



Uusi opas Leena Knuutila, Riitta Kinnunen, Eeva Krohns ja Airi Kontto ovat tyrgyväisiä yhteistyöhön, jolla uusi opas vapaaehtoistoimijoille saatiin aikaan. KUVA: ANU SAARELAINEEN

Rauhallisuus ja kiireettömyys valttia

Vapaaehtoiset saavat apua oppaasta muistisairaan kohtaamiseen.

ANU SAARELAINEEN

Ystävänpöydällä julistettiin torstai-
na vapaaehtois-
toimijoiden opas

Vain joku sinä lähellä, länmin käsi. Opas on tarkoitettu muistihäiriöisten ja dementoituvien parissa toimiville vapaaehtoistyöntekijöille, mutta opasta jaetaan myös vanhuksia palveleville tahoille esimerkiksi Pielsen Karjalan kunnin. Oppaasta on otettu 1 300 kappaleten painos.

Oppaan on tehnyt sosiologiopiskelija **Eeva Krohns**, joka suoritti Ystävänpöydällä opintojen syventävään vaiheeseen kuuluvaa harjoittelua. Oppaan toteuttamisen toive on tullut Ystävänpöydään vapaaehtoistyöntekijöiltä ja sen työstämisessä on käytetty heidän arjen tuntemusta.

– Aloituspalaverissa vapaaehtoistoimijat kertoivat ongelmakohdista ja haastavista tilanteista, joita muistisairaiden parissa syntyy.

Minulla oli myös omakohdasta kiinnostusta aiheeseen, koska äitini sairastaa Alzheimerin tautta. Krohns kertoo.

Yhteistyöllä valmiiksi

Oppaan syntyminen on monen tahon yhteistyön tulos. Oppaan on rahoittanut Pikesin Ikävoimaa-hanke. Muina yhteistyötahoina ovat olleet Nurmeskoityhdistys ja Ystävänpöydä-säkki. Pohjois-Karjalan Dementiyhdistys ja Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu.

– Dementoiva sairaus on sosiaalisesti rajoittava sairaus. Ihminen ei ehkä uskalla mennä kodistaan ulos yksityisen pelosta. Sen vuoksi vapaaehtoisten käynnit muistisairaiden luona ovat erittän merkittäviä. Nurmeskoityhdistyksen toiminnanjohtaja **Airi Kontto** sanoo.

Pohjois-Karjalan Dementiyhdistys on ollut mukana asiantuntijan roolissa. Toiminnanjohtaja **Leena Knuutila**n mukaan op-

paan valmistuminen sattui hyvään vaiheeseen, sillä dementiyhdistys kehittää vapaaehtoistoimintaansa.

Myös Ikävoimaa-hanke, joka opasta tilaisuuksissaan, joissa esitellään vapaaehtoistoimintaa.

– Haluamme korostaa vapaaehtoisuutta positiivisena ja iloisena asiana, projektipäällikkö **Riitta Kinnunen** sanoo.

Aitoja kohtauksia

– Vapaehtoistoiminnassa toimen ihminen kohdataan omana isenä. On oltava aitona ihmisenä läsnä tässä ja nyt, Krohns sanoo.

Oppaassa on konkreettisia neuvoja erilaisiin vuorovaikutukseen liittyviin ongelmatilanteisiin. Opas koostaa kiireetömyyttä ja rauhallisuutta kohtaukstilanteissa. Kiire saa usein muistisairaan ärsyyntymään. Puheessa käytetään arkipäiväisiä sanoja ja tarvittaessa elekieltä.

– Dementoitunut voi reagoida joskus haastavasti tai aggressiivisesti. Se saattaa

johtua pelosta tai siitä, ettei hän ymmärrä senhetkistä tilannetta. Häntä saattaa myös ärsyttä se, ettei hän pysty rittävästi ilmaimaan itseään sanallisesti, Krohns muistuttaa.