Jos luet viestin mieluummin selaimella, klikkaa tästä

Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Keski-Suomi

Kuva: Sari Sutela

Lokakuussa ilmassa on kultaisia lehtiä!

Olemme saaneet tänä syksynä nauttia loistavan värikkäästä ruskasta täällä Keski-Suomenkin alueella. Nyt ovat viime päivien puuskat tosin puhaltaneet lehdet haravoinnista pitävien ulottuville. Hyötyliikuntaa on siis tarjolla!

Tämä pieni vihreä karhu ei ole ihan vielä kömpinyt talviunille, emmekä mekään! Ryhmätoiminnat ovat syyskaudella käynnissä ja verkossakin on vilkasta. Vielä ehdit ilmoittautua läheisten iltaan ja Vahvistavan vuorovaikutuksen valmennukseen, tai vaikkapa Muistiliiton Muistikonferenssiin.

Nyt päivien lyhetessä sisällä tulee vietettyä enemmän aikaa, ja ajatukset liikkuvat kuin itsestään rauhallisiin koti-iltoihin mukavassa sohvan nurkassa. Tähän uutiskirjeeseen onkin koottu jonkin verran asumiseen liittyviä asioita, ja heti marraskuun alussa on tulossa Muistiliiton Tänään kotona - maksuton webinaarisarja. Asumista kannattaa miettiä ja arvioida hyvissä ajoin etukäteen - on aina mukavampaa olla muutoksen tekijä kuin sen kohde. Kun on liikkeellä ajoissa, on tarjolla enemmän vaihtoehtoja. Muistiliiton sivuille on myös lähiaikoina tulossa ladattavaksi asumisen puheeksi ottamisen materiaali.

Mukavaa loppusyksyä sinulle!

Muistiyhdistyksen sivuille tästä

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen

Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Keski-Suomi

Muistiyhdistyksen toimiston aukioloajat:

Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

toimisto@ksmuisti.fi

p. 044 561 4927

avoinna ma-to klo 9-13

TOIMISTO SULJETTUNA:

5.-6.12.2022

Toimistolla voit hoitaa jäsenasioita ja hankkia myyntituotteitamme.

Lähetä postia toimistolle

Ohjausta ja neuvontaa muistiluotseilta sopimuksen mukaan. Ota yhteyttä!

Soita, tai laita meille sähköpostia, niin varataan sinulle aika puheluun, etätapaamiseen tai toimistolle. Liikumme maakunnassa ja teemme osittain etätöitä, joten sopimalla ajan vältät hukkareissut.

Sini Sanaslahti p. 044 761 4925

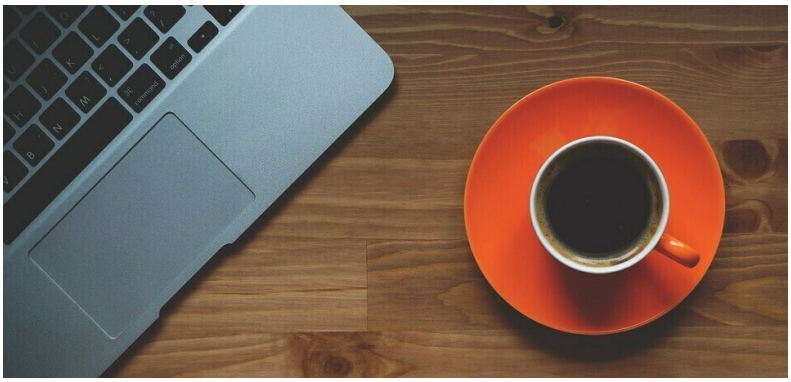
Marianna Ikonen p. 044 561 4926

Sari Sutela p. 040 847 4650

Lähetä postia muistiluotsille

VERTAISLINJA
tukea muistisairaiden läheisille, vastaajina kokeneet omaishoitajat
0800 9 6000
ma–la klo 17–20 • maksuton

MUISTINEUVO
asiantuntija neuvoo ja ohjaa
Muistiliitto
Minnesförbundet
09-8766 550
ma, ti ja to klo 12–17 (0,08 €/min. + pvm)
Minneslinjen betjänar på svenska
på tisdagar kl. 15–17 på samma telefonnummer.



Verkkoluentoja ja valmennuksia tulossa!

Läheisten ilta verkossa - teemana läheisen jaksaminen

Keskiviikkona 26.10. klo 16.30-18

Syksyn 2022 aikana järjestämme muistisairauteen sairastuneiden läheisille kohdennettuja teemallisia verkkoiltoja. Lokakuun teemana on läheisen jaksaminen. Tapaamiset toteutetaan Teams-alustalla, ilmoittautuneille lähetetään tarkemmat ohjeet ja osallistumislinkki ennen tapahtumaa. Verkkoillat ovat maksuttomia.

Ilmoittautumiset viimeistään ke 26.10. klo 15 mennessä: Sari, p. 040 847 4650 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi.

Avaa tulostettava mainos tästä (pdf)

Vahvistavan vuorovaikutuksen verkkovalmennus läheisille marraskuussa

ma 7.11 klo 16.30-18.30, to 10.11., ma 14.11. ja to 17.11. klo 16.30-18.00 (neljän kerran kokonaisuus)

Kommunikointi muistisairaan ihmisen kanssa muuttuu sairauden edetessä. Vuorovaikutus voi olla haastavaa, koska sairaus vaikuttaa ihmiseen monin eri tavoin. Järjestämme neliosaisen valmennuksen muistisairaiden henkilöiden läheisille. Valmennuksen tavoitteena on lisätä läheisten valmiutta muistisairaan ihmisen ymmärtämiseen ja tukemiseen vuorovaikutuksellisin keinoin vertaisseurassa.

Osallistumiseen tarvitset nettiyhteydellä varustetun tietokoneen, mikrofonin ja kuulokkeet tai tabletin. Tietokoneen kameran tai erillisen web-kameran käyttö on suositeltavaa, mutta ei pakollista.

Osallistujien määrä on rajoitettu, joten ilmoitathan, mikäli joudut perumaan osallistumisesi. **Lisätiedot ja ilmoittautumiset 3.11. mennessä**: Sini, p. 044 761 4925 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Avaa tulostettava mainos tästä (pdf)

Muistikonferenssi 2022

Muistiliiton järjestämä Muistikonferenssi järjestetään myös tänä vuonna webinaarina 9.11.2022. Mukaan pääset omalta koneeltasi, tervetuloa mukaan!

Muistikonferenssi 2022 järjestetään yksipäiväisenä webinaarina 9. marraskuuta. Teemana on Hyvää elämää muistiystävällisessä yhteiskunnassa.

Webinaarina toteutettava Muistikonferenssi tarjoaa ideoita, tukea ja uusia näkökulmia työskentelyyn sekä tietoa muistisairaiden ja läheisten kokemuksista, muistisairauksista sekä vahvistaa muistisairauksiin liittyviä positiivisia asenteita.

Vuonna 2022 luennoitsijoina on jälleen suuri joukko alan asiantuntijoita, tervetuloa mukaan kuulolle! Muistikonferenssi on maksullinen. **Viimeinen ilmoittautumispäivä on 24.10.2022**. Tietoa hinnoista ja linkki ilmoittautumiseen löytyy Muistiliiton sivuilta.

Muistikonferenssin verkkosivulle pääset tästä!

Tänään kotona -webinaarisarja muistisairaan asumisesta marraskuun alussa

Muistiliitto ja Suomen Muistiasiantuntijat järjestävät yhdessä webinaarit sekä sairastuneille ja läheisille, että ammattilaisille

Tiistain 1.11. klo 17–18.30 webinaari on kohdennettu muistisairauteen sairastuneille ja läheisille

Muistisairaan asuminen on esillä muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen suunnatussa webinaarissa tiistaina 1. marraskuuta klo 17–18.30. Tänään kotona 1- webinaarissa on aiheina esimerkiksi turvallisuus ja kodin muutostyöt.

– Muistisairaan asumiseen vaikuttaa moni eri tekijä, joista turvallisuus on yksi tärkeimmistä, sanoo Muistiliiton asiantuntija Outi Ronkainen.

– Olemme koonneet webinaariin tiiviin ja informatiivisen kokonaisuuden, joka tarjoaa konkreettista tietoa muistisairaiden asumisturvallisuuden ja kodin toimivuuden parantamiseksi.

Puheenvuorossaan järjestöjohtaja Hanne Mansala Varsinais-Suomen Muistiyhdistyksestä kertoo, miten kodin esteettömyys vaikuttaa kodin turvallisuuteen ja toimivuuteen. Vanhustyön keskusliiton asuntojen korjausneuvoja Nina Leino puolestaan kertoo, mitä korjausneuvonta käytännössä tarkoittaa ja millaista apua ikäihmiset voivat saada kodin muutostöihin.

Erikoistutkija Tarja Ojala Suomen Pelastusalan Keskusjärjestöstä avaa asumista kokonaisturvallisuuden kautta, ja kertoo, millaisia asioita on hyvä huomioida paloturvallisuuden näkökulmasta ja miten mahdollisiin sähkökatkoksiin voi varautua.

Webinaari on kaikille avoin ja ilmainen. Webinaari myös tallennetaan ja sen voi katsoa myöhemmin tekstitettynä Muistiliiton YouTube-kanavalta.

Webinaarin ajan asiantuntijat ovat paikalla vastaamassa kuulijoiden kysymyksiin chatissa.

Liity 1.11.2022 webinaariin tästä

Torstain 3.11. klo 14–15.30 webinaari on kohdennettu muistityön ammattilaisille

Webinaarisarja jatkuu torstaina 3.11. Tuolloin järjestettävä webinaari on suunnattu muistityön ammattilaisille, mutta kaikki aiheesta kiinnostuneet ovat tervetulleita linjoille.

Webinaarit järjestetään yhdessä Suomen Muistiasiantuntijoiden kanssa ympäristöministeriön tuella.

Liity 3.11.2022 webinaariin tästä

Työkalu muistisairaan asumisasioiden puheeksi ottamiseen ja suunnitteluun verkossa

Muistiliitto ja Hoitotyön tutkimussäätiö ovat kehittäneet työkaluja, jotka on tarkoitettu tukemaan muistisairautta sairastavan henkilön asumistilanteen oikea-aikaista puheeksi ottoa ja asumisen suunnittelua.

Lomake muistisairaan oman tahdon ilmaisuun on tarkoitettu muistisairautta sairastaville. Tällä lomakkeella muistisairautta sairastava voi itse kirjata ylös omia toiveitaan tulevaa asumistasi koskien.

Muistava-kuvakortit on tarkoitettu muistisairautta sairastavalle, hänen omaisilleen, läheisilleen ja ammattilaisille. Niiden avulla voidaan keskustella nykyisen asumismuodon toimivuudesta ja arjen sujumisesta sekä tulevan asumisen suunnitelmista.

Työkalu muistisairaan asumistilanteen arviointiin on tarkoitettu muistisairautta sairastavan omaisille, läheisille ja ammattilaisille. Työkalun avulla voidaan kartoittaa muistisairaan nykyistä asumistilannetta, sen puheeksi oton ja tarkemman arvioinnin tarvetta.

Muistava-työkaluihin pääset tutustumaan tästä

Vanhustyön keskusliiton maksuton korjausneuvonta

Ikääntyneen ihmisen kotona elämistä on mahdollista auttaa monenlaisilla muutostöillä – esimerkiksi leventämällä ovia, asentamalla luiskia ja ramppeja sekä asentamalla erilaisia kahvoja huoneisiin. Tällaiset muutostyöt lisäävät turvallisuutta kotona.

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta on asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämisen sekä avustusten hakemisessa auttamista yli 65-vuotiaille. Yleisimpiä ikääntyneiden asuntoihin tarvittavia korjauksia ovat pesutilojen muutokset sekä erilaiset esteettömyyttä parantavat muutostyöt. Rakenteiden ja järjestelmien huonokuntoisuus aiheuttaa myös yleistä peruskorjaustarvetta.

Korjausneuvonnasta löydät lisätietoa täältä

Korjausneuvonnan webinaari 11.11.2022 klo 13-14

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonnan päällikkö Jukka Laakso kertoo palvelusta

Webinaariin ilmoittaudutaan etukäteen, ja ilmoittautujille lähetetään linkki ennen tapahtumaa. Webinaari toteutetaan Teams-alustalla.

Ilmoittautumaan pääset täältä

Kevään tuettu loma omaishoitajalle ja hoidettavalle Peurungassa haettavissa!

Keski-Suomen Muistiluotsi järjestää yhteistyössä Maaseudun terveys- ja lomahuollon kanssa tuetun loman 19.- 24.3.2023 Peurungassa. Hakemus on jätettävä 19.12.2022 mennessä.

Tuetut lomat on tarkoitettu etenevää muistisairautta sairastaville henkilöille ja heidän läheisilleen yhdessä. Osallistuminen lomalle ei edellytä virallista omaishoitajuutta eikä

muistiyhdistyksen jäsenyyttä.

Lomien tavoitteena on saada vertaistukea ja voimavaroja sekä virkistyä. Muistisairautta sairastaville ja heidän läheisilleen järjestetään sekä yhteistä että erillistä ohjelmaa. Lomalla on Kylpylähotelli Peurungan henkilökunnan lisäksi mukana Keski-Suomen Muistiluotsin työntekijöitä päiväaikaan. Päävastuu turvallisuudesta ja hyvinvoinnista on kuitenkin ympäri vuorokauden lomalaisella itsellään/hänen läheisellään.

Loman omavastuuosuus on 25 €/hlö/vrk. Lomista ja niille hakemisesta saat lisätietoa muistiluotseilta ja toimistolta. Lisätietoa löytyy **Vertaislomista Mtlh:n sivuilta** tai lomaesitteestämme.

Tulostettavaan esitteeseen pääset tästä (pdf)

Kuva: Vanhustyön keskusliitto

Vanhustenpäivän valtakunnallisen pääjuhlan kooste katsottavissa

Vanhustenviikkoa vietettiin 2.-9.10.

Vanhustenpäivän valtakunnallisen pääjuhla ikääntyneille ihmisille ja heidän läheisilleen järjestettiin sunnuntaina 2.10.2022 Savonlinnassa teemalla Yhdessä luontoon - joka iän oikeus. Juhlapuhujana vanhusasiavaltuutettu Päivi Topo. Kooste juhlasta on katsottavissa alla olevan linkin kautta.

Juhlan koostetallenteeseen täältä

Syksyisiä sanapelejä

Tavupelissä tavuja yhdistellään niin, että niistä muodostuu syksyisiä sanoja. Tavupelin löydät **täältä**.

Syyssanat-pelissä kirjaimet ovat menneet sekaisin. Mitä syksyisiä sanoja syntyy, tavujen järjestystä vaihtaa? Peliin pääset **täältä**.

Kuva: Pixabay

Kuva: Pixabay

TULOSSA KEVÄÄLLÄ 2023

Perinteinen Ystävänpäiväkoulutus järjestetään 14.2.2023 Jyväskylän Yliopiston Agoran auditoriossa!

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry järjestää perinteisen Ystävänpäiväkoulutuksen 14.2.2023. Jyväskylän yliopiston Agoran auditoriossa. Koulutuksen teemana on "Muistiperheen elämänlaatu" ja se on suunnattu ammattilaisille ja opiskelijoille. Koulutuksen hinta on 75 € (+ laskustuslisä 5€), opiskelijoille 55€ (+ laskustuslisä 5€). Ilmoittautumiset 3.2.2023 mennessä. Koulutuksen ohjelma ja ilmoittautumislinkki päivittyvät sivuillemme myöhemmin.

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry
Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

Keski-Suomen Muistiluotsi asiantuntija- ja tukikeskus:
muistiluotsi@ksmuisti.fi
puh. 044 561 4926

www.ksmuisti.fi
www.muistiliitto.fi
Peruuta uutiskirje

Toimisto:
toimisto@ksmuisti.fi
puh. 044 561 4927

Powered by Postiviidakko™