

# MINNESLOTS BORGÅ



**Minneslots**  
**expert- och stödcenter**  
Helsingfors och Östra Nyland

# Minneslots

Minneslotsarna är landskapsvisa expert- och stödcentraler som upprätthålls av Alzheimer Centralförbundets medlemsföreningar. Centralerna erbjuder hjälp och stöd för de minnessjuka och deras närstående. Centraler finns i totalt 18 landskap och de bildar ett rikstäckande nätverk.

Minneslotsarna gör påverkningsarbete för de minnessjukas jämlikhet och för ett bra liv för de minnessjuka, och de fungerar aktivt inom sina landskaps nätverk. I Minneslotsarna förstärks i synnerhet frivillig- och stödverksamhet som berör minnessjukdomar, samt säkerställs även att de minnessjukas röst blir hörd.

Social- och hälsovårdsministeriet stöder det landsomfattande nätverket och verksamheten med Veikkaus intäkter.

---

## Måndag

kl 9.30-11.00

Stödgrupp för minnessjuka.  
Brunnsgatan 13. Udda veckor.

kl 12.00-14.00

Minnescafé, Brunnsgatan 13.  
Genom regelbundna träffar, under trevliga former, gör vi tillvaron lite lättare för närstående och personer med alzheimer- eller annan demenssjukdom.  
Brunnsgatan: 13.8, 3.9, 1.10, 5.11. och 3.12.2018  
På andra måndags dagar kretsar minnescaféet kring evenemang, servicehus, bibliotek, shoppingcenter etc.

kl 14.00-15.30

Stödgrup för närstående till  
Brunnsgatan 13.  
6.8, 20.8, 3.9, 17.9, 1.10, 15.10, 29.10,  
12.11, 26.11 ja 10.12.2018.

# Tisdag

kl 10.00-11.30

Stödsgrupp för minnesjuka i arbetsålder.

Brunnsgatan 13. (finska/svenska)

7.8, 21.8, 4.9, 18.9, 2.10, 16.10, 30.10, 13.11, 27.11. och  
11.12.2018

kl 12.00-13.30

Stödgrupp för minnessjuka.

Brunnsgatan 13. Jämna veckor:

7.8, 21.8, 4.9, 18.9, 2.10, 16.10, 30.10, 13.11, 27.11. och  
11.12.2018

---

# Onsdag

kl 12.00-14.00

Gemensam lunch i restaurang

Hanna Maria (Mellangatan 6)

månaden första onsdag.

Dagar: 5.9, 3.10, 7.11. ja 5.12.2018.

På egen bekostnad.

kl 14.00-15.30

Minns träna! -gruppen

Brunnsgatan 13.

Vi tränar lätt stryka, rörlighet,  
koordination, balans, uthållighet  
och minne.



# KONTAKT

MINNESLOTS - HELSINGFORS  
OCH ÖSTRA NYLAND

---

Brunnsgatan 13  
06100 Borgå

044 765 5566  
[www.alzhki.fi](http://www.alzhki.fi)

---

Minneshandledare  
Henrietta Janhonen p. 044 765 5566  
[henrietta.janhonen@alzhki.fi](mailto:henrietta.janhonen@alzhki.fi)



Helsingin Alzheimer-yhdistys ry



@alzhki.fi



alzheimeryhdistys

