



# MUISTI17

## KOHTI MUISTIYSTÄVÄLLISTÄ KOTIKUNTAA

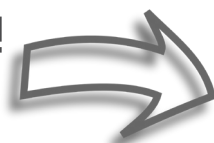
Kunnat voivat tehdä inhimillisiä ja taloudellisestikin kannattavia valintoja panostamalla aivoterveystalouden edistämiseen, muistisairauksien ennaltaehkäisyyn ja muistisairaiden ihmisten laadukkaaseen kuntoutukseen, hoivaan ja hoitoon.

Muistiystävällinen kotikunta on jokaisen suomalaisen oikeus.

.....  
OTA ASKELEET KOHTI MUISTIYSTÄVÄLLISTÄ KOTIKUNTAA:


**1** Sitoudu rakentamaan muistiystävällistä kuntaa:  
**WWW.MUISTI17.FI**  
#muisti17 #muistiystävällinenkotikunta

**2** Käännä paperi ja testaa, onko oma kotikuntasi jo muistiystävällinen!



.....  
**Lisätietoja:**

Muistiliitto ry  
asiantuntija Kirsti Kuusterä  
p. 044 727 7400  
kirsti.kuustera@muistiliitto.fi



Onko kotikuntasi muistiystävällinen?

## TARKISTUSLISTA KUNTAVAALIEHDOKKAILLE

Aivoterveyttä edistämällä voidaan pienentää riskiä sairastua muistisairauteen.

Löytyykö kunnastasi:

- kaikenikäisille suunnattuja matalan kynnyksen liikuntapaikkoja
- aivoterveellistä ruokaa ateriapalveluissa ja massaruokaloissa
- harrastamisen ja oppimisen mahdollisuuksia esim. kansalaisopistoissa
- toimivat kuljetuspalvelut muistisairaille aktiivisen elämän avuksi

Muistisairaiden omaishoitajat kantavat suuren vastuun läheisistään. Onko kuntanne omaishoitajille tarjolla:

- siivousapua
- vapaapäiviä (kotiin annettavan avun tai vuorohoitojaksojen avulla)
- säännöllisiä terveystarkastuksia

.....

Muistisairauksiin sairastuu arviolta 40 suomalaista/pv. Jos olisit yksi heistä, olisitko tyytyväinen kuntasi palveluihin?

Etenevän muistisairauden diagnoosi voi olla kriisi. Jos sairastuisit muistisairauteen, olisiko sinulle tarjolla kotikunnassasi:

- matalan kynnyksen neuvontaa, kun muistioireet huolettavat
- muistitutkimukset oikea-aikaisesti
- tarvittavaa tietoa sairaudesta asiantuntevasti ja ripeästi

Suurin osa muistisairaista asuu kotona ja yhä useampi yksin. Hoidon tarve ei noudata virka-aikoja. Saisitko kunnassasi:

- kotipalveluita myös ilta- ja yöaikaan

Muistisairaat ihmiset tarvitsevat usein sairauden loppuvaiheessa ympärivuorokautista hoitoa. Olisiko kunnassasi tarjolla:

- muistisairaiden yhteisökoti, jossa sinä haluaisit asua

\_\_\_\_\_/12