

Helsingin Muistiyhdistyksen päivätoiminta - tukea ja yhteisöllisyyttä muistisairauteen sairastuneille henkilöille

Päivätoiminnasta tukea muistisairauteen sairastuneen ihmisen kotona asumiselle

Helsingin Muistiyhdistys järjestää päivätoimintaa muistikuntoutujille yli 35 vuoden kokemuksella. Toimintamme perustuu yksilölliseen lähestymistapaan, jossa jokaisen tarpeet ja kiinnostuksen kohteet otetaan huomioon. Päivätoiminta on ennaltaehkäisevää ja kuntoutumista tukevaa toimintaa, jolla edistetään kotona asuvien muistisairaiden ihmisten fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä sekä sosiaalisia suhteita. Päivätoiminta tarjoaa paikan, jossa jokainen voi tuntea itsensä arvostetuksi ja hyväksytyksi. Erään päivätoiminnan asiakkaamme läheinen tiivistä asian näin:

”Erittäin tärkeää on minulle, että läheiseni hyväksytään sellaisena kuin on ja hänen itsetuntonsa vahvistuu onnistumisen kokemusten myötä...”

Päivätoimintamme on avoinna jokaisena arkipäivänä klo 9–15. Helsingin Muistiyhdistyksessä on omat ryhmät työikäisille ja eläkeikäisille muistisairaille ihmisille. Asiakkaamme käyvät päivätoiminnassa elämäntilanteistaan riippuen 1–5 kertaa viikossa.

Monipuolista toimintaa hyvinvoinnin edistämiseksi

Tarjoamme monipuolista ohjelmaa, johon kuuluu muun muassa muistiharjoituksia, keskusteluryhmiä, kädentaitoja, musiikkituokioita ja liikuntaa. Teemme välillä myös retkiä ja vierailuja, jotka tuovat vaihtelua arkeen. Ryhmämuotoinen toiminta mahdollistaa muistisairaille ihmisille sosiaalista vuorovaikutusta vertaisten kanssa.

Toimitilamme sijaitsevat Ruskeasuolla ihanan Keskuspuiston läheisyydessä osoitteessa Tenholantie 10B. Hyödynnämme omien toimitilojemme lisäksi rakennuksen muita tiloja, kuten kuntosalia ja liikuntasaleja.



Haemme jatkuvasti uusia yhteistyökumppaneita, jotta voimme järjestää mielekästä ja monipuolista toimintaa asiakkaillemme. Pienenä toimijana olemme ketteriä kehittämään toimintaamme nopeastikin, jotta voisimme vastata asiakkaidemme tarpeisiin ja toiveisiin yhä paremmin.

Ammattitaitoista henkilökuntaa ja arvoikkaita vapaaehtoisia

Päivätoiminnan moniammatillisella henkilökunnalla on lämmin, välittävä ja arvostava työote.

”Päivätoiminnan ryhmän vetäjät ovat iloisia, hyväntuulisia, auttavaisia”

Lisäksi meillä on arvokas joukko vapaaehtoisia, jotka tuovat mukanaan oman panoksensa päivätoimintaamme. Päivätoiminnassa vapaaehtoiset voivat omien mielenkiinnonkohteidensa ja osaamisensa perusteella avustaa ryhmätoiminnan ohjaamisessa, ulkoilussa, musiikkituokioissa, liikunnallisissa aktiviteeteissa tai keittiössä.

Päivätoiminnan ohjaajat esittäytyvät

Jiris:

Olen aloittanut Helsingin Muistiyhdistyksen päivätoiminnassa vastaavana ohjaajana tammikuun 2024 alussa. Olen valmistunut toimintaterapeutiksi vuonna 2013 ja lisäksi olen suorittanut kuntoutuksen ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon noin viisi vuotta sitten. Olen työskennellyt koko työurani ikääntyneiden asiakkaiden parissa toimintaterapeutina Espoon sairaalassa ja apuvälineyksikössä sekä projektitehtävissä suunnittelemassa omaishoitajille suunnattuja koulutuksia. Vapaa-ajallani vietän aikaa perheeni ja läheisteni kanssa sekä liikun mielelläni ulkona.



Muistikoira Viima

Ere:

Olen aloittanut työskentelyn Helsingin muistiyhdistyksellä tammikuussa 2019. Koulutukseltani olen muistihoitaja (vanhustyön erikoisammattitutkinto muistisairaat). Pidän musiikista maalaamisesta ja kuntosalilla käymisestä sekä liikunnasta monipuolisesti, ja ne näkyvät myös työni-ku- vassani ja ryhmissä joita ohjaan.

Juhani:

Olen aloittanut Helsingin Muistiyhdistyksellä ohjaajana 2024 tammikuussa. Olen valmistunut lähihoitajaksi vuonna 2015. Olen työskennellyt niin lasten, kuin ikäihmistenkin parissa. Palvelutaloissa järjestin hoidon ohella ohjattua toimintaa, esimerkiksi yhteislaulutilaisuuksia. Vapaa-ajallani harrastan juoksua, pyöräilyä ja ulkoilen paljon myös lapseni kanssa leikkipuistoissa.

Marjatta:

Aloitin Helsingin muistiyhdistyksessä lokakuussa 2022. Olen aikaisemmin työskennellyt Espoon kaupungin koti- hoidossa sekä yksityisissä päiväkodeissa. Olen tehnyt myös keikkatyötä päihde- ja mielenterveysasiakkaiden asumisyksikössä. Ammatiltani olen lähihoitaja. Vaih- doin aikuisiällä ammattia koronavuosina. Aikaisemmin työskentelin myynnin- ja markkinoinnin parissa sekä tekstiiliteollisuuden eri työtehtävissä.

Päivätoiminnassa ohjaan mielelläni erilaisia taidepro- jekteja, käsitöitä, askartelua, maalaus- ja piirustushetkiä sekä leivontatuokioita. Pidän myös musiikista ja laulamis- esta. Vapaa-aikana käyn kuntosalilla, uimassa, konserteis- sa ja tanssimassa sekä hoidan kahta kissaani.

Kuvassa: ylhäällä Juhani, Marjatta ja Ere alhaalla Saara, Veera ja Jiris. Pihla puuttuu kuvasta.



Piila:

Valmistuin geronomiksi Lapin Ammattikorkeakoulusta 2018 ja työskentelin valmistumisen jälkeen henkilökohtaisena avustajana, kotihoidossa ja palvelukohteissa yksityisellä sektorilla. Elämä toi takaisin etelään pari vuotta sitten ja päädyin muutaman mutkan kautta päivätoiminnan ohjaajaksi Helsingin Muistiyhdistykselle. Konsepti oli minulle tuttu, sillä olin opiskeluaikoinani ollut työharjoittelussa Oulun Seudun Muistiyhdistyksellä. Erilaiset muistisairaudet ovat aina kiinnostaneet minua. Parasta työssäni on monipuolinen aivotreeni ja yhteiset keskustelut asiakkaiden kanssa. Vapaa-aikani vietän mieluiten ryhmäliikuntatunneilla, keikoilla ja reissailien ympäri Suomea.

Saara:

Olen aloittanut työni Helsingin Muistiyhdistyksessä jo v.2001. Toimin vuoteen 2020 keittiön vastaavana. Olen käynyt yo-pohjaisen kokkikoulun, vuoromestarikoulutuksen ja muutama vuosi sitten Perhon esimieskoulutuksen. Oman keittiötoiminnan loputtua siirryin lähihoitaja oppisopimuskoulutukseen päivätoimintaan. Valmistuin joulukuussa v. 2023 lähihoitajaksi ja olen nyt ohjaajana täällä päivätoiminnassa. Päivätoiminnassa ohjaan mielelläni liikuntaryhmiä. Vapaa-aikani kuluu pääosin siirtolapuutarhassa kesäisin ja talvella käyn kuntosalilla ja ulkoilen.

Veera:

Aloitin Helsingin Muistiyhdistyksessä päivätoiminnan ohjaajana lokakuussa 2023. Koulutuksiltani olen sosionomi (valmistuin vuonna 2011) ja viittomakielen ohjaaja (valmistuin 2007). Koko työurani olen työskennellyt ihmisten parissa ohjaajana päivätoiminnoissa, ihmisten kodeissa ja asumisyksiköissä. Pidän ihmisten kohtaamisesta. Musiikki on lähellä sydäntäni ja laulan paljon. Musiikkia käytän mielelläni myös päivätoimintaa ohjatessani. Vapaa-ajallani pidän villasukkien neulomisesta kahvikupposen ääressä.

Muistiköira Viima:

Olen 3-vuotias koiratyttö ja olen kotoisin Hetasta, suomineidon kainalosta. Vanhempani tekevät töitä porojen kanssa, kun taas itse paimennan ja huolehdin kaksijalkaisista kanssaihmisistä. Päivätoiminnassa seurustelen asiakkaiden ja henkilökunnan kanssa ja osan porukasta olen saanut koulutettua antamaan itselleni herkkuja. Rakastan ulkoilua, nuuskimista ja kuoppien kaivamista. Joskus harrastan myös agilityä.

Asiakkeiden ja läheisten palautteita

Vuoden 2023 lopussa tehdyn asiakaspalautekyselyn perusteella asiakkaillemme seura, musiikki, ulkoilu, keskustelu ja liikunta olivat viisi eniten iloa tuottavaa ja tärkeää

asiaa päivätoiminnassa. Päivätoiminnassa käyminen tuo asiakkaillemme iloa ja vaihtelua arkeen. Muiden samankaltaisessa tilanteessa olevien kohtaaminen koetaan myös tärkeäksi.

”Tavata muita muistisairauksiin sairastuneita ja tuntea itseni tasavertaiseksi.”

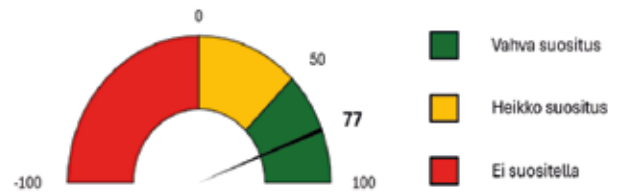
”Ei tarte peitellä muistisairautta. Iloa elämään”

Muistisairaiden ihmisten läheisten näkökulmasta päivätoiminnassa tärkeimpinä asioina korostuivat seura ja vertaistuki, virikkeellisyys ja aivojen aktivoiminen, läheisen oma aika päivätoiminnan aikana sekä päivätoiminnan turvallisuus ja huolenpito muistisairaasta läheisestä.

”Arjen sujumisen kannalta olennaisen tärkeä paikka. Ammattitaitoinen tiimi takaa sen, että omaisillakin on rauhallinen mieli.”

”Näkee sen, että päivätoiminnan ansiosta muistisairas on paljon virkeämpi. Itse saa vapaampaa aikaa samalla. Muistiyhdistyksen toiminta on myös turvallista ja laadukasta.”

Kuinka todennäköisesti suosittelisitte päivätoimintaa muille?



Asiakaspalautekyselyn perusteella asiakkaamme ja heidän läheisensä suosittelisivat päivätoimintaamme varsin mielellään.

Päivätoimintaan hakentuminen

Voit hakea Helsingin Muistiyhdistyksen päivätoimintaan asiakkaaksi Helsingin kaupungin Seniori-infon kautta. Kaupunki voi tehdä päivätoimintapäätöksen tai myöntää palvelusetelin toimintaan osallistumiseksi. Päivätoimintapäivään sisältyy toiminnan lisäksi aamiainen, lounas, iltapäiväkahvi ja edestakaiset ryhmäkuljetukset. Voit osallistua päivätoimintaan myös omakustanteisesti.

Jos sinä tai läheisesi kiinnostuitte päivätoiminnasta, voitte olla yhteydessä päivätoiminnan vastaavaan ohjaajaan tutustumiskäynnin sopimiseksi!

Päivätoiminnan vastaava ohjaaja
liris Pilke
p. 040 902 2253