

# Muistiystävällinen elinympäristö – ystävällinen kaikille

Päivi Topo, johtaja, dos. (VTT)

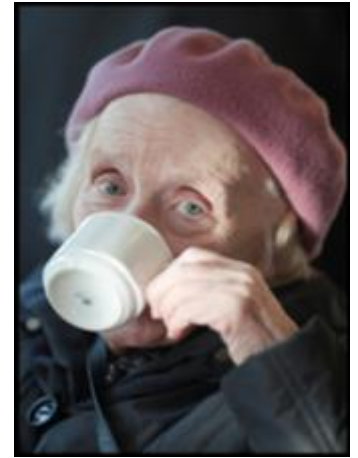


Ikäinstituutti

*”Niin kuin ihmistä pitää riisua täältä lähtiessä, niin tää muistisairaus riisuu niin totaalisesti. Tulee, tuntee todellaki että ittensä pienentää, et ei oo minussa itessäni ei tietoa, ei taitoa, ei jaksamista, ei osaamista, vaan kaikki täytyy saada toisilta lahjana ja palveluna. Ei millään voi sanoa, että kyllä minäkin tästä nyt jotain tiedän.”*

Esityksen sitaatit **Elisa Virkolan** tutkimuksesta Toimijuutta, refleksiivisyyttä ja neuvotteluja – muistisairaus yksinasuvan naisen arjessa. JyU2014

# Mitä muistiystävällisyys on?



- Muistiystävällisen ympäristön voivat määritellä vain muistisairauteen sairastuneet itse (Alzheimer's Disease International)

*"Mä selvästi huomaan, että mä oon tullu hitaammaksi."*

*"Minkä takia mun pitäis sitten luopua kaikesta?"*

*"Ei oo enää rohkeutta lähteä kävelemään."*

*"Kuule, mä oon tullu niin araks. Mä en muista enää kaikkia katuja"*

# Tarve kuulla kokemuksia kasvanut

- Muistiongelmaisten henkilöiden määrä kasvaa
- Ikä- ja muistiystävällisyyden vaade asuinalueiden ja yhdyskuntien suunnittelussa: WHO, EU, kotona asuminen
- Osallisuuden korostaminen lainsäädännössä
- Edelleen puute käytännön keinoista, joilla edistää ympäristön ikä- ja muistiystävällisyyttä sekä osallistaa ikäihmisiä, joilla on kognitiivisen toimintakyvyn ongelmia.

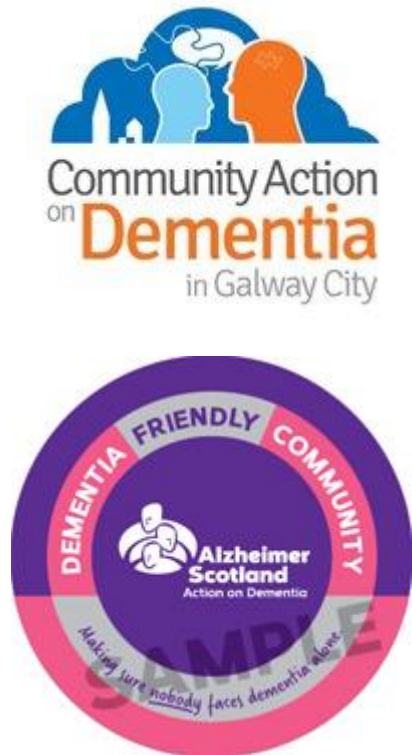
# Fyysinen ja psykososiaalinen ympäristö kietoutuvat tiukasti yhteen

*”Mulla on nää piirit sillä lailla säännölliset missä mä kierrän. Että sit jos pitäis johonkin erilaisempaan paikkaan mennä... niin olis ihanaa jos olis joku jonka kanssa lähtis. Että ne niin kuin vähenee sillä lailla...”*

*”...Esimerkiks mä en niinkun uskalla mihinkään kauppaan ostoksille jotain isompia ku siellä on myyjiä niin harvassa ja yks tulee ja se tuo sitä ja tätä ja mä en osaa päättää. Nää on aivan kerta kaikkiaan kaoottisia”*

# Muistiystävälliset kunnat/alueet/yhteistö/kansakunnat

[http://www.alzscot.org/dementia\\_friendly\\_communities](http://www.alzscot.org/dementia_friendly_communities)

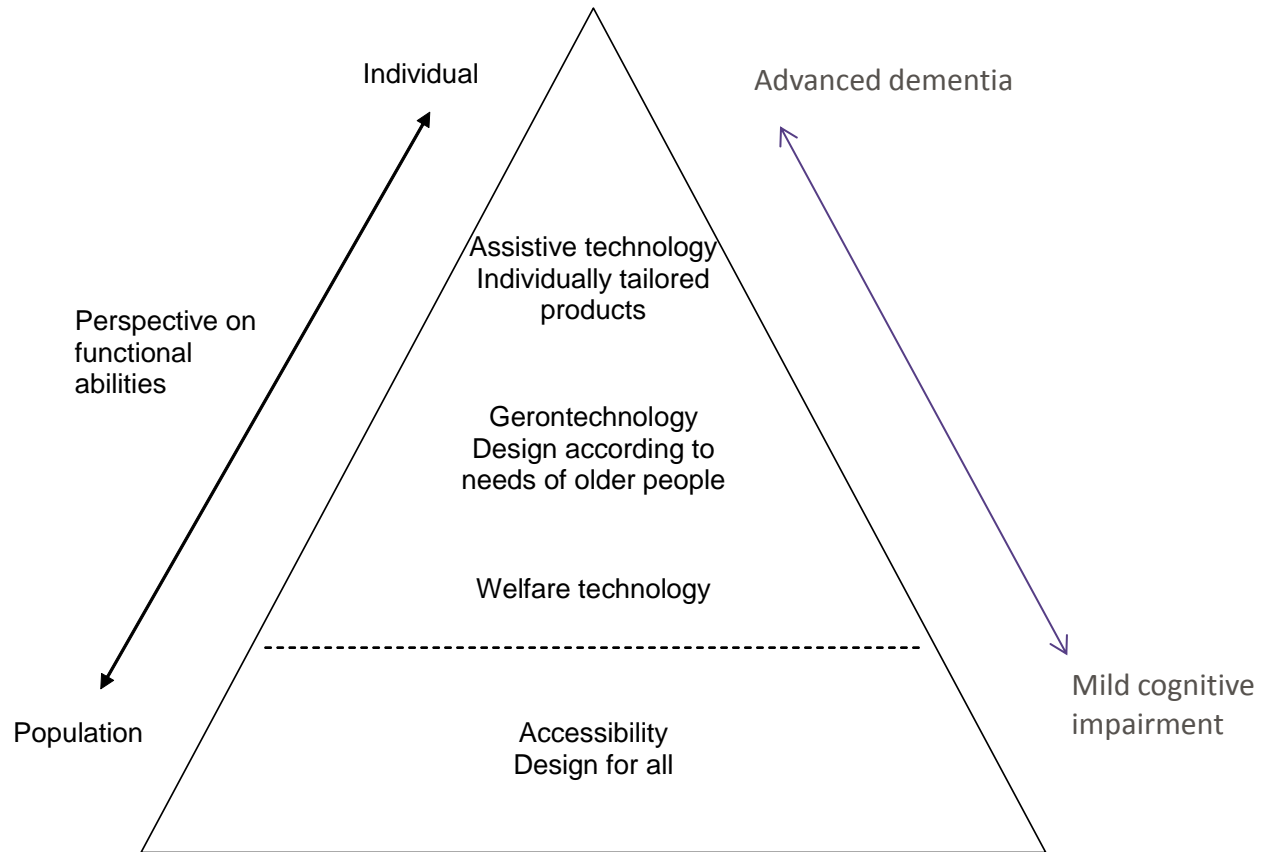


# Saavutettavuus ja esteettömyys

- Muistisairauden ohella usein liikkumisen tai aistitoimintojen heikkenemistä
- Fyysinen esteettömyys sallii hitauden, askeleen madaltumisen, apuvälineiden käytön, tukee heikentyneiden aistien käyttöä (esim. kontrastit)
- Hyödynnetään moniaistisuutta
- Lähipalvelut keskeisiä
- Vammaisten ja ikääntyneiden palveluiden saavutettavuus myös kognitioltaan heikentyneille

*”Esterillä oli kuljetuspalveluun oikeuttava kortti, mutta hän ei osannut käyttää sitä”*

# Esteettömyys ja saavutettavuus on hyvinvointiteknologian onnistuneen soveltamisen perusta



8.12.2016

13.12.2016

# Suvaitsevaisuus ja yhdenvertaisuus

- *”Marjatta on hidastunut, huomaan sen kaupan kassalla...”*
- *”Mä pelkään tota liikennettä. Toi liikenne, liikenteessä on sitten hurjaa tapahtuu tässäkin”*
- *”Niinku kukas sano, et mitä sä sillä teet. Miksei mul oo, ihan niinku mulle ois sanottu, että mä olen kakkosluokan kansalainen. Ei mulla kuulukaan olla kännykkää...”*
- *”Minä oon sanonut pojallekin, et älä vaan viitti kenellekään kertoo..”*
- *”Huomasin, että minun oli paikoin vaikea puhua Alzheimerin taudista, sillä jo sairauden nimi lausuttuna tuntui stigmatisoivalta.”*

# Muistiystävällinen ympäristö vähentää muistisairauden kielteistä leimaa

- Tietoisuus muistisairauksista
- Puhuminen muistisairauksista
- Erilaisuuden sietäminen
- ”Dementia friendly generations”, koulujen kanssa yhteistyötä

Seurakunnat, yritykset, pankit, palo- ja pelastuslaitos, poliisi, taksit, kuorot, julkinen liikenne, museot ja muut kulttuurilaitokset, media, kirjallisuus eri puolilla maailmaa rakentaneet ”dementia friendly communities”(ADI New domains and examples. [www.adi.com](http://www.adi.com))

# Muistiystävällisen ympäristön piirteet

- Viihtyisyys – normaalius
- Helppo suunnistaa, houkuttelee käyttämään kykyjä
- Esteetön ja turvallinen sisä- ja ulkoympäristö ml. viherympäristöt
- Tarvittavan tiedon saaminen helppoa
- Levähdykseen ja hitauteen mahdollisuus, käveltävyys
- Suvaitsevainen, kiinnostunut muistisairaiden ihmisten kokemusten kuulemisesta ja hyödyntämisestä
- Julkisen liikenteen ja totuttujen, tavanomaisten palveluiden saavutettavuus

# Livability ”Elettävyyys” ”Asuttavuus”

- Describes a community’s quality of life for all individuals, including built and natural environments, economic prosperity, social stability and equity, educational opportunity and cultural, entertainment and **recreation** possibilities.
- Livable communities generally have **walkable** neighborhoods, public transportation options, **affordable** housing, **safe** streets, **easy access** to shopping, **green** spaces and indoor and outdoor places for people to gather and stay connected.

[www.aarp.org/agefriendly](http://www.aarp.org/agefriendly)

# Muistiystävällisellä ympäristöllä/yhteisöllä paljon yhteistä ikäystävällisyyden kanssa

- Age Friendly Cities WHO:n verkosto
- Kriteerilista, jossa mm. ympäristö, julkiset rakennukset, liikenne, asuminen, osallisuus, tiedonvälitys, palvelut, osallistumismahdollisuudet, työelämä
- Fried, Rajaniemi, Topo: Ikäystävällinen asuinalue – WHO:n ikäystävällisyyden teemat kuntatasolla, Ympäristöministeriön raportteja 5/2015 (Toim. Hynynen R)

*-Joo sen minä vaan sanon sinulle kuule, että älä ikinä mene makaamaan sairaaloihin.*

*-Yritän välttää viimeiseen asti.*

*-Ihan varmasti kannattaa, sen takia tuota kuule kyllä se vie, se vie ihan kaikille lähdöksi (tiskaa samalla lautastani) että kotona makaa sen kun tarvitsee. Sitä kuitenkin kotioloissa aina nousee ylös ja tekee sen, mitä tarvitsee tehdä. Tai mikä on välttämätöntä.*

(Virkola 2014)





*Tekoja hyvän ikääntymisen puolesta.*

Päivi Topo

paivi.topo@ikainstituutti.fi

[ikainstituutti.fi](http://ikainstituutti.fi)



facebook.com/ikainstituutti



twitter.com/kainstituutti



Ikäinstituutti

