psmuisti.fi psmuisti.fi

sähköpostit: etunimi.sukunimi(at)psmuisti.fi

Kuopio

Lapinlinnankatu 2
70100 KUOPIO

Eija Rytkönen

toiminnanjohtaja
p. 040 526 3481

Laura Mielonen

muistiluotsi
p. 044 779 0606

Jenni Ryhänen

toimistotyöntekijä
p. 017 2633 980

Iisalmi

Yhdistystalo Vakka
Pohjolankatu 4
74100 IISALMI

Paula Harju

(Minna Lappalainen
perhevapaalla)
muistiluotsi
p. 044 066 1238

Salla Säisä

muistiluotsi
P. 040 556 3586

Varkaus

Yhdistystalo Warikko
Ahlströminkatu 22
78250 VARKAUS



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjois-Savo

Löydät meidät
myös:



Pohjois-Savon Muisti ry



#pohjoissavonmuistiry

www.psmuisti.fi