

Osallistava vapaaehtoistyö Jututtaja-menetelmällä

Siiri Jaakson

Toiminnanjohtaja, Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry, MUKES

SVK Liitto ry 15.2.2025



Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry, MUKES

- ❖ Perustettu 2020
- ❖ Ainoa Suomessa
- ❖ Sensitiivisen muistityön edelläkävijä
- ❖ Yhteistyö
- ❖ Kehittäminen
- ❖ Eri kieli- ja kulttuurivähemmistöjen tukeminen ja auttaminen
- ❖ Tiedon jakaminen ja kouluttaminen

Suomen moninainen väestörakenne

- ❖ Vieraskielisiä Suomessa on yhteensä lähes 500 000 hlö
- ❖ Vuoden 2023 lopussa oli 65-75-vuotiaita vieraskielisiä yhteensä 23 586, 75-85-vuotiaita 7847 ja yli 85-vuotiaita 2530
- ❖ Vieraskielisten yleisimmät äidinkielet ovat venäjä, somali, viro ja arabia.
- ❖ Joka vuosi noin 4500 vieraskielistä täyttää 55 vuotta
- ❖ Suomen nykyiset väestörakenteet ovat maahanmuuton näkökulmasta katsottuna erilaisia, verrattuna esim Pohjoismaihin Saukkonen 2023

Muistisairauksien yleisyys

- ❖ Vuonna 2021 noin 151 000 suomalaisella oli diagnosoitu muistisairaus
- ❖ Vuonna 2040 muistisairauksia sairastavia arvioidaan olevaan jo 247 000 hlö.
- ❖ Tutkimuksien mukaan 65-75-vuotiaista on 4 prosentilla muistisairaus, 75-85-vuotiaista kymmenesosalla ja yli 85-vuotiaista kolmasosalla
- ❖ Muistisairaus on eri kieli- ja kulttuurivähemmistöjen keskuudessaan yhtä yleinen kuin kantaväestöllä.
- ❖ Näiden tietojen perusteella Suomessa on tällä hetkellä laskennallisesti 2489 muistisairasta vieraskielistä, ja määrä tulee kasvamaan lähitulevaisuudessa väestön ikääntymisen myötä!
- ❖ Hyvinvointialueiden välillä huomattavia eroja muistisairauksien määrässä.
- ❖ Enemmän muistisairaita on alueilla, joilla väestö on vanhempaa, mutta ei ainoastaan. Lukuihin voivat vaikuttaa:
 - ❖ väestön tietoisuus muistisairauksista,
 - ❖ alueelliset resurssit ja hoitokäytännöt,
 - ❖ muistisairauksien riskitekijöiden yleisyys alueella.

Puristatko
hammastahnatuubia vai
rullaatko sen? Mikä on
toimintatapasi etu?

#mukes #jututtaja



Kulttuurinen
Moninaisuus
-Muistikeskus ry

MUKES.fi



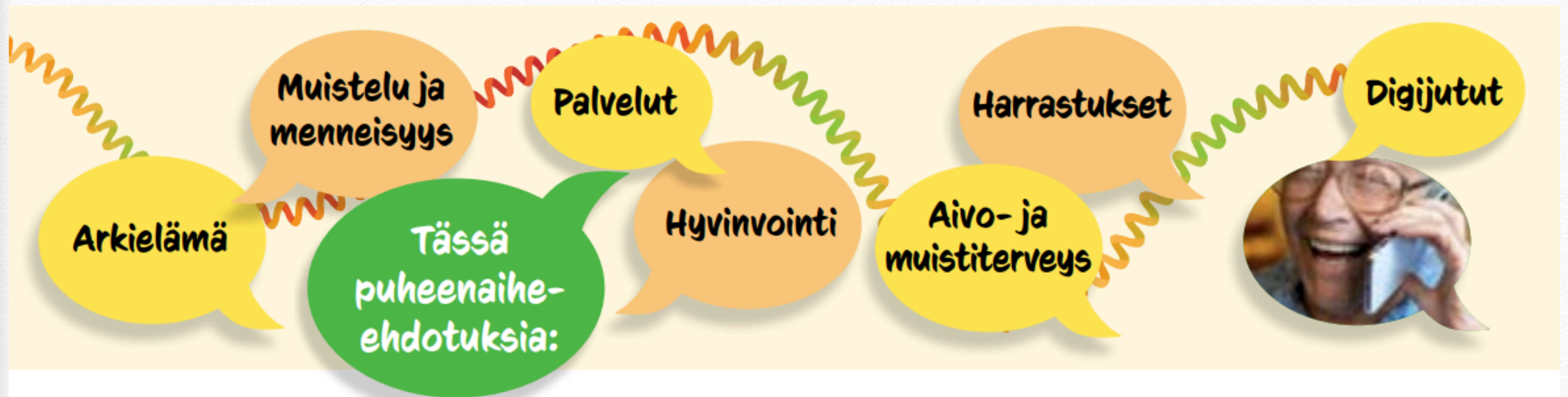
15.2.2025

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry • info@mukes.fi •
www.mukes.fi

Jututtaja hanke 2023-2025

Menetelmä kieli- ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvien ikääntyvien aseman edistämiseksi Suomessa

- ❖ Muisti- ja aivoterveysten edistäminen
- ❖ Yksinäisyyden vähentäminen
- ❖ Osallisuuden kehittäminen



Miksi tarvitaan Jututtaja menetelmä



Eri kieli- ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvat ikääntyneet kohtaavat edelleen esteitä muistitilapalveluihin pääsyssä Suomessa. On tärkeää lisätä tietoisuutta aivoerveydestä, muistihäiriöistä ja muistisairauksista, sekä edistää sosiaalista osallisuutta.

Vähemmistöihin kuuluvat ikääntyneet muodostavat monimuotoisen ryhmän, ja osallisuuden tukemisen välineet eivät aina toimi kaikkien kieli- ja kulttuuriryhmien välillä.

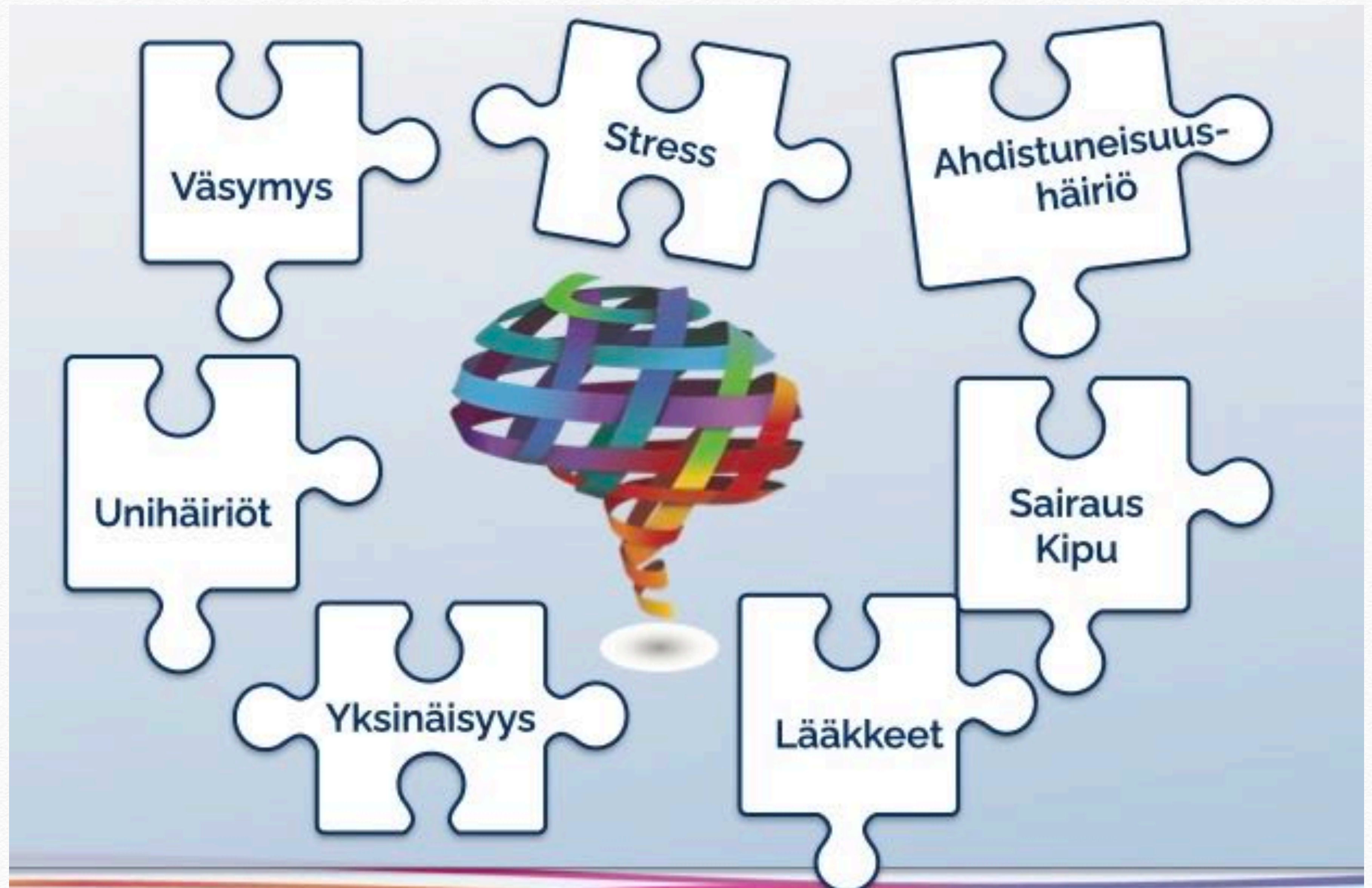
Tieto vähemmistöihin kuuluvien ikääntyneiden tarpeista on rajallista, ja meidän on opittava lisää, jotta voimme ymmärtää heitä paremmin.

Eri kieli- ja kulttuurivähemmistöön kuuluvat ikääntyvät jäävät usein palveluiden ulkopuolelle

- ❖ Muistihäiriöistä kärsivät, eri vähemmistöryhmiin kuuluvat ikääntyvät eivät todennäköisesti hakeudu lääkärin hoitoon oireiden ilmestyessä
 - ❖ Erilaiset näkökulmat avun hakemiseen
 - ❖ Erilaisia käsityksiä muistisairaudesta
- ❖ Hoidon erilaiset kulttuuriset näkökohdat (perheen rooli ja häpeä)
- ❖ Väärät diagnoosit (yli- ja alidiagnosointi)
 - ❖ Sopivien diagnostisten työkalujen puute
 - ❖ Eri vähemmistöryhmät, kenellä on diagnosoitu muistisairaus, käyttävät vähemmän käytettävissä olevia hoito-, ja tukipalveluja
- ❖ Terveyslukutaito
- ❖ Rakenteelliset epäonnistumiset ja syrjintä



Muistin
toimintaan
vaikuttaa



Mikä on Jututtaja -menetelmä?

Merkityksellinen ja säännöllinen keskustelu

- ❖ Vapaaehtoisten valmennus
- ❖ Luottamuksen kehittäminen
- ❖ Kuulumisen tunteen luominen
- ❖ Arvokkaat ihmissuhteet ja niiden rakentaminen
 - ❖ Kokemusten jakaminen
 - ❖ Tasapainoinen vuorovaikutus
 - ❖ Vastavuoroinen oppiminen



T. Tambaum, 2023

Inklusiivisuuden kehittäminen Mukula ruokapiirin kautta

- ❖ Inklusiivinen - yhdenvertaista ja syrjimätöntä sekä kaikkia osallistavaa ja mukaan ottavaa toimintatapaa.

Merkityksellisen keskustelun vaikutukset yksinäisyyteen

➤ Tukee elämän tarkoituksen tunnetta

➤ Luo yhteyksiä menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden välille

➤ Parantaa yleistä hyvinvointia

T. Tambaum, 2023

Menneisyys

- 1 Milloin hankit ensimmäisen sohvan ja miksi valitsit juuri sen?
- 2 Mitä muistoja liittyy sohvaan?
- 3 Kuvaile sohvan ensimmäistä päivää kotona. Millaisia tunteita se herätti?
- 4 Onko sohva ollut osallisena jossain erityisessä tapahtumassa?

Nykyisyys

- 1 Minkälainen sohva sinulla on nyt?
- 2 Millaisia muutoksia olet tehnyt sohvaan nykyään? Esimerkiksi sisustuksen tai tyynyjen suhteen.
- 3 Mikä on suosikkiasentosi sohvalla?
- 4 Montako sohva Sinulla on ollut elämässäsi?

Sohva



Tulevaisuus

- 1 Millaisia suunnitelmia sinulla on sohvan suhteen tulevaisuudessa?
- 2 Millaisia tunteita sinulla on, kun ajattelet sohva tulevaisuudessa?
- 3 Miten uskot sohvasi ulkonäön tai käytön muuttuvan teknologian kehittymisen myötä tulevaisuudessa?
- 4 Miten kuvittelet sohvan vaikuttavan ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin tulevaisuudessa? Millaisia terveyteen liittyviä teknologioita tai toimintoja se voisi sisältää?

Muistisairaalle

- 1 Aseta sohvan lähelle kuvia perheestä ja ystäväistä. Pyydä iäkstä kertomaan, keitä he ovat ja millaisia muistoja niihin liittyy.
- 2 Käytä valokuvia sohvaan eri aikakausilta ja pyydä iäkstä järjestämään ne kronologiseen järjestykseen.
- 3 Pyydä iäkstä niemeämään eri esineitä, jotka liittyvät sohvaan (em. tyynyt, peitto, jalkarahi).
- 4 Kysy häneltä millainen tunnelma tai fiilis sohvalla istuminen tuo mieleen?

MUKES Mukula Ruokapiiri



Kuvat: Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry

15.2.2025

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry • info@mukes.fi • www.mukes.fi

MUKES Pop-Up-jäsen

Yksi euro - Yksi teko

Joustava tapa osallistua MUKESin toimintaan yhden euron sijoituksella.

Valitse haluamasi vapaaehtoistehtävä, saa kaikki jäsenedut käyttöösi.

[Klikkaa ja lue lisää!](#)

Kulttuurinen
Moninaisuus
-Muistikeskus ry

MUKES.fi



Sijoita euro,
liity Pop-Up-jäseneksi,
hyödynnä jäsenedut!

Skannaa
QR-koodi



www.mukes.fi

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry • info@mukes.fi •

www.mukes.fi

"50 Shades of Memory Work"

Maksuton Webinaari julkaistu ((●))

Löydä tapoja parantaa vieraskielisten ikääntyneiden hyvinvointia ja luoda syviä, merkityksellisiä yhteyksiä sukupolvien välillä.

Älä jätä väliin vinkkejä, joilla voit tehdä pitkäkestoisen vaikutuksen!

Katso maksuton tallenne nyt: [klikkaa tästä](#)



Webinaarin järjestää Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry - mukes.fi

Kulttuurinen
Moninaisuus
-Muistikeskus ry



MUKES uutiset 1/2023
 Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus MUKES laati kannanoton. Lue lisää s. 7

MUKES uutiset 2/2023
 Muistiliiton Sven Claes: **Muistiopas-hanke** vahvistaa yhteisön sisäisiä valmiuksia ottaa muistisairaudet puheeksi. Klikkaa sivulle 20

MUKES uutiset 2/2024
 Jututtaja Mazen Al Jbaie: **Pienet teot voivat tehdä merkittävän eron sekä tekijälle että avunsaajalle.** Klikkaa sivulle 12

MUKES uutiset 1/2024

MUKESin kansainvälinen webinaari oli menestys!
 Lue lisää s. 6

Muistiammattilaisen tietopaketti

Monikulttuurisen vanhustyön yhteenliittymän jäsenet ovat perustaneet MOI-verkoston s. 18

Folkhälsan on julkaissut Aivoterveyttä Edistämään! -oppaan ruotsiksi s. 24

Uusi julkaisu muistiammattilaisen tietopakettiin

Vieraita vai omia- tutkimus ulkomaalaistaustaisista asiakkaista julkisessa liikuntapalveluissa s. 16

Ihmisen ikääntyminen kulttuurisesti

Tutkimushanke – sovittujen termien puute estää tehokasta viestintää muistisairauksista s. 22

MUKES on Europe #MeToo

Monikulttuurisen vanhustyön yhteenliittymän toiminta s. 12

THL – Kansainvälinen polku keuhkotautien torjuntaan eri toimijoiden yhteistyönä

Kumallista on tärkeää, että tulkinnat ovat oikein





Moninaisen ikääntymisen MOI-verkosto



Kuva: Alina Ahtamo

15.2.2025

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry • info@mukes.fi • www.mukes.fi



Обучение Jututtaja

Обучение пройдет
в субботу 1.3.2025
в Центре Graniitti,
по адресу Sienitie 18 B, Helsinki.

С 9.30 до 15 часов,
участникам мы предлагаем
горячий обед и кофе.

В рамках данного обучения:

- Вы научитесь понимать трудности пожилых и приносить радость.
- Вы научитесь понимать волонтерскую деятельность в Финляндии, аспекты функционирования мозга и памяти, а также вызовы, связанные со старением.

Обучение пройдет через перевод на русский язык.



JUTUTTAJA VALMENNUS



18+

SUOMEEN
MUUTTANEILLE
HENKILÖILLE



Kulttuurinen
Moninaisuus
-Muistikeskus ry

MUKES.fi



Спасибо за Ваше время



Сийри Яаксон

toiminnanjohtaja, sensitiivisen muistityön suunnittelija

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry,
MUKES

+358 400 250 404
siiri.jaakson@mukes.fi
www.mukes.fi