

Toimintasuunnitelma 2026



**Kouvola seudun
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen

Sisällys

Varsinainen yhdistystoiminta	1
Jäsen- ja varainhankinta	2
Yleisötilaisuudet ja virkistystoiminta	2
Yhteistyöverkostot ja järjestöyhteistyö	3
Tiedottaminen	3
Palvelutuotanto	4
Kouvolan seudun Muisti ry vuonna 2036	4
Yhdistyksen talousarvio	4
Kehittämistoiminta	5
Kymenlaakson Muistiluotsi asiantuntija- ja tukikeskus (AK - kohdennettu yleisavustus)	6
EELI – Etsivää elintapaohjausta Kymenlaaksossa -hanke	7
Kymenlaakson Muistiluotsi	10
Tavoitteet vuodelle 2026	10
Yhteystiedot	12

*Tuemme
muistisairaiden
ihmisten ja heidän
läheistensä
elämänlaatua ja
teemme työtä heidän
asemansa
parantamiseksi.*

Varsinainen yhdistystoiminta

Kouvolan seudun Muisti ry:n toiminnan tarkoitus on muistisairaiden ja heidän läheistensä hyvinvoinnin tukeminen ja oikeuksien edistäminen sekä yleisen muisti- ja aivoterveystietoisuuden lisääminen (Kouvolan seudun Muisti ry:n säännöt 2021).

Yhdistyksen toimintaa toteutetaan sekä yhdistystoimintana, että Muistiluotsitoiminnan kautta. Yhdistys on osatoteuttajana Kymenlaakson EELI-etsivää elintapaohjausta -hankkeessa ja jatkaa vuonna 2026 aivoterveyden vahvistamista FINGER-toimintamallia mukaillen. Muistiluotsitoiminta on yhdistyksen keskeisin ja näkyvin toimintamuoto. Yhdistystoiminta rahoitetaan jäsenmaksuilla ja muilla julkisilla avustuksilla, kuten Kouvolan kaupungin hyvinvointiavustuksella. Muistiluotsitoimintaa rahoittaa Sosiaali- ja terveysministeriö. Yhdistys on perustettu vuonna 1990. Jäseniä on 321 (13.10.2025 tilanne). Yhdistys on alan kattojärjestönä toimivan Muistiliiton jäsen.

Yhdistyksen toimintaa ohjaavat sen säännöt ja strategia. Yhdistyksen strategiset tavoitteet ovat:

- toiminta on yhteisesti kehitettyä ja helposti saavutettavaa
- toiminta on elämänmyönteistä ja aktiivista
- yhdistys on vaikuttava, luotettava ja asiantunteva
- edistämme aivoterveyttä sekä muistisairaiden ja heidän läheistensä hyvää elämää

Yhdistyksen, Muistiluotsitoiminnan ja hankeavustusten toimintasuunnitelmat ja talousarviot vuodelle 2026 hyväksytään yhdistyksen syyskokouksessa 27.11.2025 sekä tarkennetaan Muistiluotsin toiminnan ja avustusten osalta tammikuun 2026 hallituksen kokouksessa.

Jäsen- ja varainhankinta

Yhdistyksessä voi olla henkilö-, kannattaja- tai yhteisöjäsenenä. Yhdistys tarvitsee jatkuvasti vapaaehtoistoimintaan sekä aktiivisia jäseniä että tukijoita. Yhdistyksen yleisavustushakemukset lähetetään toiminta-alueen kunnalle eli Kouvolalle, Kymin Osakeyhtiön 100-vuotissäätiölle sekä mahdollisuuksien mukaan muille yhdistystoimintaa tukeville tahoille.

Yhdistyksen varainhankintaa toteutetaan vuokraamalla kokoustilaa yhteistyö- ja sidosryhmäkumppaneille sekä myymällä varainhankintatuotteita. Yhdistyksen jäsen- ja varainhankintaan on valittu vastuhenkilö hallituksesta.

Yleisötilaisuudet ja virkistystoiminta

Yleisötilaisuuksien tarkoitus on jakaa tietoa aivoterveystiestä, muistisairauksista ja yhdistyksen toiminnasta. Muistiluotsitoiminta osallistuu yhdistyksen, toisten järjestöjen ja yhteistyökumppaneiden kanssa yleisötilaisuuksiin Kansainvälisellä aivoviikolla ja Muistiviikolla sekä Maailman Alzheimer-päivänä 21.9. järjestetään muistiasioissa tiedotusta ja kampanjointia. Vuonna 2026 yhdistys järjestää muistiseminaarin Kouvolassa. Seminaarin järjestelyitä varten haetaan apurahaa Kymin 100-vuotissäätiöltä ja muilta yleishyödyllisille järjestöille avustuksia myöntäviltä tahoilta. Yhdistys tukee Muistiluotsin järjestämiä yleisötilaisuuksia ja toimintaa. Osa yleisötilaisuuksista voidaan järjestää verkkovälitteisesti.

Yhdistys palkitsee muistiviikolla vuoden muistiteon. Muistiteko-palkinnon saaja voi olla mikä tahansa esimerkiksi yhteisö, yhdistys, oppilaitos, hoivakoti, yritys, kunta tai yksityishenkilö. Muistiteko 2026 palkitsemiskriteerit ovat: 1.) teko on tehty yhdistyksen toiminta-alueella Kouvolassa, 2.) teko edistää muistisairaana ja/tai läheisensä hyvinvointia ja 3.) teko edistää muistiystävällisyyttä.

Aivo- ja muistiviikon tapahtumat ja mahdolliset virkistystapahtumat järjestetään yhteistyössä yhdistyksen, työntekijöiden sekä muiden toimijoiden kanssa. Yhdistyksen retkivastaavat huolehtivat yhdistyksen jäseniltojen ja -tapaamisten, retkien ja pikkujoulujen järjestämisestä yhteistyössä toiminnanjohtajan ja Muistiluotsin kanssa.

Yhteistyöverkostot ja järjestöyhteistyö

Yhdistyksen tavoitteena on luoda monipuoliset yhteistyöverkostot muistityön edistämiseksi ja tarjota toiminta-alueellaan muistiosaamista muille toimijoille. Verkostoja voidaan luoda myös kansallisesti sekä kansainvälisesti.

Yhteistyötahoja ovat Kotkan Seudun muistiyhdistys ry, Muistiliitto ja sen jäsenjärjestöt, Muistiluotsiverkosto, geriatrinen poliklinikka, neurologian poliklinikat sekä muut Kymenlaakson hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystaluiden yksiköt, julkiset ja yksityiset palvelutuottajat, Kouvolan kaupunki, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk, Kouvolan ammattiopisto Eduko, Etelä-Kymenlaakson ammattiopisto Ekami, Kouvolan seurakunnat ja Kymenlaakson Osuuspankki.

Yhdistys on mukana maakunnallisissa järjestöverkostoissa. Muistiluotsitoiminnalla on lisäksi useita muita yhteistyötahoja.

Yhdistys on Muistiliiton jäsen ja seuraa keskusliiton strategiaa toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Yhdistys on myös Vanhustyön keskusliiton sekä Kumppanuustalo Viikari ry:n, Hilman järjestöt ry:n ja Hyvinvointiala Hali ry:n jäsen.

Tiedottaminen

Jäsenille tiedotetaan toiminnasta kaksi kertaa vuodessa julkaistavalla jäsenkirjeellä (maalis-/huhtikuu ja loka-/marraskuu) ja kaksi kertaa vuodessa julkaistavalla toimintakalenterilla (tammi- ja elokuu). Yhdistyksen ja

Muistiluotsin toiminnasta tiedotetaan jakamalla esitteitä ja toimintakalentereita sekä ilmoittamalla paikallislehtien järjestö- ja menovinkit -palstoilla. Tietoa jaetaan kotisivuilla, sosiaalisen median kanavilla, yhteistyökumppaneiden kautta, tapahtumissa sekä lähellä.fi sivustolla. Toiminnasta tiedotetaan mahdollisesti myös paikallis- ja alueradion välityksellä. Yhdistyksellä on viestintä- ja vaikuttamissuunnitelma.

Palvelutuotanto

Yhdistyksen palvelutoimintaa ovat tilauskoulutus ja konsultaatiotoiminta. Toiminnalla tuetaan sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöitä ja -opiskelijoita. Koulutusten sisällöt määritellään tilaajan tarpeiden mukaan.

Palvelutuotanto on yhdistyksen perustehtävän ja sääntöjen mukaista. Myytävillä palveluilla paikataan alueellisia palveluvajeita, eivätkä myydyt palvelut tuota yhdistykselle voittoa tai tappiota.

Kouvolan seudun Muisti ry vuonna 2036

Yhdistys panostaa vuoden 2026 aikana yhdistystoiminnan elinvoimaisuuden parantamiseksi. Jäsenistöä ja toimintaan osallistuvia kutsutaan mukaan tulevaisuusajatteluun edistämään osallisuutta. Suunnittelussa hyödynnetään vuoden 2025 loppupuolella toteutettua itsearviointia ja asiakaskyselyä. Toimintaympäristön muutos haastaa mukaan kaikki, joita muistiasiat koskettavat. Osallisuus on yhdessä tekemistä.

Yhdistyksen talousarvio

Kouvolan seudun Muisti ry:n yhdistystoiminnan talousarvio vuodelle 2026
jäsenmaksut: 25 €/henkilö, 60 € yhteisöjäsenmaksu. Kokoustilan vuokra 25 € / tunti.

Kehittämistoiminta

Kouvolan seudun Muisti ry vastaa kehittämistoiminnasta yhdessä yhdistyksen työntekijöiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa.

Kymenlaakson hyvinvointialue myöntää vuosittain harkinnanvaraisia avustuksia talousarvioon varatuista määrärahoista. Avustettavan toiminnan tulee edistää Kymenlaakson hyvinvointialuestrategian sekä alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön eli hyte-työn tavoitteiden toteutumista.

Kymenlaakson Muistiluotsi asiantuntija- ja tukikeskus (AK - kohdennettu yleisavustus)

Muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus Kymenlaakson Muistiluotsi on osa Muistiliiton koordinoimaa valtakunnallista Muistiluotsi -verkostoa.

Kymenlaakson Muistiluotsi tarjoaa tukea, tietoa ja toimintaa kaikille, jota muistisairaus koskettaa koko Kymenlaakson alueella.

Tukea:

- ohjausta ja neuvontaa muistiasioissa
- tukea ja apua arjen tilanteissa
- tilaisuuksia vaihtaa ajatuksia muiden samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa

Tietoa:

- muistisairauksista
- muistisairaana ja läheisen hyvinvoinnista ja aivoterveystä
- alueen palveluista
- arjen apukeinoista
-

Toimintaa:

- muistikahviloita ja vertaistukiryhmiä sairastuneille ja läheisille
- vapaaehtoisia Muistikavereita
- mahdollisuus toimia vapaaehtoisena
- mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa
- muisti-infoja
- tapahtumia ja toiminnallisia ryhmiä

Muistiluotsit tekevät vaikuttamistyötä muistisairaiden ja heidän läheistensä yhdenvertaisuuden ja hyvän elämän puolesta sekä toimivat aktiivisesti maakunnan verkostoissa.

Kymenlaakson Muistiluotsin toiminta on kaikille avointa eikä edellytä yhdistysten jäsenyyttä. Kymenlaakson Muistiluotsissa on neljä työntekijää. Hallinoiva yhdistys on Kouvola seudun Muisti ry. Yhdistyskumppanina on Kotkan Seudun muistiyhdistys ry. Muistiluotsi toimii alueellaan yhteistyössä Kymenlaakson hyvinvointialueen, kuntien, yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa.

STEA:lta on haettu avustusta vuodelle 2026 yhteensä 298 000 €.

EELI – Etsivää elintapaohjausta Kymenlaaksossa -hanke

Kymenlaakson hyvinvointialueelle on myönnetty valtionavustusta Terveystieteiden tutkimuskeskuksen Alueelliset hyvinvointipolut -elintapamuutoksen ja omahoidon tuen kehittämisen -hankkeeseen. Hankkeen tavoitteena on tunnistaa sote-palveluissa riskiryhmiin kuuluvia lapsia, nuoria ja ikääntyviä, jotka hyötyisivät elintapaohjauksesta, liikunnan lisäämisestä ja yhteisöllisyyden tukemisesta. Hankkeessa luodaan ja vahvistetaan alueellisia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palveluja sekä kehitetään kohderyhmän tarpeisiin perustuvia ratkaisuja. Hankeaika on 1.4.2025 – 31.3.2027. Kouvola seudun Muisti ry on osatoteuttajana hankkeessa. Yhdistykselle on myönnetty 78 819 € koko hankkeen ajalle.

Hankkeen yhtenä kohderyhmänä on ikääntyneet (yli 65-vuotiaat) kymenlaaksolaiset, jotka tarvitsevat tukea sekä ohjausta elintavoissa. Ikääntyneissä pyritään kohdentamaan toimintaa erityisesti henkilöille, jotka

kokevat yksinäisyyttä. Heitä pyritään tavoittamaan jalkautumalla järjestöjen, kuntien palveluiden, päiväkeskusten, kohtaamispaikkojen sekä ruoka-avun jakelun piiriin. Ikäihmisiä tavoitetaan tehokkaasti myös terveys- ja sosiaalipalveluiden kohtaamisista hyödyntämällä hankkeessa kehitettävää "Hyte-ämpäri" -mallia. "Hyte-ämpäri" pohjautuu alueella jo tehtyyn kehittämistyöhön. Kehittämistoimenpiteiden avulla jatkokehitetään ja vahvistetaan "Hyte-ämpäri" sisältöä seuraavin keinoin:

- Etsivän elintapaohjauksen mallin luominen ja pilotointi sekä juurruttaminen osaksi "Hyte-ämpäri" sisältöä
- Tarvelähtöisen ryhmätoiminnan kehittäminen ja pilotointi osana "Hyte-ämpäri" sisältöä
- Aivoterveysten vahvistamiseen suunnatun FINGER-toimintamallin mukaiset ryhmä osaksi "Hyte-ämpäriä"
- Alueellisen Oma Kymenlaakson sekä Hyte -palvelutarjottimen (Hyvinvointia-palvelu) oma- ja itsehoidon palveluvalikoiman kehittäminen osaksi "Hyte-ämpäri" sisältöä ja ohjausta.

Kymenlaakson hyvinvointialue hallinnoi, koordinoi ja toteuttaa hanketta. Kouvola seudun Muisti ry yhdessä alueen kuntien (Kouvola, Kotka, Hamina) kanssa pilotoi vuoden ajan FINGER toimintamallin mukaista ryhmätoimintaa. Malli on näyttöön perustuva ja koettu alueella toimivaksi. Mallin laajentamiseen, kehittämiseen ja pysyvyyden varmistamiseen on saatu rahoitus Terveysten -ohjelmasta.

Hankkeessa lisätään tietoisuutta, juurrutetaan näyttöön perustuvaa FINGER-toimintamallin mukaista elintapaohjausta, edistetään varhaista tunnistamista ja vahvistetaan hyvinvointialueen, kuntien ja järjestöjen yhteistyötä. Erityisesti heikommassa asemassa oleville kohdistetaan ehkäisevää työtä ja keinona

käytetään ryhmätoimintaa. FINGER-elintapaohjelmaa mukailevat ryhmät osaksi "Hyte-ämpäriä".

Osatoteuttajalle siirretyllä avustuksella palkataan yksi työntekijä, muistiterveysasiantuntija, sosionomi (YAMK) Jenni Pussinen, koordinoimaan FINGER-toimintamallia mukaillen tehostettua elintapaohjausta Kymenlaaksossa yhteistyössä hyvinvointialueen muiden toimijoiden kanssa. Toiminnan pääkohderyhmä on 60–79-vuotiaat muistisairauden riskissä olevat tai henkilöt, joilla on lievä kognitiivinen häiriö (MCI). Ohjauksen välineenä on muistisairauden riskimittari.

Kymenlaakson Muistiluotsi

Muistiluotsitoiminnassa työskentelevät toiminnanjohtaja, geronomi (YAMK) Tarja Levonen ja muistiluotsit geronomi (AMK) Emma Kujala, lähihoitaja Merja Mänttari ja geronomi (AMK) Heli Nikula.

Tavoitteet vuodelle 2026

Tavoitteena on, että Kymenlaaksossa muistisairauteen sairastuneet ihmiset, heidän läheisensä, muististaan huolestuneet ja aivoterveystietä kiinnostuneet saavat tarvitsemaansa tietoa muistisairauksista, ohjausta ja neuvontaa näihin liittyvistä palvelu- ja tukimuodoista ja apua elämäntilanteeseensa. Tavoitteena on, että alueen väestön muistitieto lisääntyy ja he saavat ohjausta ja neuvontaa puhelimitse, etäyhteydellä, sähköpostitse tai kasvokkain. Kymenlaakson Muistiluotsi osallistuu valtakunnallisen Muistineuvo -tukipuhelujen päivystykseen.

Muistiluotsi järjestää toimintaa muistisairaille ja läheisille heidän lähialueillaan ja toimintaa kehitetään yhdessä heidän kanssaan. Osallistumalla maakunnan verkostoihin vahvistetaan muistisairauksiin liittyvää vapaaehtoistoimintaa sekä varmistetaan muistisairaiden äänen kuuluminen.

Muistisairaille ja heidän läheisilleen järjestetään mahdollisuuksia aktiiviseen elämään. Muistiluotsitoiminnalla tuetaan vertaisuutta, osallisuutta ja hyvinvoinnin tunteen vahvistumista ja lievitetään yksinäisyyden kokemusta.

Muistiluotsitoiminnassa huomioidaan työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden ja heidän läheistensä erityistarpeet jakamalla tietoa ja järjestämällä mahdollisuuksia vertaistukeen. Kymenlaakson Muistiluotsi välittää tietoa ylläpitämänsä työikäisten muistiasioiden verkoston kautta Kymenlaakson alueella. Työikäisyhteistyö Päijät-Hämeen ja Etelä-Karjalan Muistiluotsikeskusten kanssa jatkuu.



Vapaaehtoisten järjestämän toiminnan tavoitteena on muistisairaiden ja läheisten osallisuuden ja hyvinvoinnin vahvistuminen. Vapaaehtoisten koulutuksella lisätään muistitietoutta ja tuetaan vapaaehtoisena toimimista. Vapaaehtoistoiminnassa jaksamista tuetaan ohjauksella ja neuvonnalla, vertaistapaamisilla ja virkistyksellä.

Muistiluotsi tekee oppilaitosyhteistyötä. Opiskelijat voivat tulla harjoitteluun, toteuttaa projekteja, tehdä opinnäytetöitä tai osallistua Muistikaveri-toimintaan.

Muistiluotsitoiminnan tavoitteena on olla osa hyvinvointialueen muistisairaalan palvelupolkua ja tukea. Muistiluotsi tekee yhteistyötä palveluiden kehittämiseksi hyvinvointialueen toimijoiden, kuntien ja järjestöjen kanssa.

Hyvinvointialueella järjestetään Omahoitovalmennus -ryhmiä pariskunnille, joista toinen on sairastunut muistisairauteen ja sairaus on vielä varhaisessa vaiheessa. Toiminnan tavoitteena on tukea pariskuntia uudessa elämäntilanteessa ja kohentaa muistisairaiden osallistujien tiedollisia taitoja ja puolisoiden elämänlaatua.

Vaikuttamistyötä edistetään maakunnallisella Muistiaktiivitoiminnalla, Muistikokemustoimija-puheenvuoroilla, Muistiluotsitoiminnan ohjaustyöryhmän tapaamisilla ja muilla työryhmätapaamisilla. Muistiaktiivit on maakunnallinen asiantuntijatyöryhmä, jonka jäsenet ovat muistisairaita ja heidän läheisiään. Heidän äänensä, toiveensa ja tarpeensa viedään yhteistyöverkostojen tietoon. Verkostoitumisella edistetään asiakasohjautuvuutta, vaihdetaan asiantuntijuutta ja toteutetaan muistiperheiden edunvalvontaa.

Muistiluotsi osallistuu maakunnalliseen järjestöjen ja yhdistysyhteistyön työryhmiin, avainhenkilöiden tapaamisiin ja maakunnan järjestöjen neuvottelukunnan, Kymenlaakson potilas- ja vammaisjärjestöjen verkoston ja

Kymenlaakson Ikääntyneiden järjestöverkoston työryhmien tapaamisiin. Osallistuminen mahdollistaa uusien yhteistyökumppaneiden saamisen muistiperheiden tukemiseen. Muistitietoa ja ymmärrystä muistisairauksista lisätään yhdistämällä erilaista osaamista yli organisaatio- ja toimialarajojen. Yhteistyöllä varmistetaan muistiperheiden huomioiminen maakunnallisissa ja kunnallisissa hyvinvointistrategioissa ja -kertomuksissa.

Toiminnassa mukana olevilla on mahdollisuus osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Toimintaa kehitetään heiltä saatujen palautteiden avulla. Kehittämisessä hyödynnetään valtakunnallista toiminnanohjausjärjestelmää sekä muistiluotsiverkostoa esimerkiksi toteuttamalla kehittävä vertaiskäynti toiseen Muistiluotsikeskukseen. Kymenlaakson Muistiluotsin toiminnassa yhdistyy ammatillinen ja muistiperheiden keskuudesta noussut kokemustieto, jonka avulla toimintaa kehitetään.

Yhteystiedot

Kouvolan seudun Muisti ry

Hallituskatu 7 B, 45100 Kouvola

Puh. 040 523 9697

www.kouvolanseudunmuisti.fi

