

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

klo 9.30-11.00

Stödgrupp för minnessjuka.
Brunnsgatan 13. Udda veckor.

klo 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.

klo 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

klo 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

klo 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

klo 12.00-14.00

Gemensam lunch i restaurant

Hanna Maria (Mellangatan 6)

månaden första onsdag.

Dagar: 5.9, 3.10, 7.11. ja 5.12.2018.

På egen bekostnad.

klo 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

Minneshandledare
Henrietta Janhonen p. 044 765 5566
henrietta.janhonen@alzhki.fi



Helsingin Alzheimer-yhdistys ry



[@alzhki.fi](https://twitter.com/alzhki.fi)



[alzheimeryhdistys](https://www.instagram.com/alzheimeryhdistys)

